



# スポーツエリア利用マナーについて

- \*携帯電話の通話は、ラウンジ・ギャラリー、エントランスでご利用ください。
- \*館内での撮影は所定の場所以外ではご遠慮ください。
- \*ロッカーキーは必ず身に付けてご利用ください

## ●トレーニングジム Training Gym

- \*飲用は、缶・ビンはお控えいただき、蓋付きペットボトルをご利用ください。
- \*各マシンご利用後は、備え付けのタオルで汗をお拭きください。
- \*マシンは譲り合ってご利用ください。
- \*乱暴な使い方、大きな声を上げてのご利用はご遠慮ください。
- \*禁止されているトレーニング方法はご遠慮ください。
- \*室内用シューズをご利用ください。  
ジム内では、裸足でのご利用はご遠慮下さい。  
(裸足、スリッパ等での運動はご遠慮下さい)
- \*すべての有酸素マシンをご利用の場合は、予約ボードに予め「終了時間」をご記入の上、ご利用ください。
- \*ジム内、安全の為歩いてご移動ください。

## ●プール Pool

- \*時計・イヤリング・ピアス・凹凸のある指輪などの装飾品をつけてのご利用はご遠慮ください。
- \*お化粧品や整髪料を落として、シャワーで十分に頭から全身をお流しください。
- \*必ずキャップをご持参の上、着用ください。  
その際は、キャップの中に髪の毛が収まるように着用ください。
- \*水中歩行、遊泳時は、利用案内をご確認いただき譲り合ってご利用ください。
- \*プール内において、他のお客様と立ち止まっての会話はご遠慮ください。
- \*飲用は、蓋付きペットボトルをご利用ください。
- \*採暖室は、他のお客様にご迷惑を掛けないようご利用下さい。
- \*ロッカーへ入る際はタオルで体を良く拭き、床がぬれないようご注意ください。
- \*メガネはウォーキング時のみ利用頂けます。



## ●リラクゼーションルーム Massage Room

- \*汗をかいたままでのご利用はご遠慮ください。
- \*マッサージチェアのご利用は、1回15分となっております。

## ●スタジオ Studio

- \*携帯電話は、マナーモードもしくは電源をお切り下さい。(通話はご遠慮ください。)
- \*プログラム開始時刻以降のご参加は安全上ご遠慮頂いております。
- \*定員用カードは、レッスン開始30分前よりジムカウンターにて配布致します。  
お一人1枚でお願い致します。
- \*次のプログラムを待たれる場合は、1列に並んでお待ち下さい。長蛇になる場合は、スタッフより声を掛けさせて頂きます。
- \*お荷物だけでの順番待ち、場所取りはご遠慮下さい。

## ●ロッカー Locker

- \*ロッカーは施錠し、ロッカーキーは手首に常に着用ください。
- \*携帯電話は通話、メール確認を含めたご利用はご遠慮ください。
- \*ロッカーはおひとり様につき、1つだけをご利用ください。
- \*ロッカールーム内は、履物はご遠慮ください。
- \*ロッカー内でのお食事はご遠慮ください。  
(1階ラウンジをご利用ください)
- \*床が濡れた場合は、備え付けのモップをご利用ください。
- \*ドライヤーは、髪を乾かすものとしてご利用下さい。  
(足の裏を乾かすなどの行為はご遠慮下さい)

## ●浴室 Bath Room

- \*シャワー・カラン・サウナでの場所取り、塩もみ、毛染め、歯磨きはご遠慮ください。
- \*水着の洗濯(濯ぎ等)は脱衣所内専用洗い場をご利用下さい。  
(脱水機にて、水分を十分に絞って下さい)
- \*サウナ内・浴室内では読書、寝そべる、大声で話す、垢すり、ラップを巻く行為はご遠慮ください。
- \*サウナ利用の際は、ドアを開けたまま入るといったような行為はご遠慮下さい。
- \*カランのシャワーをご利用の際、立ち上がったの利用はご遠慮いただき、周りのお客様に飛び散らないよう配慮ください。
- \*サウナ利用の際は、専用マット又はご持参のタオルを敷かれるか利用後に汗を拭き取ってください。