

## トレーニング室利用注意事項

- ・原則高校生以上を入室可能とします。
- ・入室前に手指消毒にご協力ください。
- ・室内専用の運動靴を着用してください。
- ・トレーニング機器の取り扱いには十分注意し、正しく扱ってください。
- ・トレーニング機器に異常が発生した場合は、直ちに管理人までご報告ください。
- ・飲み物の持ち込みは必ずふたの付いた容器でお願いします。
- ・マシン利用後はウェイトピンを一番上に戻してください。
- ・体調が悪いとき、ケガや疲労時にはトレーニングを控えてください。