

雲南市加茂B & G海洋センター

トレーニングルーム利用上の注意 (令和8年4月～)

【利用制限について】

- トレーニングルームを使用する方は、スタッフの説明を受けた方（スタンプ押印）のみとします。
- 体調の悪い方、酒気を帯びている方、心疾患のある方、医師から運動を禁止されている方はご利用できません。
- 利用者は自身の健康状態に応じて、自己責任の下トレーニングルームを利用してください。
- 施設内および施設の敷地内は、禁煙となっております。
- マシンやトレーニングの備品は、目的に合った利用方法を守って、正しくご利用ください。
- 小学生以下の方は、ご利用になれません。
- 中学生のご利用は、18歳以上（高校生を除く）の保護者の同伴が必要です。
- トレーニングルーム内では、外履きと区別した室内シューズ（運動靴）を着用してください。
- 服装は、運動のできる服装とし、ジーンズ、スカート着用の方、上半身裸の方は利用できません。
- トレーニングルーム内での携帯電話での通話はご遠慮ください。
- 私物のトレーニング備品のお持ち込みはお断りしております。
- トレーニング機器の改造はご遠慮ください。
- 貴重品の管理は各自で行ってください。紛失物については、当センターは一切責任を負いません。
- トレーニングルーム内での飲食はご遠慮ください。ただし、水分補給としてのスポーツドリンクなど（糖やアミノ酸入り）の飲用は認めます。床面に垂れた場合は、ふき取ってください。
- ガムや飴を口にしながらの利用はご遠慮ください。
- 利用時に奇声や大声をあげる、大声で私語をするなど、他の利用者の迷惑行為はご遠慮ください。
- 忘れ物、放置物等は原則として1か月保管した後に処分します。紛失物については、当センターは一切の責任を負いません。
- 障がいのある方1名につき、介助者1名まで無料で利用できます。介助者は、介助者利用登録申請書を提出の上、介助が必要な方に付き添い、安全を第一に介助してください。介助が必要な方に万一が事故があった際には、介助者に責任を負っていただく場合があります。
- 利用制限時間は2時間程度です。マシンが混み合っている場合は譲り合ってご使用ください。
- 最終受付時刻は、21時00分とします。年会員の方は21時30分が最終受付です。
- シャワーのご利用は、21時30分までとします。家庭用シャワーの代替えとしてのご利用はご遠慮ください。
- 駐車場で起きた事故につきましては、当センターは一切の責任を負いません。

【体調管理について】

- トレーニング前後は、必ずストレッチをし、各自で健康管理をしてください。
- トレーニングルーム利用時の病気、怪我等は応急手当以外の責任を負いません。

【用具等の利用について】

- 事故、機器の故障の際は直ちにスタッフに連絡してください。
- 故意または過失によって本センターの施設、物品等（トレーニング機器やロッカーの鍵など）を損傷、または滅失したときは、その損害を賠償しなければなりません。
- マシン・備品の使用後は、設置してある除菌ウェットティッシュ等で必ず汗等を拭きとってください。