

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。
- ・公共施設の為、撮影はお断りします。

- ・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)