

トレーニングマシンのご利用について

トレーニングマシンを安全・快適にご利用いただくため、下記の事項をご確認ください。

ご利用案内

- 水・金・日 が個人利用日となります。※初めてご利用の方は登録が必要です。お得な回数券、定期券もございますので受付にてお申し出ください。
 - ・一般 220円/2時間 ・中高校生 100円/2時間 （中学生は保護者同伴）
 - ・シニア（65歳以上）180円/2時間
 - ・障害者手帳の交付を受けている方は全額免除となります。当該手帳又はミライロIDにより情報をご提示ください。付き添いの方1名も利用料金が免除となります。
- トレーニングに適した服装・室内シューズでご利用ください。
- 着替えはフィットネスルーム内の更衣室をご利用ください。
- 貴重品は更衣室内のロッカーをご利用ください。（10円）
- 飲酒、酒気帯のご利用はできません。
- 怪我防止のため十分なストレッチ等のウォーミングアップや利用後のクールダウンをおこなってください。体調がすぐれない場合は無理をせず利用を中止してください。

トレーニングについて

- ランニングマシンをご利用される場合、利用順番表を記入してからご利用ください。空いていても必ず記入をお願いします。
- マシンの独占、マシンでの休憩は他利用者の妨げとなります。終了後は速やかにマシンから離れるようご協力ください。
- 不適切なマシンの操作は、怪我や故障の原因となりますのでご遠慮ください。過度のスピードで走る行為は危険です。
- マシン使用後は、汗や汚れ等をふき取り消毒のご協力をお願いします。
- フィットネスルーム室内は、水分補給以外の飲食はできません。飲み物は水筒やペットボトル等ふたがついた容器に限ります。缶類、ビン、コップ等での飲料はご遠慮ください。

その他

- 未就学児のお子様を待たせる等、お子様連れでの利用はできません。
- 室内の空調操作は施設で管理しております。また換気のため窓を開けた状態でのご利用となりますことご了承ください。