

ジムご利用案内

・動きやすい服装

(ベルトなどは動作時にけがをする場合がありますのでお気を付けてください)

・室内用シューズ

(サンダルはNGです。運動に適したシューズをご利用ください)
※レンタル:シューズ(200円)・ウェア上下(各250円)

・タオル

(汗を拭きとるのはエチケットです。お忘れのないように)

・マシン利用後は必ず備え付けタオルで拭いてください。

・ランニングマシン、マルチパワーは予約制です。

(ルールに従ってご利用ください)

・マシン上での休憩はご遠慮いただき、インターバル中は譲り合ってご利用ください。

・携帯電話の持ち込み可

(撮影などはご遠慮ください。都度スタッフよりお声がけさせていただきます)

・携帯、音楽機器は必ずイヤホン(ヘッドホン可)をご利用ください。

・飲み物、補助食品の持ち込みは可

(食事はできませんので2階フロアーにて、お願いいたします)

その他、トレーナーが危険と判断した場合にはその都度お声をかけさせていただきます。

