



## 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 <b>11時</b> から <b>20時</b> ※営業時間終了の2時間前まで
利用対象者	<b>高校生以上（15歳以上 / 中学生は除く）</b>
料金	<b>無料</b>
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）
  - ・ 障がい者手帳をお持ちの方（障がい者料金になるため）

## 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
	● 会員証・・・ 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	<b>420円</b> （210円）	<b>630円</b> （320円）
障がい者	<b>210円</b> （100円）	<b>320円</b> （150円）
高齢者（65歳以上）	<b>340円</b> （160円）	<b>500円</b> （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（介助者）の方は、付き添い1名までは障がい者料金でご利用が出来ます。介助者は常に、障がい者と共に行動していただきますようお願いいたします。

### 注意事項・お願い

- ※ 定員はおおむね28名となります。
- ※ 利用者が25名を超えている場合、利用状況に応じてスタッフの判断で「人数制限」にいたします。
- ※ 開館時（9:00）に南口側出入口で、集中的な入場によるトラブル回避を目的として、入場券（開館時のみ）を配布いたします。
- ※ 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）