

トレーニング室は事前予約制です！！

現在、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なっています。
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原則**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

【予約対象期間】

毎週月曜日から日曜日まで 1週間分

【予約受付期間】※満員になり次第終了

(開始)前の週の**木曜日9時**から

(終了)**前日の19時**まで ※8/3利用分～(8/2利用分までは7/26で受付終了)

受付開始日の午前中は特に電話が集中し、非常に繋がりにくい状況です。
ご迷惑をおかけしておりますが、ご理解・ご協力をお願いします。

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。

◆可能な限り事前に更衣を済ませてのご来館をお願いします。

◆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撤去しております。

● 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。

※受付時1人1枚タオルをお渡しします。

トレーニング終了後ご返却をお願いします。

● 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。