

# トレーニング室における感染防止対策

コロナウイルス感染防止のため、当面の間、次のとおり対策を取らせていただきます。状況をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

## 【利用時間】

・利用時間は、次のとおり**2時間一コマ**とし、**総入替制**での利用となります。

- ① 10:00～12:00 (受付時間：9:00～10:00)
- ② 12:30～14:30 (受付時間：11:30～12:30)
- ③ 15:00～17:00 (受付時間：14:00～15:00)
- ④ 17:30～19:30 (受付時間：16:30～17:30)
- ⑤ 20:00～22:00 (受付時間：19:00～20:00)

※ 利用時間帯の間の30分は、換気及び消毒の時間となります。

※ 各コマ利用時間内に退室をお願いいたします。

## 【利用受付】

- ・一コマの最大利用人数は、**先着24人**までとさせていただきます。
- ・利用受付は当日予約とし、利用を希望する時間帯の1時間前から開始時間まで受け付けます。
- ・**新規利用者**の受け付けは、**停止**させていただきます。

## 【マシン等の制限】

- ・トレッドミル等の有酸素マシンは、2台分の間隔を空けさせていただきます。
- ・複数台あるマシンは、台数を制限させていただきます。
- ・ストレッチマットは、個人用をご利用いただき、使用後は使用後エリアへご返却ください。
- ・体組成 (INBODY) 測定および貸靴は、利用できません。

## 【清掃・消毒の協力】

- ・各エリアに消毒液を設置しますので、各マシン利用後の清掃及び消毒をお願いいたします。
- ・清掃・消毒には、使い捨てのキッチンペーパーをご利用ください。

## 【更衣室の利用について】

- ・密を避けるため、更衣室を使用しないよう、運動ができる服装でのご来館にご協力ください。
- ・更衣室を利用する場合は、同時利用者が5人を超えない範囲での利用にご協力ください。

## 【その他の感染防止対策】

- ・来館時にはマスクを着用し、密接を回避するため2mの対人距離の確保をお願いいたします。
- ・発熱 (例えば平熱より1度以上) や軽度であっても風邪症状 (せきやのどの痛みなど)、嘔吐、下痢等の症状があれば来館をご遠慮ください。
- ・こまめに手洗いや手指の消毒をお願いいたします。
- ・トレーニング室ご利用の方は、入場前に検温を実施いたします。