

# 利用規定

---

## 《ご利用の際のお約束と注意事項》

◇疾患がある方や妊娠中の方は、禁止事項や運動強度について必ず医師の指示を仰いでからご利用ください。

### ◇服装・シューズについて

○動きやすく運動に適した服装と室内用の運動シューズをご着用ください。

○以下の服装・履物をご遠慮ください

- ・ジーンズ、スカート、ベルト付きのズボン
- ・スリッパ、サンダル、つま先かかどが開いているシューズ

### ◇貴重品について

○更衣室ロッカーは100円リターン式です。

高額な現金や貴重品は1F受付横の貴重品ロッカーをご利用ください。

○盗難、紛失、破損については責任を負いかねます。

### ◇飲料の持ち込みについて

○トレーニング室へ持ち込む飲料は、蓋つきの容器をご利用ください。

○瓶、缶、蓋のない容器の持ち込みはご遠慮ください。

### ◇トレーニング器具の利用について

○器具は長時間専有せず、お互い譲り合ってご利用ください。

○混雑時は器具の利用時間を1度につき最大30分間とし従業員がお声がけする場合がございますので予めご了承ください。

○セット間の休憩時には、一度器具から離れるようお願いいたします。

### ◇その他の注意事項

○中学生以下の方はご利用いただけません。

○携帯電話は電源を切るかマナーモードに設定し、音が出ないようにしてください。  
通話をされる際は、トレーニング室の外でお願いいたします。

○ほかの方へ迷惑行為があった場合、退出をお願いすることがあります。

○体調が悪い場合は無理をせず、トレーニングを中止して休養してください。

○飲酒をされている方はご利用いただけません。

○刺青（ワンポイントタトゥーを含む）がある方は、露出しないようご注意ください。

○閉館時間の午後9時までに更衣を済ませご退館されますようご協力お願いいたします。

### ◇その他

○記載されていない事項については、館内掲示物やスタッフの指示に従ってください。