

# トレーニングルーム利用方法（初めてのご利用の場合）

## 1 トレーニングルーム来館



最寄りの駐車場は「北第3駐車場」です。  
初回はガイダンス（10分程度）を受講いただきます。  
ガイダンスは1日に6回行っておりますので、その時間に併せてご来館ください。  
ガイダンス開催時間：9時、11時、13時、15時、17時、19時  
**事前予約不要**

## 2 検温



感染症対策のため、必ず検温を実施いたします。  
平熱を超える体温（目安：37.5℃）を超える場合、入館をお断りいたします。  
また、入館時などトレーニング中以外はマスクの着用をお願いいたします。

## 3 「施設利用および自己体調管理チェックリスト」の記入、提出

| 氏名       | 性別 | 学年                       | 所属 | 所属 | 所属 | 所属 |
|----------|----|--------------------------|----|----|----|----|
| フリガナ     |    | 北第3階トレーニングセンター トレーニングルーム |    |    |    |    |
| 姓        |    |                          |    |    |    |    |
| 所属者(体育会) |    |                          |    |    |    |    |
| 性別       |    |                          |    |    |    |    |
| 学年       |    |                          |    |    |    |    |

【施設利用】  
利用する施設(階)は下記に該当するものを選択してください。  
 1階  2階  3階  4階  5階  
 6階  7階  8階  9階  10階  11階  12階  13階  14階  15階  16階  17階  18階  19階  20階  21階  22階  23階  24階  25階  26階  27階  28階  29階  30階  31階  32階  33階  34階  35階  36階  37階  38階  39階  40階  41階  42階  43階  44階  45階  46階  47階  48階  49階  50階

【注意事項】  
1. 施設利用の際は必ずマスクを着用してください。  
2. 施設利用の際は必ず手洗いをしてください。  
3. 施設利用の際は必ず換気扇を回してください。  
4. 施設利用の際は必ず換気扇を回してください。  
5. 施設利用の際は必ず換気扇を回してください。  
6. 施設利用の際は必ず換気扇を回してください。  
7. 施設利用の際は必ず換気扇を回してください。  
8. 施設利用の際は必ず換気扇を回してください。  
9. 施設利用の際は必ず換気扇を回してください。  
10. 施設利用の際は必ず換気扇を回してください。

受付にて「施設利用および自己体調管理チェックリスト」をお渡ししますので、必要事項記入の上受付に提出してください。  
併せて、「同意書」と「利用カード」をお渡しいたします。

## 4 ガイダンスの受講



トレーニングルームをご利用いただく上での注意事項や禁忌事項をご説明いたします。  
ガイダンス内容にご理解いただけましたら、「同意書」にご署名いただき、受付にご提出ください。

# トレーニングルーム利用方法（初めてのご利用の場合）

## 5 料金支払い



券売機にて、利用料金（大人：400円、高校生等以下：200円）をお支払いください。  
券売機よりチケットが出ますので、受付にご提出ください。

### 購入画面操作方法



内容をご確認いただき、緑の「同意」ボタンを押してください。



下段の「トレーニングルーム」より区分を選択して押してください。



ご自身の競技を選択して押してください。

最後の画面になりましたら、現金ボタンを押し、利用料金（大人：400円、高校生等以下：200円）をお支払いください。

券売機よりチケットが出ますので、受付にご提出ください。



表示画面の内容をご確認いただき、お支払いください。



ご自身の性別、年齢層を選択して押してください。

## 6 トレーニング開始！！



Let's Training！！

