2022.4.6 更新

フリーウエイトエリア利用時の注意点とお客様へのお願い

お客様に安全にご利用いただきたいため、
下記事項へのご理解、
ご協力をお願いします。

- フリーウエイトエリアは、原則最大４名までとなります。
- 必ずマスク着用でフリーウエイトをご利用ください。
- 「 長時間の独占 」や「 仲間内での使い回し 」は、ご遠慮ください。
- フリーウエイトエリア内では、「お客様同士譲り合って」ダンベルやバーベルおよびベンチをご利用ください。※特にプレート・シャフト
- プレート（ウエイト）を利用される場合は、必ずカラー（留め具）をお使いください。※安全に扱えるウエイトの設定をお願いいたします。
- ベンチプレスを行う際は、別紙ルールをご確認ください。
- １kg～10 kgのダンベルは別の場所に設置してあります。
- ご使用後、用具は元の場所へお戻しください。
- 新型コロナウイルス感染症対策として、ご使用された器具等はお客様ご自身で消毒（清掃）をお願いします。
- お客様に安全にご利用いただくため、「危険を伴うトレーニング」 とスタッフが判断した場合、声をかけさせていただく場合がございます。
- スタッフの指示に従っていただけない場合は、「利用中止」または「ご退出」いただく場合がございます。

リフレッシュプラザ柏　トレーニング室　責任者