

# フィットネスジムご利用のお客様へ

初回およびメニュー作成のための対面指導を再開しています。

ご希望の方は①10:00、②14:00、③19:00いずれかの事前予約が必要です。

対面指導が不要な場合は、事前予約は必要ありません。

※ご利用の際は、必ず運動できる服装と室内シューズをご用意ください。

詳細については下記を必ずお読みいただきますようお願いします。

【営業時間】 10:00～21:00／1回1時間または2時間

※不明な点はお気軽にスタッフへお尋ねください。

お問い合わせ 093-282-5858 (フィットネスジム直通)

## フィットネスジムからのお願い

### ○来館時

- ◆ 事前に自宅での検温をお願いします。**発熱や風邪の症状がある場合は来館をご遠慮ください。**  
※来館時にも検温を実施します。高熱や体調不良が見受けられた場合は入場をお断りします。
- ◆ 必ずマスク着用でご来館ください。**トレーニング中も原則マスクを着用**ください。  
※有酸素運動時は強制ではありませんが運動強度を調整するなど工夫をお願いします。
- ◆ 施設入口にて手指の消毒をお願いします。また利用前後の手洗いを徹底してください。
- ◆ 他の利用者やスタッフとの距離(できるだけ1～2m以上)を確保してください。
- ◆ 更衣室は人数制限があります。できるだけ更衣をすませてからご来館ください。

### ○利用時

- ◆ トレーニング中の**大きな発声や声かけ、会話等はお控え**ください。
- ◆ ストレッチやサービスクプログラムを当面の間中止します。
- ◆ トレーニング機器や**マシン使用后、プログラム入力後の消毒**にご協力いただきますようお願いいたします。  
※除菌スプレー、ペーパータオル、ゴミ箱を設置していますのでご利用ください。
- ◆ フィットネスジム内は換気のため、窓や扉を開放しています。
- ◆ こまめな手洗い、アルコールなどによる手指の消毒をお願いします。
- ◆ 受付では飛沫防止シート越しの対応となります。ご了承ください。
- ◆ 利用後は、**速やかな退室**をお願いします。

皆様のご理解・ご協力をお願いします。