

トレーニングルームは**予約制**です

お電話【(058)241-8831】か、リフレ芥見の受付で
お客様の氏名・電話番号をお伝えください。

予約状況についてはお電話でお問合せください。

予約のルールについて

- ◎ 当日～14日先まで 予約を受け付けますが、
予約できるのは、お一人様につき 1つのみ です。
- ◎ トレーニング終了後に、次の予約が1つ可能
になります(当日の連続利用は不可)。
- ◎ 各時間区分男女関係なく 先着で4名になり次第、
予約を締め切ります。
- ◎ ご本人以外の予約や、予約の譲渡はできません。
◆介助が必要な方など やむを得ない場合については、その限りではありません。

時間区分

- ① 9:00～10:15
- ② 10:30～11:45
- ③ 12:00～13:15
- ④ 13:30～14:45
- ⑤ 15:00～16:15
- ⑥ 16:30～17:45
- ⑦ 18:00～19:15
- ⑧ ~~19:30～20:45~~

設置中の機械類

- ・ランニングマシン 4台
- ・エアロバイク 2台
- ・ロデオボーイ 1台
- ・ダンベル 2セット
- ・ストレッチマット 3枚
- ・ステッパー 1台

ご利用のルール

- ◎トレーニングルームは会話禁止です。
- ◎マシン類の専有は30分でお願いします。使用しているマシンを使いたい方がいないか確認するなど、譲り合ってご利用ください。
- ◎予約時間より遅れる場合は事前にお知らせください。なお、途中から入室されても区分の終了時刻までに利用を終えて退室してください。
- ◎更衣室は閉鎖中のためシャワーや更衣はできません。
 - ◆運動できる状態でご来館ください。
 - ◆荷物等を入れられるように、ロッカーはトレーニング室内に置いてあります。
- ◎キャンセルが続く場合、以降の予約をお断りいたします。
- ◎予約当日、受付に個票(住所・氏名・電話番号を記入)を提出してください。
 - ◆用紙は受付にあります。複数施設を利用される方も1枚で結構です。

◎マスク着用が必須です。

- ◆飛沫感染防止の為、トレーニングルームでは有酸素運動に適しているマスク(ウレタンマスク等)を必ず着用してください。
(※飛沫感染防止にならないためマウスガード、フェイスシールド等は不可)

マスク着用状態で息苦しくなる運動は、お客様の安全のため、ご遠慮ください。

- ◎ご自分の使用した機器類の消毒を必ず行ってください。
- ◎プール更衣室での着替えをご希望の方、トレーニングルームご利用後にプールを利用される方については、プールのルール(ロッカー待ち等)に従ってください。

ご了承いただける方のみご予約をお願いいたします