

## トレーニング室をご利用のみなさまへ

- ・ 利用前に必ず、チェックリストのご記入と同時に検温モニターで検温してください。
  - ・ 体温が高い（37.5℃以上）場合は利用できませんので予めご了承ください。
  - ・ 引き続き当面の間、事前予約制です。（電話申込可）予約の受付は単回（1回分）のみとし、次の予約はご利用時に次回の予約（1回分）を受け付けいたします。
- 予約受付時間は、毎日9時～20時までです。（電話での申し込みができます）

### 【例】10月3日（土）の予約をする場合

10月1日（木）に電話で10月3日（土）11時～の予約をする。利用日当日に次の予約をして帰る（若しくは後日改めて電話で1回分の予約をする）。

人数制限を継続しておりますので、希望の日時に予約が取れない場合があります。

- ・ エアロバイクにつきましては間引き利用となります。
- ・ ランニングマシンは全台利用可能です。
- ・ サウナ室の利用は引き続き定員2名での利用です。
- ・ 更衣室の混雑及び滞在時間を短縮するため、更衣を済まされてのご来場にご協力ください。
- ・ スタジオの利用については、当面の間ストレッチや自重トレーニングのみでの利用とさせていただきます。

まだまだ制約がある中での利用となっております。みなさまのご協力で少しでも早く普段の日常が取り戻せるようご協力をお願いいたします。