

# SKIP トレーニングセンター(Ⅱ)利用方法について

SKIP トレーニングセンターご利用にあたり、みなさまに安心してご利用して頂くために、感染拡大予防対策の対応として以下の通りご案内致します。みなさまには引き続きご理解・ご協力賜りますよう宜しくお願い致します。

## ●ご利用について

- ・完全予約制となります。
- ・利用曜日・時間（下記①～④）を予め固定させていただきます。

ただし、2021年4月からの先着順となりますので、ご希望に添えない場合があります。予めご了承ください。

- ・利用時間は下記①～④の時間になります。

① 9：15～10：45      ②11：00～12：30

③13：15～14：45      ⑤15：00～16：30

\*利用希望の方は別紙の「予約申込書」に記入し提出してください。

- ・ご利用の際は、マシンのセッティングや乗り降り、移動などはご自身で行なって頂きます。
- ・運動教室は当面の間、休止となります。
- ・ご希望通りにならない場合があります。予めご了承ください。

## ●利用料金について

1回 1,320円（税込）となります。（月払い等のまとめ支払いはありません）

\*利用翌月に指定口座より引き落とし致します。

## ●利用についてのお願い

- ・来館前にご自宅で検温をお願いします。
- ・風邪の症状（くしゃみや咳、痰、胸部不快感、倦怠感、息苦しさ、37.5℃以上の熱）がある方や同居家族や身近な知人に新型コロナウイルスに感染が疑われる方がいる場合は利用をお控え下さい。
- ・必ず予約頂いた時間（10分前を目安）に来館して下さい。  
（施設内やSKIP内での待機はおやめ下さい）
- ・飲み物は、各自でご持参下さい。
- ・利用中は必ずマスク、またはBUFF（フェイスマスク）をつけて運動して下さい。
- ・施設内での飲食はご遠慮ください。
- ・男女ともに更衣室の利用は出来ません。フロア内のロッカーのみ利用可。

## ●利用時の流れ

①ストレッチ（準備体操・整理体操）は、各自ご自宅で行って下さい。

②来館時、手洗いをしてから検温等をさせていただきます。

③筋力トレーニングは5種目を順番に行います。

有酸素運動は1種目につき最大25分までとさせていただきます。

（各マシン終了後はご自身でマシンの消毒と拭き取りをして下さい）

④終了時間になりましたら、各自ご帰宅頂きます。

\*ストレッチエリア、パワープレートの利用は出来ません。

ご不明な点はSKIPトレーニングセンターIまでお問い合わせください

\*お問い合わせは、平日9:00~16:00にお願い致します。

SKIP トレーニングセンター  
TEL:049-232-1313 (代)