

トレーニングルームのご案内

静岡県富士水泳場トレーニングルーム

<営業時間> 10:00~20:45

※閉館時間（21:00）までに更衣を済ませ退館されますようご協力をお願いします。

<休館日> 大会専用使用日、年末年始（12月30日~1月3日）
その他メンテナンス等による休館日はHPをご覧ください。

<短縮営業日> 大会準備や日中の合宿専用使用などにより営業時間が変わることがございます。詳しくはHPをご覧ください。

<利用料金> カード発行手数料	300円
12歳以上の方（小学生をのぞく） 一般	510円／高校生以下 250円
19時以降からの利用 一般	300円／高校生以下 250円
<プリペイドカード> 一般	5,100円／高校生以下 2,500円

トレーニングルームを利用するには、初回講習の受講が必要になります。
初めて利用する方は、利用料金・運動しやすい服装・室内シューズをお持ちください。
受付窓口で手続きをしていただければトレーニングルーム内で随時初回利用者講習（利用説明）を行い、ご自身での利用が可能となります。

<ご利用上のお願い>

- ・疾患があり治療中の方は、必ず医師の指示を仰いでからご利用ください。
- ・ご利用の際は、動きやすく運動に適したウェアと室内用の運動シューズを着用してください。（ジーパン・スカート・ベルト付きのズボンなどでのご利用はご遠慮ください。）
- ・スリッパ・サンダルやつま先・かかとが開いているシューズでは使用できません。
- ・荷物は各自で管理し高額な現金・貴重品はお持ちにならないようお願いします。
- ・盗難及び、紛失・破損などの責任は負いかねます。
- ・トレーニングルーム内への食べ物の持ち込みは出来ません。（飲み物可）
- ・トレーニングルームへの飲料の持ち込みは、フタ付きの容器でお願いします。
- ・トレーニング機器は専有せず、お互いに譲り合ってご使用ください。
- ・トレーニングマシンのセット間の休憩は、一度マシンから離れるようお願いいたします。
- ・ランニングマシンなどの有酸素系のマシンを使う際は、30分以内でお願いします。
- ・ベルトバイブレーター等のマッサージ機を使う際は、3分以内でお願いします。
- ・12歳以上の方であれば誰でも利用できます。ただし、小学生は利用できません。
- ・携帯電話を持ち込む際は、電源を切るかマナーモードなどの音の出ないようにしてください。また、通話はトレーニングルームの外でお願いします。
- ・飲酒されている方のご利用はできません。
- ・刺青（タトゥー含む）のある方は、見えないよう配慮願います。
- ・その他、指導員の指示に従ってください。指導員の指示に従わない場合は退出または、ご利用をお断りする場合があります。
- ・事故・ケガについては十分に注意し自己責任の上ご利用ください。