

トレーニングジム利用案内 R3.1.12～

【館内及びトレーニング中のマスク着用をお願いします】

※マスクは自分にフィットし、運動に適したもの(通気性・立体性のあるもの)を選んでください。

利用時間 ※2時間入替制とさせていただきます。

【平日】

- ① 9:00～11:00
- ② 11:30～13:30
- ③ 14:00～16:00
- ④ 16:30～18:30

【土・日・祝日】

- ① 9:00～11:00
- ② 11:30～13:30
- ③ 14:00～16:00

※間30分は、換気・マシン消毒を行います。

受付時間 各回、開始時間20分前～

(早くから廊下、ロビー等でお待ちいただくことはお控えください。)

※最終受付時間は、平日は17時30分まで、土・日・祝日は15時までに入室してください。以降の入室はできません。

定員 各回、当日先着12人

※定員の決定は、個人利用券(回数券含む)を購入し、着替えを済ませ、受付開始時間からお並びいただいた順とさせていただきます。

受付方法

1. 個人利用券(回数券含む)を購入し、着替えを済ませ、2階廊下にお並びください。

※ジーパン、ジーパンに見えるもの、チノパン、ワイシャツ、ベルト、普段着では入室できません。また、室内用運動靴がない場合も入室できません。

※運動に必要なもの以外のお荷物は、1階更衣室のロッカーをご利用ください。

※ご本人様がお並びいただき、場所取りはご遠慮ください。

2. ①手指消毒、検温、利用当日健康チェックの確認。

②緊急時連絡先(新型コロナウイルス感染症拡大防止対応のため)を記入。

③個人利用券または回数券の裏面に【氏名と当日(怪我や気分が悪くなった際)の緊急連絡先】を記入し、トレーナーにお渡しください。

※該当項目や37.5℃以上の熱がある場合はご利用できません。

3. マシン用雑巾を1枚取り、トレーニング開始。

退出について

- 利用時間内であれば、退出は自由ですが、利用が終了したら速やかに退出をお願いします。
- 利用時間終了になりましたら、全員退出いただきます。
- 退出の際は、マシン用雑巾を回収BOXに入れてください。

その他

- ゴミはお持ち帰りください。
- トレーニングルーム内での会話はご遠慮ください。(トレーナーに質問などは結構です。)
- 運動中も周囲の人となるべく距離をあけてご利用ください。
- 冷水機は使用中止の為、飲み物は各自でお持ちください。(フタ付きのもの)
- トレーニング用具、手具の持込みは禁止です。
- 携帯電話はマナーモードに設定の上、トレーニングルーム内での通話、撮影(写真・動画)はご遠慮ください。
- 見学だけの方は入室できません。(廊下でお待ちいただくこともできません。)

お問合せ

NPO 法人羽村市体育協会 TEL 042-555-1698

羽村市スポーツセンター TEL 042-555-0033