

上野台体育館 トレーニング室の 新しいご利用方法

開室時間	月曜・水曜・日曜	火曜・金曜
	9時～17時	9時～21時
休室日	木曜・土曜・祝日（日曜日は開室） ・年末年始 12月27日から1月5日	

・事前予約制となりました。

- 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

●開室時間内に電話で利用希望日を予約してください。

●1回 1時間30分

●定員 12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 ・11時～
- ・13時～
- ・15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、マスク、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。

- ・ご利用中はマスクを必ず着用してください。
- ・入室前に手指消毒をし、利用者カードを提示してください。その際、スタッフがマスクの着用と自宅での体温を確認します。非接触型体温計で体温を測定して入室します。
- ・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下さい。
- ・券売機の使用は中止します。利用料金は受付にてお支払ってください。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、ご利用をお断りします。

予めご了承ください。