

## トレーニング室・ランニング走路の利用ルールについて

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、トレーニング室・ランニング走路は下記のルールのもと利用できます。

- トレーニング室・ランニング走路を同時に利用できる方は併せて 12 人とします。
- 満室の場合は、入室をお待ちいただくこととなります。
- 入室の際は、入口で手を消毒していただき、登録書・チケット・チェックリストをスタッフにお渡しください。
- マシンの使用を制限します。  
マシンの間隔を 1 台ずつあけて間引いて実施するマシンがあります。
- マシン等の使用後は、備え付けのペーパーで消毒してください。
- 開館前からお並びいただくことはご遠慮ください。
- トレーニング中以外はマスクの着用をお願いします。
- スタッフ及び利用者同士による補助はお控えください。(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く。)
- 利用の際は、三つの密（密閉・密集・密接）を回避するよう工夫して利用してください。
- 休憩やプレー中等、人と人の距離を「できるだけ 2m を目安に（最低 1m）」は確保するようにしてください。また、強度が高い運動・スポーツの場合は、より一層距離を空けてください。
- タオル・飲み物の共有はしないでください。
- 換気のため定期的に換気をします。
- シャワーの利用はできません。
- 更衣室は同時に利用できる人数に制限があります。
- 利用後 2 週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、施設管理者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告してください。