

トレーニング室は事前予約制になります！

6月8日(月)より、トレーニング室の利用を再開いたします。

なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、施設内外での密を防ぐため、事前予約での利用といたします。

予約せずに来館された場合はご利用できませんので、
下記を必ずお読みいただき、ご予約をお願いします。

事前予約 1回2時間(延長不可) 完全入替制

| | | | |
|------|--------------|--------------|--------------|
| 時間区分 | ①11:00～13:00 | ②15:00～17:00 | ③19:00～21:00 |
|------|--------------|--------------|--------------|

【事前予約のルール】

・受付は**電話のみ****先着順** ※施設窓口では受付出来ません。

[受付時間:9～19時]

・予約は**ご本人様分(1人分)**のみ

・予約は受付期間内で**1人1回**まで

※1日あたり1枠まで 1週間で最大3枠分まで予約可能

【予約受付期間】

★毎週木曜日から日曜日の間に、翌週1週間分(月～日)を受付。

(その期間以外は受付できません。)

(初回受付期間) 6月4日(木)～7日(日)

(初回予約対象) 6月8日(月)～14日(日)の利用分

2回目以降も、木曜日から日曜日に、

翌週の月曜日から日曜日までの1週間分を受付します。

(例: 6/11～6/14での受付 ⇒ 6/15～6/21利用分)

午前中は電話が非常に混みあう可能性があります。予めご了承ください。

トレーニング室の利用について

○ 来館時におけるお願い

◆事前に自宅での検温を必ず行っていただき、発熱や風邪の症状がある場合は、来館をご遠慮下さい。

※体調不良が見受けられる場合、職員がお声掛けさせていただくことがあります。

◆必ずマスク着用でご来館ください。

◆施設入口にて手指の消毒を行ってください。また、利用の前後の手洗いを徹底してください。

◆他の利用者や施設職員との距離(出来るだけ2m以上)を確保してください。

◆更衣室は利用できませんので、更衣を済ませてからご来館ください。

◆利用後は、速やかな退館をお願いします。

○ 利用時におけるお願い

- 受付で「利用前チェックシート」をお渡ししますので、トレーニング室内でご記入いただくようお願いします。
- 運動強度を調整するなど工夫して、原則マスク着用でのご利用をお願いします。
- トレーニング室は、窓や扉を開けて常時換気しておりますので、ご了承ください。
- 一部のマシンは当面の間、利用を中止しています(間引き運営)。
- ストレッチマットは他の利用者との距離を確保する為、利用を制限しております。
- トレーニング器具やマシン使用後の消毒を必ずお願いします。
- 他の利用者との距離・間隔を保ってトレーニングをお願いします。
- トレーニング中の大きな発声や声掛け、会話等は控えてください。
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を行ってください。
- 利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した際は、必ずすぐにご連絡ください。

皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。