

トレーニングゾーン利用案内

2023年7月20日 改定

☆利用時間・利用料金☆

対象者	大田区内在住・在勤・在学の方（18歳以上）、但し、高校生を除く。	
利用時間	9：00～21：45（最終受付20：30）	
新規登録	受付時間 9：00～19：00（コロナ禍以前のカードは無効です）	
利用料金 （2時間）	羽田・糀谷	300円
	その他大田区	400円
休館日	毎月20日 ※ 特別行事等により変更の場合あり	
	年末・年始 12月29日～1月3日	
その他	アリーナが貸切の場合は使用不可	

☆利用の手順☆

① 事前登録

- ・初回のみ、2階オフィスにて利用者登録を行います。
登録申請書をご記入のうえ受付へ提出ください。
 - ・登録の際は在住・在勤・在学が分かる大田区の住所が記載された**本人確認証**をご提示下さい。（例：運転免許証、マイナンバーカード、社員証、学生証など）
 - ・個人登録は本人が来館して手続き願います。（代理での登録は出来ません）
 - ・内容を確認後、個人登録カードを発行致します。（カードの初回作成時は無料）
 - ・個人登録カードの再発行（税込300円）とさせていただきます。
- ※ 利用登録申請書は公式ホームページからダウンロードできます。

② 利用日当日（2回目以降）

- ・券売機にて利用券をご購入し、個人登録カードと一緒に2階オフィスの受付へ提出してください。（※利用券は当日以外は無効です）
 - ・利用時間は**2時間**です。
- ※ ロッカーの使用をご希望の際は受付にて個人登録カードと引き替えにロッカーキーをお渡しします。ロッカー使用後は鍵を閉めて受付までご返却をお願いします。

☆エリア別

羽田・糀谷エリア 羽田旭町、羽田、萩中、本羽田、東糀谷、西糀谷、北糀谷、大森南1丁目の住所

大田区エリア 上記以外の大田区の住所

※ 羽田空港の住所は、大田区エリアになります。

■ ご利用の際の注意事項 ルール&マナーを守ってご利用ください

利用上の注意事項

1. 個人登録カードを忘れた場合、**トレーニングジムのご利用はできません。**
2. 18歳以上からご利用いただけます。但し、高校生の方はご利用いただけません。
3. トレーニングゾーンご利用の際、お子様同伴(高校生以下)でのご来館はできません。
4. 混雑時は譲り合ってご利用下さい。安全性を考慮し一定の人数を超えた場合、入場を制限することがあります。
5. トレーニングゾーンの利用者に駐車場は用意されていないので、公共交通機関をご利用願います。無断駐車は厳禁です。
6. ご利用の際は、トレーニングウェア等の動きやすい服装で室内シューズ・タオルをご持参頂き利用下さい。裸足、ウェアを着ないでのご利用は禁止します。
7. 体調管理、トレーニング内容は自己管理でお願いします。
8. トレーニング中は、周囲に十分注意しケガ・事故のないよう安全におこなって下さい。
9. 刺青・タトゥーのある方は、サポーター・テーピング等で必ず目隠してください。
10. マシン上での休憩は禁止させていただきます。又、マシンの使用はマニュアルを確認の上ご使用ください。
11. フリーウエイトを使用される場合、必ず危険防止の為、補助をつけるかセーフティーバーをご使用下さい。そしてフリーウエイトを使用した後は必ずプレートを所定の位置にお戻し下さい。
12. トレーニングゾーン内で「雑誌等読みながら」や「スマホを見ながら」の器具使用は禁止します。
13. ロッカーの数には限りがありますので全て埋まってしまっている場合、お荷物は近くに置き個人で管理願います。
14. 貴重品の管理は各自の責任で行って下さい。盗難等につきましては責任を負いかねます。(貴重品ロッカーを利用可能です)
15. 他のご利用者の迷惑にならないよう、大声をあげての利用、大音量の音楽再生やマシンの占有等は禁止です。ルール・マナーを守れない方には警告しますが、場合により退館していただきます。
16. **利用中に負傷等事故発生の場合は、至急2階オフィスに連絡ください。負傷事故等については、応急処置及び救急車の手配は致しますが、その後の対応は各自で行ってください。**
17. 個人のプライバシー保護の為、トレーニングゾーン内での写真・動画撮影は禁止します。
18. **トレーニングゾーン内での携帯電話の通話は禁止です。但し、緊急の場合は1階アリーナ入り口のエントランスで通話下さい。**
19. マシンご使用後は、汗等を備え付けタオル、アルコールで拭き取って下さい。
20. ゴミは全てお持ち帰り下さい。更衣室等にゴミを置いたり、空き缶入れにゴミを捨てないで下さい。
21. トレーニングゾーン及び更衣室での**飲食は禁止**です。但し、水分補給の飲み物/ゼリーはフタ付きのものでご試飲下さい。
22. 飲酒されている方、酒気帯びの方のご入場は固くお断りします。