

～ 来館時のマスク着用と手指消毒 ～



来館時には**マスク**の着用
入館前に**手指消毒**をお願いします。

～ 来館時には密を避けるために間隔を空けましょう ～



受付時は**テープ**の場所で
順番をお待ちください。

～ 入館時の健康チェック ～



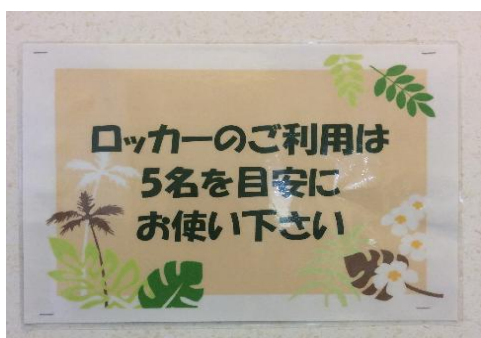
体温測定と**健康チェックカード**
の記入をお願いします。

～ 受付方法 ～



接触を避けるため**トレイ**を使用して会員カードとロッカーキーの**受け渡し**を行います。

～ ロッカーのご利用について ～



密集を避けるため、ロッカー内の利用は5名を目安にご利用ください。

※来館時は運動着でお越しいただくなどロッカー内のご利用時間が短くなるようにご協力をお願いいたします。



ロッカー内にハンガーを設置しておりません。必要な方は**消毒済みボックス**よりお取りください。

※使用後はロッカー内に入れたままでお帰りください。



ロッカー内の密集状況と消毒作業が困難なためシャワーのご利用を**休止**させていただきます。

～ フィットネスフロアご利用について ～



密接を避けるため、運動メニューの受け渡しは並ばずお1人ずつお願いします。

～ 共有物品のご使用について ～



鉛筆などの共有物は**消毒を行います**。
使用後は**使用済**鉛筆入れなど専用の場所へ返却をお願いします。
※共有物はすべて消毒を行っています。

～ 換気について ～



館内は**30分に1回以上**の換気行います。
※室温調整が難しくなりますので定期的に水分補給を行うなど
熱中症の予防など体調に注意しましょう。
※換気扇は常時作動しております。

～ マシンのご利用について ～



ご使用前に**使い捨てペーパー**を使用してマシンの消毒をお願いいたします。



身体が触れる場所を中心に消毒をお願いいたします。



1回ごとに**使い捨て**でご使用ください。

～ 運動時のマスク着用について ～



マスクを着用して運動を行ってください。

※体調に合わせて無理のない範囲で行いましょう。

※過度に呼吸が上がらない範囲で行いましょう。

～ マシンの使用について ～



密集状況を避けるため1部マシンの使用台数を制限させていただきます。

～ スタジオプログラムについて ～



飛沫感染を防ぐために**背面**でレッスンをさせていただきます。

参加者同士の**間隔を保つ**ために実施場所を指定させていただきます。
※場所の確保はご自分の場所のみとさせていただきます。

全てのプログラムは、定員制と予約制とさせていただきます。

～ ストレッチマットの利用について ～



消毒済のストレッチマットからご利用ください。



使用後は**使用済**の場所へご返却ください。