

トレーニングルーム ご利用上のルール

- ①インターバル時・携帯電話の操作・会話等をする場合でも、**一度器具から離れましょう。**
- ②音の出るものは、イヤホン着用の上、**音量**に注意してください。
- ③ランニングマシン・ヴァリオ・スミスマシン・ベンチ台をご利用の際は、**予約台帳に利用時間をご記入ください。**
- ④携帯・タブレットによる**動画・写真撮影は固く禁止しております。**
- ⑤飲み物は**キャップ付きの物をご持参下さい。**
また、食事はトレーニングルーム内では出来ません。
- ⑥ご利用の際はトレーニングシューズ（室内専用）をご着用ください。**土足やクロックス・かかとの無い靴でのご利用は出来ません。**※コンディショニングルームを除く。
- ⑦タトゥー・刺青をされている場合は、**ラッシュガード・サポーター・テープ等で隠し、ご配慮していただきますよう、ご理解・ご協力をお願い致します。**