

ご利用案内 (2022年8月改定版)

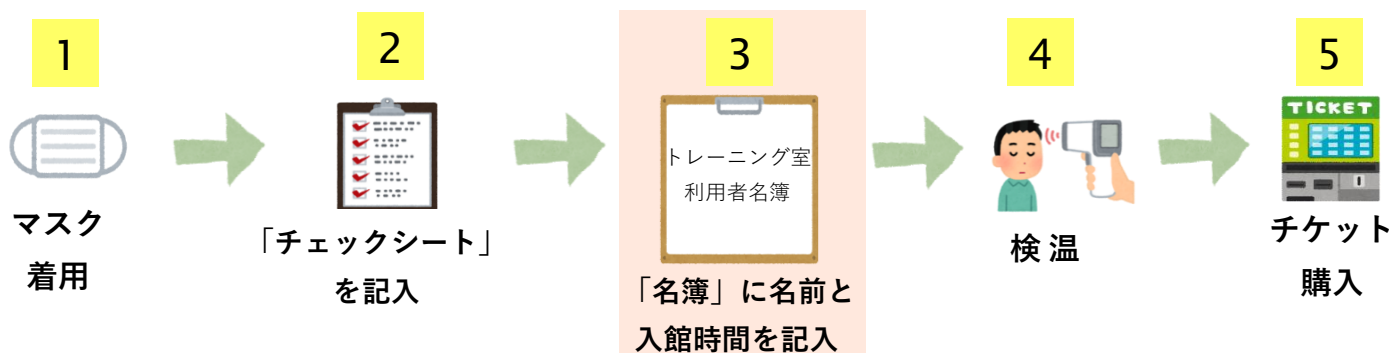
新型コロナウイルスワクチン接種会場の終了に伴い、
令和4年8月1日よりご利用案内を変更します。
引き続き感染対策を講じながらの営業となりますので、
ご利用にあたり下記の注意事項等をご確認ください。

定員：15名

営業時間：9:00～22:00（最終入場は21:30まで）

利用時間：2時間（入館から退館まで） *利用は **お一人 1日1回のみ**

1) ご利用（入館）方法



「トレーニング室
利用者名簿」について

- ・この名簿で「15名定員」を管理しています。
- ・トレーニング室利用者が15名に達していた場合、ご利用をお待ちいただきます。（番号札をお渡しします。）
- ・お帰りの際は、「退館時間を記入」してください。

2) トレーニング室 ご利用時の注意事項

- ・トレーニング中も、**必ずマスクを着用**していただきます。**鼻まで覆うよう**着用してください。
- ・周りの方との距離をできるだけ確保し、**会話は控えめ**にお願いします。
- ・運動・ストレッチは、トレーニング室内のみで行ってください。
- ・マシンご利用毎に、**アルコール清掃**をお願いします。
- ・たくさん汗をかく方は、**ご自身で**タオル、着替えなどをご用意ください。
- ・水分補給は適宜行い、ご自身で体調管理をお願いいたします。
- ・ミニプログラムは引き続き中止となります。

3) 8月1日から再開するもの

○定期券の販売

- ・混雑が予想されますので、あらかじめご了承ください。
- ・詳しくは受付までお問合せください。

○体力測定

- ・ご希望の方はトレーニングスタッフへお申し付けください。

○健康体力相談（メディカルチェック、整形相談、栄養相談）

- ・ご希望の方は受付までお問合せください。

○貸出用備品

- ・一部のフィットネスグッズの利用を再開します。
- ・数に限りがあります。譲り合ってください。

4) 初回講習会実施について

初めて八雲体育館のトレーニング室をお使いになる方は、『初回講習会』の受講が必要です。（5年以上ご利用が無い方も対象です。）

実施時間：11:00～ / 13:30～ / 19:30～ 1日3回（毎日実施）

参加人数：各回 定員 2名

料 金：大人 300円 / 65歳以上・障害者 150円

参加方法：**予約優先**（電話 03-5701-2984 または 受付窓口にて予約）

*** 時間に遅れた場合は参加できません。**

* 講習会の内容は、八雲体育館（トレーニング室含む）の利用方法及び利用規則に関する説明、スタッフによるマシン利用のデモンストレーションのみとなります。

* 講習会終了後のトレーニングは可能です。（利用時間は入館から退館まで2時間以内）