

初めてトレーニング室をご利用される方へ

◆トレーニング室のご利用にあたり

- ・次回より登録証と券売機で購入されたチケットをトレーニング室スタッフに渡してください。
- ・安全のため必ずシューズを履いてご利用ください。（外履き、サンダル・クロックス等は禁止です）
- ・営業時間
平日 9:00～21:00
土日祝 9:00～21:00
※最終受付は、営業終了 30 分前です。
- ・毎月第 3 火曜日と年末年始（12/29～1/3）は休館日です。
※第 3 火曜日が祝日の場合は、祝日営業いたします。

◆マシンの使用について

- ・スミスマシンのみ、予約ボードに記入をお願いします。
- ・無理なウエイト設定や乱暴な扱いはお控えいただき、正しく丁寧にお使いください。
- ・セット間の休憩は、マシンから離れて取るようにお願いします。
- ・譲りあってご利用いただくようご協力をお願いします。
- ・マシンについた汗などは、設置しているタオルで拭くようにお願いします。
- ・トレーニング中の声出しは周りの方への配慮をお願いします。

◆中学生以下のご利用について

中学生以下の方がご利用される場合は、1 名につき、16 歳以上の方が 1 名同伴利用していただく必要がございます。同伴される方は、必ずトレーニング室に居ていただくようにお願いします。
※同伴の方もトレーニングの有無に関わらず、利用料が必要となります。

◆その他注意事項

- ・周りの方のご迷惑となるような行為はご遠慮ください。
- ・体調、または気分が優れないときは運動を控えましょう。
- ・施設内は禁煙となっております。
- ・カメラやビデオ、携帯での撮影は一切お断りさせていただきます。
- ・携帯電話での通話はロビーにてお願いいたします。
- ・館内での飲食は所定の位置でお願いします。
- ・酒気を帯びた方のご利用は固くお断りいたします。
- ・お荷物の盗難、紛失につきましては一切の責任を負いかねますのでご了承ください。
- ・お荷物等のお預かりや電話のとりつぎは行っておりません。
- ・刺青やタトゥーのある方は服装やファンデーションテープ等、できるだけ見えないようご協力をお願い致します。

使い方が分からない場合やご不明な点は、お気軽にスタッフにお尋ねください。