

上野台体育館 トレーニング室の ご利用方法

・事前予約制

- ① 9時～10時30分
 - ② 11時～12時30分
 - ③ 13時～14時30分
 - ④ 15時～16時30分
 - ⑤ 17時～18時30分
 - ⑥ 19時～20時30分
- } 火曜・金曜のみ

●開室時間内に利用希望日を電話で予約してください。

●1回 1時間30分

●定員 16名

初めてご利用の方は新規講習会を受けてからご利用ください。

・新規講習会

●日時 月曜、水曜、日曜

・11時～ ・13時～ ・15時～

火曜、金曜

・11時～ ・13時～ ・15時～ ・17時～ ・19時～

所要時間 30分程度 講習後は続けてご利用いただけます。

●定員 原則各回1名まで

●電話で利用希望日時を予約してください。

●持ち物 動きやすい服装、室内用の靴、タオル、飲み物、利用料

【利用上の注意】

- ・利用予約日に自宅で体温を測定してください。

体温 37.5 度以上もしくは平熱と比較し 1 度以上超えている場合のご利用はお断りします。

- ・入室前に手指消毒をしてください。非接触型体温計で現在の体温を測定してから入室してください。

- ・トレーニング室入り口前で待たないよう、予約時間にお越しくください。

- ・利用料金は受付にてお支払いくください。出来るだけおつりの無いようご協力ください。

- ・更衣室は交替制となります。使用時には受付スタッフにお申し出ください。

- ・使用後は器具、備品を消毒液とペーパータオルで拭き取り、消毒をしてください。

- ・一部のマシンは使用制限、時間制限をしています。

- ・利用時間終了後は、速やかに退室してください。

上記を遵守いただけない方は、感染拡大防止の観点から途中退場または、ご利用をお断りします。予めご了承ください。