

1月以降

マシントレーニングについて (全日予約不要になります!!)

	営業時間
火曜日～土曜日	9:00～21:30
日曜日	13:00～19:00
<u>火曜日から土曜日の退館時間について</u> 【65歳以上の方】 マシンの利用は19時までで終了／最終退館時間19時30分 【64歳以下の方】 最終入館時間20時／最終退館時間21時30分	

1月からの変更点とご利用について

- ◇ 利用時間2時間／1回
- ◇ ロッカールームの使用を再開します。(現・荷物置き場なし)
- ◇ オープン10分前に名簿が出ます。記名してください。時間になりましたら順にお呼びします。ファイルボックスを受付で受け取ってください。
その他の時間は入り口で検温してから受付にある名簿に記名してください。
- ◇ 定員は20名です。定員時は定員名簿に記名しお待ちください。人数に空きが出ましたらスタッフが呼びます。
- ◇ 持ち物：マスク・室内履き・飲み物
忘れずにご利用できないのでご注意ください。
- ◇ 安全に運動していただくために運動前後の血圧測定結果と運動の内容を個人ファイルに記入してください。