

味舌体育館トレーニングルームご利用案内

1. 利用時間と料金について

時間枠	9:00～12:00	12:00～15:00	15:00～18:00	18:00～21:00
一般	150 円	250 円	250 円	350 円
小・中学生	100 円	100 円	100 円	100 円

※市外の方は上記の2倍の金額となります。

※小・中学生は18歳以上の保護者同伴が必須。

※2枠の時間帯をまたぐトレーニングは可能ですが、2枠分の料金が必要。

※全館共通回数券(50円 x55枚綴り／2500円)もご利用可能。(事務所窓口で販売)

2. トレーニングルーム利用について

初めてご利用される方は初回講習受講が必要です(事前予約制/窓口又は電話)

安全にトレーニングをして頂く為に、利用方法やマシンの使い方など説明致します。

初回講習終了後に会員証を発行致します。トレーニングルームご利用の際に窓口でご提示下さい。(紛失の場合再発行に100円必要です。ご注意ください)

※初回講習に必要な物

- ・身分証、室内シューズ、運動出来る服装、マスク、タオル、飲み物
- ・講習時間は約30分です

3. 人数制限について

各時間枠で**20名まで**の人数制限を設けています。入場を確実にされたい方は事前予約も可能です。是非、ご利用ください。(1週間先まで予約可能)

※コロナ感染予防対策と安全にトレーニングができる環境を提供するために人数制限へのご理解とご協力をお願い致します。

4. 安全にトレーニングをしていただくために

- ・**マスクの着用のご協力をお願いします(鼻マスク、あごマスクはNG)**
- ・**使用された器具の消毒をお願いします**
- ・運動中はトレーナーの指示に従ってご利用下さい。
- ・高重量トレーニングはトレーニングエリアが指定されています。それでもダンベル等の高重量器具をマット上に落とすトレーニングはケガ防止のためにお止めください
- ・その他、他の利用者に迷惑がかかるようなトレーニング方法はご遠慮ください

5. 気持ち良くトレーニングをしていただくために

- ・外履きでの入室は禁止です。室内シューズをご用意ください
- ・使用後の器具を元の配置や設定に戻してトレーニングを終了してください

- ・ 多人数でのトレーニングや長時間に渡る固有マシンの占拠は他の利用者様の迷惑になるのでご遠慮ください
- ・ 自身の動画・写真撮影に他の利用者様が映り込むことがないように撮影の角度等にご配慮ください
- ・ トレーニングルームでの水分補給は出来ませんが、**食事は全館内で禁止**です
- ・ トレーニングに不要な荷物は1階ロッカーをご使用ください。100円がかかりますが、返却型ロッカーなのでお帰りの際にお取り忘れのないようにお気をつけください

お問い合わせ ： 味舌体育館 06-7507-2746