

# トレーニングルーム

## ジム利用案内 R4.1.4～

### 【館内及びトレーニング中のマスク着用をお願いします】

※マスクは自分にフィットし、運動に適したもの(通気性・立体性のあるもの)を選んでください。

**利用料金** 市内在住・在勤 150円  
市外 220円  
※中学生以下の方はご利用できません。

**利用時間** 午前9時～午後9時45分(最終受付時間：午後9時)  
※ご利用時間は「入室から2時間まで」です。  
※最終受付時間以降の入室はできません。  
※初めてご利用の方は、トレーナーより注意事項等の説明があるため、  
土日・月曜祝日の午後4時30分以降はご利用いただけません。  
それ以外の時間帯でお越しください。

**休館日** 月曜日(祝日を除く)・年末年始(12月29日～1月3日)

### 受付方法

1. 個人利用券または回数券を購入し、着替えを済ませ、2階トレーニングルームへお越しください。  
(土日・月曜祝日の午後4時30分以降の受付は、1階事務室へお越しください。)  
※ジーパン、ジーパンに見えるもの、チノパン、ワイシャツ、ベルト、普段着では入室できません。また、室内用運動靴がない場合も入室できません。  
※運動に必要なもの以外のお荷物は、1階更衣室のロッカーをご利用ください。  
※受付はご本人様がお願いします。
2. ①手指消毒、検温、利用当日の健康状況について確認します。  
※該当項目や37.5℃以上の熱がある場合はご利用できません。  
②緊急時連絡先(新型コロナウイルス感染症拡大防止対応のため)を記入し、トレーナー(職員)にお渡しください。  
③個人利用券または回数券の裏面に【氏名と当日(怪我や気分が悪くなった際)の緊急連絡先】を記入し、チケットBOXに入れてください。  
④名簿に【氏名と入室時間】をご記入ください。

3. ジムへ入室し、マシン用雑巾を1枚取り、トレーニングを開始してください。

### 退出について

- 利用時間内であれば、退出は自由ですが、利用が終了したら速やかに退出をお願いします。
- 退出の際は、マシン用雑巾を回収BOXに入れ、名簿に退出時間をご記入ください。

### その他

- ゴミはお持ち帰りください。
- トレーニングルーム内での会話はご遠慮ください。(トレーナーに質問などは結構です。)
- 運動中も周囲の人となるべく距離をあけてご利用ください。
- 換気は1時間に1回程度、マシン消毒は混雑時を避け適宜トレーナーが行います。
- トレーニング用具、手具の持込みはできません。
- 携帯電話はマナーモードに設定の上、トレーニングルーム内での通話、撮影(写真・動画)はご遠慮ください。
- 見学だけの方は入室できません。

### お問合せ

NPO 法人羽村市体育協会 TEL 042-555-1698

羽村市スポーツセンター TEL 042-555-0033

※この利用案内は新型コロナウイルス感染症対策用に作成しています。国や東京都の方針を確認しながら適宜見直しをしていきますので、ご協力お願いいたします。