



スポーツエリア利用マナーについて

*携帯電話の通話は、2Fラウンジ、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

*館内での喫煙および飲酒はご遠慮ください

●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、ご自身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)

*ランニング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。

●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たり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にならないよう、譲り合ってご利用ください。

*プールエリアでは、ゴーグルまたは頭部固定タイプの防水のミュージックプレイヤーのみ、ご利用いただけます。

●スタジオ Studio

*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。

*定員用札は、レッスン開始60分前よりジムエリアにて配布致します。
お一人1枚でお願い致します。

*時計や凹凸のある指輪などは、事前に外してご参加ください。

●ロッカー Locker

*ロッカーないでの携帯機器（携帯電話、スマートフォン、タブレットなど）のご使用はご遠慮ください。

*ロッカーは施錠し、ロッカーキーは常に着用ください。

*ロッカールーム内は、裸足や靴下、室内用スリッパでご利用ください。

*ロッカー内でのお食事はご遠慮ください。
(2F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)

●シャワー室 Shower Room

*衣服や水着を着用してのご利用はご遠慮ください。
(脱衣所で脱いでからご利用ください)

*シャワー・カラン・サウナでの場所取り、塩もみ、毛染めはご遠慮ください。

*水着の洗濯（濯ぎ等）はシャワー室または洗面台をご利用下さい。
(脱水機にて、水分を十分に絞って下さい)

*サウナでの、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ような行為はご遠慮下さい。

●マッサージチェア Massage Chair

*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回約15分となっております。続けてご利用の場合は、次の利用者がいないかをご確認の上、ご利用ください。