

ご利用の際のルール・マナー

施設ご利用にあたって

会員の皆様に安全に気持ちよくご利用して頂くため、下記の注意とマナーのご協力お願い致します。

◎施設全体◎

- ・館内は禁煙となっております
- ・酒気を帯びてのご利用はご遠慮ください
- ・ロッカー以外でのお食事はご遠慮ください
- ・身体の調子が思わしくないときは、無理をせず利用を中止してください
- ・携帯電話の通話はロッカー又は、館外でのご利用をお願い致します
- ・ジム内（駐車場を含む）での盗難・紛失・事故等につきましては一切責任を負いかねますので、予めご了承ください
- ・タトゥー、刺青の露出は固くお断り致します。必ずサポーターやシャツ、テーピング等で隠していただきますようお願い致します。
- ・皆様に快適にご利用頂くため、強い香水はお控えいただき、汗の臭いはデオドラント等で対策していただきますようご協力お願い致します。

◎ジムエリア◎

- ・動きやすい服装・室内履きシューズでご利用ください（素足ではマシンをご利用頂けません）
- ・次に利用される方の為にマシンについた汗をお拭きください
- ・混雑時の長時間のマシンの利用はご遠慮ください
- ・器具の取り扱いは丁寧にご利用頂きますようお願い致します
又、器具使用後は、必ず所定の位置にお戻しく下さい
- ・大声や奇声を発する行為はご遠慮ください

◎スタジオ◎

- ・レッスン開始後の途中での入退場はご遠慮ください
- ・物での場所取りはご遠慮ください

！こんなときに運動してはいけない！

飲酒・酒気帯び状態／寝不足／食後30分以内／空腹時

献血や採血をした日／その他、気分が優れない状態

※トレーニング中のケガ、事故に十分気を付けましょう。