

## トレーニング室の利用について

新型コロナウイルス感染症対策のため、下記のご協力をお願いします。

### ご利用時間

平日 09:00～22:00

土日祝日 09:00～20:00

※新規利用者、修了証の有効期限（最終利用日から2年経過）が切れている方は、講習会の受講が必要となります。

### 来館時におけるお願い

- ① 発熱・咳・くしゃみなど、風邪症状がある場合は、来館をご遠慮ください。
- ② 入館の際は施設入り口にて手指の消毒を必ずお願いします。
- ③ 3密（密閉・密集・密接）を避けてください。

### 利用時におけるお願い

- ① マスクの着用は、個人の判断となります。下記使用場所・状況の際は、ご自身を感染から守るため、周囲の方に感染を広げないために、マスクの着用を推奨します。
  - ・ストレッチコーナーの使用
  - ・会話
- ② トレーニング室は、常時換気しておりますので、ご了承ください。
- ③ 使用したマシンやマットなどは必ず各自で消毒をお願いします。  
(消毒スプレー、消毒専用タオルをご利用ください。トレーニング終了後、回収BOXへ返却をお願いします。消毒液は元の位置にお戻しください。)
- ④ 他の利用者との距離・間隔を保ってトレーニングをお願いします。
- ⑤ 大声での発声や近距離での会話を控えてください。