

# 庄和体育館 トレーニング室のご案内

## ご利用の流れ

- トレーニング室受付で利用料金(2時間110円)をお支払い頂き、登録カードをお渡しください。代わりに青いバッジをお渡ししますので他の人から見えやすい位置に付けてください。
- お帰りの際は受付に青いバッジをお返しください。  
利用時にお預かりした登録カードをお返し致します。
- 受付横のカゴから消毒用のタオルを、お1人様1枚ずつお取り頂きます。  
こちらのタオルで、マシンやマットの使用前後に消毒をお願いします。  
床などはタオルではなく、備え付けのモップをお願いします。  
トレーニング室の利用が終わりましたら、入り口横にある回収BOXに入れてください。
- 庄和体育館の施設外に出てしまった場合、入室には再度、利用料金が発生しますのでご注意ください。

## 料金について

- トレーニング室 2時間110円  
(2時間以上利用される際は再度利用料金が掛かります)

## 予約マシンについて

- ランニングマシンは30分の予約制になります。  
予約表はトレーニング室内奥のランニングマシン横にあります。  
利用の際は、空いていても必ず、お名前を記入してからご利用下さい。  
時間は1回30分、それ以上利用される場合は再度予約が必要になります。  
もしマシンが埋まっている際は、今使っている方の終了時間を開始時間として記入して頂くことで利用の予約をすることが出来ます。

## 服装、飲み物に関する注意事項

- トレーニング室は、土足厳禁となっております。  
室内用の運動靴を着用の上、ご利用ください。※かかとがない靴・サンダル・クロックスなどの足・かかと全体が覆われていない靴でのご利用は出来ません。
- シーズ、スカート、フレアパンツでのご利用は、マシンに衣服が巻き込まれしまう恐れがある為、お断りしております。
- キャップのないお飲み物(缶、ビン、紙パック等)のお持ち込みや、飴やガムを含むご飲食はお断りしております。

## トレーニング室内の注意事項

- 1つのマシン2人までのご利用になります。
- ダンベルをご利用の際はダンベルが置いてある付近かフラットなベンチの上でご利用ください。(他のマシンに持っていくことは禁止)
- トレーニング室内での大きな声での会話, 携帯電話での通話や撮影はお控え下さい。
- マシンでの長いインターバルや休憩は, 他の方へご迷惑になりますのでお控え下さい。
- 施設をご利用中の怪我やトラブル, 盗難等に関しては, 自己責任にてお願い致します。

## 障がい者免除について

- 障がい者手帳をご提示されますとご本人様と付き添いの方(お1人まで)は, トレーニング室利用料金が免除されます。トレーニング室スタッフまでお申し出下さい。  
(有料プログラムは料金が発生します)

## 妊娠中の方へ

- 当施設には専門スタッフがおりませんので, 自己管理の上でトレーニング室をご利用下さい。
- 3週に達していない方や高血圧の方, 胎盤等に異常のある方の運動はお勧めいたしません。
- 腹圧をかけないようにご注意ください。

## トレーニング室 営業時間・休室について

- 営業時間は9時から21時です。(入り口が21時には施錠されます。閉館15分前にはご退室の準備をお願い致します。)
- 年末年始12月30日から1月3日が休室となります。
- また, その他日程も都合により休室となる場合がございます。予めHPや掲示版のご確認をお願い致します。

庄和体育館 トレーニング室  
TEL048-746-6111

2023.08.01 改定