

施設利用ルール

AWC (Active Wellness Center) におけるトレーニングルーム1・2 (以下「本施設」と略記) の利用者が、安全で快適にご利用いただくために、本施設利用の際は下記ルールを遵守してください。加えて、本施設内の掲示物に記載されている事項についても遵守してください。

施設利用ルール(本紙)の禁止事項を犯した場合や、施設利用規約(別紙)に違反した場合、本施設のスタッフの指示に従わない場合等は、利用者に対して利用資格を取り消し、本施設から退出していただくことがあります。

【禁止事項】

1. トレーニング時に不適切な服装*、または室内シューズを着用せずにトレーニングをすること。
*不適切な服装とは裸(上半身のみも含め)や、ジーンズ等のトレーニングウェア以外の服装および他の利用者が不快感を覚えると本施設のスタッフが判断した場合とする。
2. 許可なく本施設内で撮影や録音をすること。許可を得たとしても私的利用の範囲に留める。
3. スマートフォンや携帯電話等による通話やデータの送受信。
4. 食事。水分補給等は認めるが、必ずフタ付き容器に入れてこぼれないように置くこと。
5. スクワットラックやベンチプレスラックを使用したエクササイズで、補助者をつけない行為、セーフティーバーを使用しない行為。ただし、その妥当性がないエクササイズは除く。
6. 個人のトレーニング器具(バーベルやケーブルアタッチメント等)の持ち込み。
ただし、ベルト、ストラップ、リストラップ、グローブ等は認める。
7. 本施設内において、大声や奇声を発することを含めた迷惑行為。
8. 他の利用者、本施設スタッフへの誹謗、中傷、暴力、痴漢、のぞき、セクハラ等法令や公序良俗に反する行為。
9. 多額の現金や貴重品、大きな荷物(大きなカバン、スーツケース等)を持ち込むこと。
10. イヤホン、ヘッドホンを使用しながらのトレーニング。
11. 治療および、医療行為。
12. 本施設の備品を無断で持ち出すこと。過って備品等を破損させてしまった場合、安全管理のため必ず本施設スタッフに申し出てください。
13. 本施設内へ危険物を持ち込むこと。
14. 酒気帯びでの利用。
15. 施設内での物品販売、営業行為、金銭の貸借、勧誘行為、政治活動、署名活動等。

【注意事項】

1. 安全面について、自分および周囲に対して細心の注意を払うこと。
2. 利用時間を厳守すること。
3. 使用している器具、備品は丁寧に扱い、使用後は元の場所に戻すこと。
4. 器具や備品、マット等に汗が付着した場合は、備え付けのタオルでふき取ること。
※感染症予防対策のため、アルコールとペーパータオル等を使用するの消毒をお願いする場合がある。
5. オリジナルリフティング等、プレートが床に落ちる可能性のある場合はバンパープレートを使用すること。
6. バーベルを使用するエクササイズをする場合は、カラーを使用すること。
7. スクワットやベンチプレス、その他バーベルやダンベルを使ったトレーニングでは、補助者をつける、またはセーフティーバーを使用してください。
8. 混雑時には器具等の独占はしないこと（譲り合ってください）。
9. 重症度に限らず、出血および体調不良の場合は本施設スタッフに申し出ること。

以上

2020年11月20日 施行

2025年3月12日 改正