



城里町七会町民センター

「トレーニングルーム」利用上の注意



【トレーニングルーム全体の注意点】

- トレーニングルーム内は、**土足禁止**です。
※入室前に、上履きに履き替えて下さい。
- トレーニングルーム内は、水分補給以外の**飲食禁止**です。
- 酒気帯びでの利用は、禁止です。
- トレーニングに適した服装でご利用下さい。
※スーツ・ジーンズ等、伸縮性のない服装での利用は、お止め下さい。
- 貴重品等は、各自で管理して下さい。
- 高校生（15～18歳）が利用する際は、保護者同伴の下、ご利用下さい。**
- ごみはお持ち帰り頂くか、施設内のごみ箱へ捨てて下さい。
- 他の利用者に迷惑をかける行為は、禁止です。
- 当施設においての盗難及び事故等につきましては、一切、責任を負いかねます。

【トレーニング機器における注意点】

- トレーニング機器等は、譲り合ってご利用下さい。次の利用を待っている方がいる場合、**30分以内の交替にご協力下さい。**
- トレーニング機器等は、ていねいにご利用下さい。利用方法が分からない場合は、指導員へお聞き下さい。
- トレーニング機器等の**正規の利用方法以外の利用**は、事故や故障の原因になりますので、**禁止**です。
- トレーニング機器等は、**各自の体力に見合った強度で**、無理のないように、ご利用下さい。
- トレーニング機器等は、**ご利用後、汗を拭き取って下さい。**
- ストレッチマットは、上履きを脱いで、ご利用下さい。**
- ボール・縄等の持ち込みは、ご遠慮下さい。
- その他、ご利用に関しては、指導員の指示に従って下さい。

上記の注意事項を守れないときは、トレーニングルームの退室又は、登録の取消を行う場合があります。