

■ □ トレーニング室 ご利用のお客様へ □ ■

トレーニング室内のご利用について

- 運動に適した服装・室内シューズでご利用ください（詳しくは裏面をご覧ください）。
- パーソナルトレーニング等の指導行為は禁止です（客観的にそう見られる行為もご遠慮ください）。
- 感染症対策のため、運動中もマスクの着用をお願いいたします。
- 体調に異変を感じた際には直ちに運動を取りやめ、スタッフをお呼びください。
- 4Fランニングコースはご利用頂けない日もありますので、イベント・一般開放予定表をご確認ください。
- 全てのマシン道具の使用後は汗の拭きとりをお願い致します。
- ストレッチマットは、トレーニングシューズを脱いでご利用ください。
- ランニングマシンをご利用の際は、ホワイトボードに終了時刻をご記入の上ご利用ください。
- ランニングマシンをご利用の際は、携帯電話の操作や動画の鑑賞・読書はご遠慮下さい。
- ランニングマシンをご利用の際は、危険ですので後ろ向きや横向き歩行はご遠慮下さい。
- その他スタッフの指示に従ってご利用ください。

ロッカールームのご利用について

- 自身の持ち物はロッカーで保管してください。万が一、盗難等ございましたも、当施設は一切責任を負いません
- ロッカールーム内は、シューズ（外・内履き共に）は脱いで、必ずロッカーにしまってください。
- ロッカーキーバンドは必ず手首につけてご利用ください。
※お帰りの際、必ずキーバンドをご返却ください。
- ロッカールーム内に掲示してある更衣室・温浴施設利用時の約束事をお守りください。

携帯電話の使用について

- トレーニング室内やスタジオ内での写真、動画の撮影、通話をご遠慮ください（ホールや廊下は可能です）。
- メールやオーディオ機器としての利用は可能です。

その他ご不明な点はスタッフにお尋ねください。

エスフォルタアリーナ八王子