

## トレーニング室利用のご案内（時間区分等変更）

トレーニング室の再開から2ヵ月近くが経過し、旭川市における新型コロナウイルス感染状況が落ち着いていることから、この間における利用者からのご意見を踏まえ、9月28日(月)から次のとおり、利用区分を4区分から午前・午後・夜間の3区分へ、定員を25名から35名へ変更いたします。

引き続き、ご利用される皆様方の安全確保のため、新型コロナウイルス感染症対策の徹底を図って参りますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

### ●利用時間及び定員について

利用区分	利用時間	定員（入室定員）
午前	9：00～12：00	各35名
午後	13：00～17：00	
夜間	18：00～21：00	

※次の開始時間までの1時間を活用し、換気、消毒及び清掃作業を実施いたします。

※入室定員に達した場合は、利用いただけませんので、来館前に利用状況を確認下さい。

### ●利用方法について

#### ①受付に関するお願い

- ・受付時間は、午前は開館時、午後、夜間は利用開始時間の30分前からとします。
- ・マスク着用の上、受付窓口で同意書の提出と使用料をお支払い下さい。  
その際に利用者へ利用者証をお渡ししますので、利用後に必ず受付に返却して下さい。
- ・同意書は、利用前に記入いただき、使用料と一緒に受付へ提出をお願いします。

#### ②ご利用に関するお願い

- ・マスクを持参し、トレーニング中は着用して下さい。  
但し、マスク着用により、持病の悪化の恐れがある方や有酸素運動での利用者は除きます。
- ・三密を避けるため、利用人数に制限を設けております。できるだけ多くの方にご利用いただくため、当面の間は1日1回（1区分）の利用とさせていただきます。
- ・利用区分間の時間を活用し、換気と消毒・清掃作業を行いますので退室をお願いします。
- ・他の利用者との距離をできるだけ2mを目安に確保するよう努めて下さい。
- ・他の利用者との会話は極力お控え下さい。
- ・持病をお持ちの方や高齢者の方は、新型コロナウイルスに感染しますと重症化する恐れがありますので、運動前の体調チェックと予防対策に万全を期して下さい。
- ・フリーウエイトの利用に当たっては、グローブの着用を推奨いたします。
- ・機器・器具の利用後は、備え付けの除菌スプレーとペーパータオルで汗や触れた箇所をご自身で拭き、所定のゴミ箱に捨てて下さい。
- ・他の利用者で除菌・消毒をしていない機器・器具等を共有することは控えて下さい。
- ・トレーニング機器を長時間占有することは控えて下さい。また、機器使用後は次の利用者へ速やかにお譲り下さい。