



リフレッシュプラザ柏

トレーニング室のご利用について



- 当施設のトレーニング室をご利用される方は、最初にオリエンテーションの受講が必要となります。必ずご参加をお願いいたします。

オリエンテーション（初回講習/初回説明）について

開催日・開催時間	営業日の 11時 から 20時 ※営業時間終了の2時間前まで
利用対象者	高校生以上（15歳以上 / 中学生は除く）
料金	無料
申込方法	予約不要 / 上記時間内に当施設1階受付までお越しください
その他	混雑時は「少しお待ちいただく場合」があります

- ※ オリエンテーションのみのご利用であれば、服装は自由です。
- ※ 基本毎週火曜日が休館日となります。（火曜日が祝日の場合は、翌日が休館日 / 年末年始の休館日あり）
- ※ 以下、身分証明書の確認をさせていただく場合がございます。予めご了承ください。
 - ・ 市外の方が、市内在勤または市内在学の場合（市内料金になるため）
 - ・ 障がい手帳をお持ちの方（障害者料金になるため）

トレーニング室をご利用される場合

ご用意して いただく お持ち物	● 運動できる服装・・・ 伸縮性が良く、汗を発散しやすいもの（レンタルなし）
	● 室内用運動シューズ・・・ サンダル等、踵のないシューズはご使用不可
	● タオル・飲み物・・・ 蓋の付いている物・ペットボトルや水筒は可
	● 仮会員カード・・・ 講習会時の発行カード（毎回ご持参）

利用料金（1回2時間）

区分	市内（延長料金1時間につき）	市外（延長料金1時間につき）
大人	420円 （210円）	630円 （320円）
障がい者	210円 （100円）	320円 （150円）
高齢者（65歳以上）	340円 （160円）	500円 （250円）

- ※ お得な定期券もございます。（月に9回以上ご利用される場合はお得になります）
- ※ 障がい者の付き添い（運動しない事が条件）の方は、1名まで障がい者料金（入場料）で付き添う事ができます。ただし、付き添いの方がトレーニング（運動）をされる場合は、大人料金が必要となります。

注意事項・お願い

- ※ 器具を効率よくご利用いただくため、20名定員となっております。
- ※ 定員20名で入場制限となります。2階受付で整理券をお受取りになり、館内にて待機してください。
- ※ 運動中のマスクの着用は個人の自由です。（2023年5月8日から）