トレーニングルーム利用上のお願い

・パーソナルトレーニング・トレーニングメニューの作成は行っていません。
・マシンの使い方がわからない場合は、説明しますのでその都度お声がけ下さい。

・トレーニングルーム内は必ず室内用の運動シューズを履いて下さい。
・サンダルやスリッパでは入室できません。
・運動に適したウェアでのご利用をお願いします。
・スカート・ジーンズ・ベルトの着用はご遠慮下さい。
・刺青・タトゥーは見えないように配慮願います。

・食べ物の持ち込みはできません。飲み物は蓋付き容器でお願いします。
・ゴミは各自でお持ち帰り下さい。飲酒されている方はご利用できません。

・携帯電話・スマホはマナーモードにし、
　通話はトレーニングルームの外でお願いします。
・写真撮影・動画撮影の際は周りの方が映らないように配慮願います。
・固定カメラでの撮影、ライブ配信は禁止します。

・混雑時の有酸素マシンの利用は３０分以内
　その他の器具類は１５分を目安に専有せず、譲り合ってお使いください。
・マシンでの休憩やスマホの利用はご遠慮下さい。
・使用後は必ずタオルで拭いてから移動して下さい。
・利用時間内はジョギングコースもご利用いただけます。
　（大会・行事などにより利用できない場合があります）

・荷物は各自で管理し、高額な物は持ち込まないようにお願いします。
　心配な方は１階更衣室鍵付きロッカーをご利用ください。
・盗難及び紛失・破損などの責任は負えません。

・チケットの利用時間を過ぎた場合は、追加購入をお願いしています。
・中学生以下のご利用入室はできません。
・入室できる方は登録済みでチケットを購入された方のみです。
・付き添いの方の入室もできません。

・事故ケガには十分注意し自己責任の上ご利用下さい。
　（危険防止の為、安全バー・カラーは必ず使用して下さい）
・他の方へ迷惑になる言動・行動があった場合は、退出していただきます。
・その他指導員の指示に従わない場合は、退出又はご利用をお断りします。
　この場合、返金はいたしません。

南足柄市体育センター
～トレーニングルーム利用案内～

1.利用対象者
・高校生以上　（市外の方の利用可）

2.利用時間
・9：00～21：00
※21：00までには更衣を済ませ退館して下さい。

3.トレーニングルームの利用料金
・１時間　160円　　２時間　320円
・チケットは１階受付の券売機で購入して下さい。
※利用時間を過ぎた場合は追加購入となります。

4.休館日
・体育センターのホームページ又は、トレーニングルームの
　インスタグラムをご確認下さい。
・その他、大会・行事などにより利用できなくなる事があります。

5.更衣室
・正面入り口左手側に男子更衣室
・正面入り口右手側に女子更衣室　　があります。
・更衣室ロッカーの利用料金は10円です。

6.利用者カードをお持ちの方
・チケットの裏に登録番号を書き、受付名簿に必要事項を記入し
　ご利用を開始して下さい。
※登録内容に変更があった場合は速やかに変更届を提出して下さい。

7.新規利用の方
・新規登録の際は現住所が記載されている身分証が必要になります。
（コピーをとらせていただきます）
・利用者カードの発行手続きと利用案内を行います。
（5分～10分程度）
※新規の受付は20時までになります。
（20時以降は受付不可）

R6.10.1