

トレーニング室についてのご利用方法

2021/11/1改訂

皆様の安心・安全のため、新しい利用方法といたします。
ご利用の際は次の点にご留意ください。



①予約制にてご利用いただけます

- ・事前に電話予約(0133-22-3833)もしくは体育館窓口にて**予約受付**をしてからご利用いただけます
- ・ご予約は**1週間分まで**受付可能。翌週の受付はその週に入った月曜日から受け付けます。(月曜日から日曜日までの1週間単位での受付になります)

②利用時間及び定員について

利用時間枠と定員を下記のとおり設定いたします。

時間枠	時間	定員
1	9:00~11:00	各15名
2	11:30~13:30	
3	14:00~16:00	
4	16:30~18:30	
5	19:00~21:00	

1枠、2時間で区切り、その後30分間の換気・消毒作業を行います。

※消毒作業終了後次の枠を利用可能です。
その際は受付にお申し出ください。

③ご利用する際のおねがい

- ・トレーニング中も**マスクの着用**をお願いいたします。
ただし、十分な呼吸ができない場合は周りとの**距離を十分確保した上で**マスクを外し休憩するようお願いいたします。
また、マスクを着用した上での**運動強度**でご利用ください。
- ・**マシン利用後**は、汗や手の触れた箇所を**消毒液と使い捨てペーパー**で必ず拭いてください。
- ・ストレッチマットは撤去しております(ヨガマットをご使用ください)
ストレッチポールを使用したい方は窓口までお申し出ください。

ご理解ご協力のほど、よろしくお願いたします。

NPO法人 ふれ・スポ・とうべつ