2023年4月1日

トレーニング室、更衣室、体育館をご利用時のお願い

【トレーニング室】

・入室は最大15名まで。

・利用時間は2時間まで（延長はお控えください）。

・筋トレ器具のご使用は最大で10分まで。

ランニングマシン、エアロバイク、ステアマスターのご使用は最大で20分まで。

※器具にタイマーを設置しています。ご利用ください。

・ウォーキングコースは終日ご利用可能です。

・保護者同伴でも中学生以下はご利用出来ません。

・消毒セットをお渡ししますので、器具を使用後に必ず消毒をお願いします。

※消毒セットはトレーニング終了後、受付窓口へ返却してください。

【更衣室】

・入室は最大4名まで。

・利用時間はお一人15分まで。

・シャワー利用可（※洗髪、ドライヤーは禁止です。）

・会話等はお控えください。

・人との距離は1～2m空けてください。

【体育館】

・換気のため窓を開放しています。（2階の窓とカーテンはスタッフが管理しています。）

・使用した備品（ポールや卓球台、椅子など）は使用後に消毒し、所定の場所へ返却してください。

※消毒セットは終了後、窓口へ返却をお願いします。