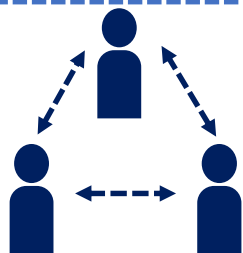


トレーニング室ご利用の皆様へ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、トレーニング室のご利用につきまして、**新しい利用方法に変更し**、再開いたします。
以下の事項へのご理解・ご協力をお願いいたします。

ご利用案内 *** 9月29日より定員が20名になります**



【営業時間】 9時～21時（受付終了:20時）

*ただし、当日の混雑状況により、20時以前に受付を終了することがあります

【定員】 15名→**20名**

【利用のお願い】

- ・多くのお客様がご利用いただけるよう2時間以内のご利用にご協力をお願いいたします
- ・土曜日の学生無料開放は当面休止

【変更点】

- ・3密を避けるため定員を設定いたしました
- ・感染症防止対策チェックシートを提出してください(利用毎)
- ・入退出時間の確認をさせていただきます
- ・フリーウェイトエリアの定員は**最大で4名**とさせていただきます



変更のあるマシン	時間	台数
ランニングマシン	35分 → 20分	5台 → 3台
リカレントバイク	新たに 20分 に設定	3台 → 2台
アップライトバイク	新たに 20分 に設定	3台 → 2台
アセントトレーナー	30分 → 20分	2台 → 1台
ベンチプレス	30分 → 20分	変更なし
パワーラック	30分 → 20分	変更なし
スミスマシン	30分 → 20分	変更なし
アームカール	新たに 20分 に設定	変更なし

ご利用の流れは次ページをご覧ください

横浜市金沢スポーツセンター

トレーニング室ご利用の流れ

7月1日より変更し、再開します

ご利用方法のフロー
来館後は受付にて入場可否をご確認ください

★入室できる場合

☆定員が超えている場合

★感染症防止対策チェックシートを受取り記入

☆整理券を受け取り待機

★チェックシートを受付に提出、利用料お支払

★リストバンドを受け取る

☆整理券番号の呼び出し
※呼び出し後5分間で受付できない場合は次番号へ繰り上げます。トイレなどの際は受付に一言お声掛けください。

★トレーニング室でタオルとカゴを受け取る。
※リストバンドの番号を確認いたします

土日祝日については、混雑が予想されます。
すぐに入室できないことがありますので、あらかじめご了承ください。

★ご利用毎に使用したマシン等を消毒

★退出後、リストバンドを受付に返却
※タオルとカゴはトレーニング室で返却



トレーニング室ご利用のお願い

7月1日より、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため新しいご利用方法に変更し、トレーニング室を再開します。
ご利用の皆さまにご不便をおかけいたしますが、皆さまのご理解・ご協力の上、ご来館いただきますようお願いいたします。



体調不良や感染が疑われる症状のある場合は、利用を自粛してください。また、利用にあたっては、利用毎に「感染症防止対策チェックシート」の提出が必要です。

※ご提出いただけない場合は、ご利用できません。

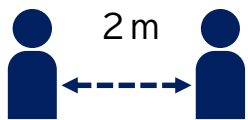


マスク等を持参し、館内滞在時はマスクを着用してください。マスク着用での激しい運動は酸素欠乏症や熱中症などの危険性もございますので、通常より強度を落とすなど、着用される際は体調管理に十分ご注意ください。

なお、有酸素系マシンをご利用時の際も可能な限りマスク等を着用してください。



お客様に清掃・消毒用タオル(ペーパー等)をお渡しします。ご利用したマシン等は消毒液とお渡ししたタオルで拭いてください。また、来館時・退館時は手洗いや手指消毒を徹底してください。



利用者とスタッフの距離(できるだけ2m以上)を確保してください。

フリーウエイト等でのスタッフによる補助はいたしません。また、利用者同士の補助もご遠慮ください。

※障害者の誘導・介助を行う場合を除く



飛沫飛散の防止のため、利用中、大きな声での会話はお控えください。



- ・機器の利用台数に制限があります。
- ・血圧計は利用できません。ご来館前に体調チェックをお願いいたします。
- ・ウエイトベルトや縄跳び等の用具の貸し出しは中止します。
- ・マシンの独占はご遠慮ください。
- ・譲り合ってご利用いただくようご理解・ご協力をお願いいたします。