

トレーニング室は事前予約制になります！

6月9日(火)より、トレーニング室の利用を再開いたします。

なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、
施設内外での密を防ぐため、事前予約での利用といたします。

予約せずに来館された場合はご利用できませんので、
下記を必ずお読みいただき、ご予約をお願いします。

事前予約 1回2時間(延長不可) 完全入替制

トレーニング室利用：火曜日・木曜日・土曜日のみ

※1階トレーニング室のみ(地下トレーニング室はご利用頂けません。)

時間	① 9:00～11:00	② 13:00～15:00
----	--------------	---------------

【事前予約のルール】

- ・受付は**電話のみ先着順** ※施設窓口では受付出来ません。
- ・予約は**ご本人様分(1人分)**のみ
- ・予約は受付期間内で**1人1回**まで ※1週間で1枠のみ予約可能

【予約受付期間】

★毎週木曜日から日曜日の間に、翌週1週間分(火・木・土)を受付。
(その期間以外は受付できません。) [受付時間：9～19時]

(初回受付期間) 6月4日(木)～7日(日)

(初回予約対象) 6月9日(火)・11日(木)・13日(土)の利用分

2回目以降も、木曜日から日曜日に、

翌週の火曜・木曜・土曜日の受付をします。

(例：6/11～6/14での受付 ⇒ 6/16・18・20 利用分)

福岡市民体育館トレーニング室をご利用の方はこちら↓

予約専用ダイヤル：070-1218-0113

電話が混みあう可能性があります。予めご了承ください。

トレーニング室の利用について

○ 来館時におけるお願い

◆**事前に自宅での検温**を必ず行っていただき、**発熱や風邪の症状がある場合は、来館をご遠慮下さい。**

※体調不良が見受けられる場合、職員がお声掛けさせていただくことがあります。

◆必ず**マスク着用**でご来館ください。

◆施設入口にて**手指の消毒**を行ってください。また、利用の前後の**手洗い**を徹底してください。

◆他の利用者や施設職員との**距離(出来るだけ2m以上)**を確保してください。

◆**更衣室は利用できません**ので、更衣を済ませてからご来館ください。

◆利用後は、**速やかな退館**をお願いします。

○ 利用時におけるお願い

● 受付で「利用前チェックシート」をお渡ししますので、トレーニング室内でご記入いただくようお願いします。

● 運動強度を調整するなど工夫して、原則**マスク着用でのご利用**をお願いします。

● トレーニング室は、窓や扉を開けて常時換気しておりますので、ご了承ください。

● **一部のマシンは当面の間、利用を中止しています(間引き運営)。**

● **ストレッチマットは撤去**しております。個別に貸し出しを行っておりますのでスタッフにお声掛けください。

● **トレーニング器具やマシン使用後の消毒を必ず**お願いします。

● 他の利用者との距離・間隔を保ってトレーニングをお願いします。

● トレーニング中の大きな発声や声掛け、会話等は控えてください。

● こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を行ってください。

● 利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した際は、必ずすぐにご連絡ください。

○ その他の制限など

● 貸出物品の制限(室内用シューズ、ベルト、パッド、ストレッチポールなど)

● 冷水器の使用中止

皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

利用前チェックシート(福岡市民体育館)

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、下記の項目を必ず遵守していただき、ご利用をお願いします。
なお、施設側でも様々な対策を行っておりますので、合わせてご協力をお願いします。

	項目	チェック
1	熱がある場合や、咳・倦怠感・だるさを感じる場合などは、利用を控えてください。	<input type="checkbox"/>
2	入室時の手指のアルコール消毒と、利用時のこまめな手洗いと消毒をお願いします。	<input type="checkbox"/>
3	利用時はマスクの着用をお願いします。(有酸素マシン以外)	<input type="checkbox"/>
4	マシン・器具を使用した後は都度消毒をお願いします。	<input type="checkbox"/>
5	利用者様同士においても、密にならないようご協力をお願いします。	<input type="checkbox"/>
6	利用後は、速やかにご退館ください。	<input type="checkbox"/>
7	利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した際は、必ず当施設にすぐにご連絡ください。	<input type="checkbox"/>

【確認日】

【お名前】

令和 年 月 日