

ご利用上の注意

- ・疾患などで治療中の方や妊娠中の方は、禁止事項・運動強度など必ず医師の指示を仰いでからご利用ください。
- ・ご利用の際は、運動に適した服装と室内シューズをご着用下さい。
(ジーパン・スカート・ベルト・スリッパ・サンダル・つま先やかかとの開いているシューズはご遠慮ください)
- ・荷物は各自で管理し、高額な現金及び貴重品はお持ちにならないようにお願いします。
(盗難及び紛失、破損に関しての責任は負いかねます。)
- ・トレーニングルーム内への食べ物の持ち込みは出来ません。(アメ・ガムを含む)
- ・飲料の持ち込みは可能です。ビン・缶・二の容器の持ち込みはご遠慮ください。
- ・トレーニングマシンは占有せず、譲り合ってご利用ください。
- ・有酸素系のマシンのご利用はウォーミングアップ、クールダウンを含め60分以内でご利用ください。
- ・中学生以下の方は、ご利用できません。(ラウンドフィットネスは除く)
- ・携帯電話の通話は、トレーニングルームの外でお願いいたします。
- ・飲酒されている方のご利用はできません。
- ・刺青(ワンポイントタトゥーを含む)のある方は、露出されることのないようご配慮ください。
- ・体組成計の利用は1ヶ月に1回程度をお勧めします。また都合によりご利用できない場合がございます。
詳細はスタッフまでお問合せお問い合わせください。
- ・血圧が高い、過労気味で体調が悪い、寝不足で体調が優れない場合等はマシンのご利用は控え、スタッフにご相談ください。
- ・マシン使用後は、備え付けのタオルで汗を拭きとってください。
- ・その他、トレーニングスタッフの指示に従い、安全にご利用ください。スタッフの指示に従えない場合は退出またはご利用を制限させていただきます。



ご不明な点はお電話にてお問い合わせください。

忍野村フィットネスセンター 0555-84-2222

指定管理者 シンコースポーツ株式会社

2025年6月1日現在