

2020年度版

城陽市民体育館 トレーニングルーム

【入室人数制限中】25名まで

1 利用について

- [1] 16歳以上または高校生以上の方でしたら、どなたでもご利用いただけます。
- [2] 利用時間は、午前9時から午後9時。
休館日は毎週火曜日と12月29日～翌1月3日。
※火曜日が祝日の場合は利用いただけますが、休館日が振り替わりますのでご注意ください。
- [3] 使用料は、**1回につき200円（館内にいる間は有効）**
- [4] 利用の申請は、直接市民体育館窓口でお申し込みください。受付台帳に必要事項をご記入いただき、使用料をお支払いください。その際、番号札をお渡します。
- [5] トレーニングが終了しましたら、番号札を窓口までお返してください。



2 スポーツセンター利用券について

- [1] 初回利用日から1カ月以内にその回を含めて3回、または通算で6回ご利用されましたら、「スポーツセンター利用券」を発行します。
- [2] カードの再発行は3枚を限度と致しますので、大切にお使いください。
- [3] 利用券が無くても、使用申込書にご記入いただきましたら利用できます。



3 利用上の注意

- [1] 運動に適した服装で、必ず室内専用シューズをお持ちください。室内専用シューズをお持ちでない場合や裸足・スリッパなどではご利用いただけません。
※シューズの貸出しは行っておりません。
- [2] 中学生以下の方の入室及び同伴での使用はできません。
- [3] 器具についた汗は、消毒液を使って備え付けのもので拭きとってください。
- [4] 器具は正しく使い、事故防止には十分ご注意ください。トレーニング中の事故については、応急処置のみ行い以後の責任は一切負いません。また、器具などを破損された場合には、実費弁償していただきます。

4 インストラクターの配置

安全に使用していただくために、次の通りインストラクターによる指導をしております。個人に適したトレーニングにお役立てください。

(2020年度) 配置日	月曜日	午後 7時 ~ 9時
	水曜日	午前 10時 ~ 正午
		午後 7時 ~ 9時
	木曜日	午前 10時 ~ 正午
午後 1時 ~ 3時		

☆祝日などで配置しない日がありますので、トレーニングルーム内のカレンダーで予めご確認ください。