

フィットスパ倶楽部ご利用案内

令和3年10月21日作成

【フィットスパ倶楽部ご利用方法】

1. フィットスパ倶楽部棟に直接ご入館できる入口がございますので、そちらよりご入館ください。
2. 履物は入口入って左右の下駄箱をご利用ください。
3. 受付フロントにて、チェックインを行って下さい。
※ 会員証をお忘れの際には、施設をご利用頂けませんのでご注意ください。
4. 手荷物、お着替えは更衣室をご利用ください。尚、トレーニングルームにもロッカー（100 円リターン式）がございますので、併せてご利用下さい。
5. インストラクターやトレーナーの指示に従って、無理のないように楽しく運動しましょう。体調が優れない場合は、お近くのスタッフにお声掛けください。
6. トレーニングルーム又はレッスンへ参加される際は、携帯電話をマナーモードに設定して頂けますようご協力お願い致します。
7. お帰りの際は、お忘れ物などございませんよう気をつけてお帰りください。
8. 盗難防止のため、貴重品の管理には十分お気をつけください。また、ロッカー使用時は必ず施錠し、鍵を管理していただきますようお願いいたします。

【更衣室について】

1. 男性はフィットスパ倶楽部1階の更衣室をご利用頂けます。
2. 女性はフィットスパ倶楽部1階、または2階の更衣室をご利用頂けます。

※歩行温泉プールをご利用の際には、1階の更衣室をお使いください

【会費引落について】

1. 当倶楽部の会費は前納制になっており、前月 27 日に翌月分を指定口座より引落させていただきます。※27 日が金融機関休業日の場合は、翌営業日となります
2. 取引先名は「NS フィットスパ」となりますので、ご確認ください。

入会日		月会費			
/		()月分	()月分	()月分	()月分
<input type="checkbox"/>	1日～8日	入金金	会費+翌月会費 現金	会費 金融機関引落 (月27日)	会費 金融機関引落 (月27日)
<input type="checkbox"/>	9日～20日		会費※日割+翌月会費 現金	会費 金融機関引落 (月27日)	会費 金融機関引落 (月27日)
<input type="checkbox"/>	21日～末日		会費※日割+翌月会費+翌々月会費 現金	会費 金融機関引落 (月27日)	

【館内のご利用について】

1. 更衣室やトレーニングルームは、受付フロントにてチェックインをしてからご利用ください。
2. 携帯電話のご利用は、他のお客様の迷惑とならないようご注意ください。
3. 写真撮影はご遠慮ください。
4. ミュージックプレーヤーはイヤホンを通じて利用し、また音漏れにもご注意ください。
5. 大きな音をたてる、一方的な運動指導、その他周囲の方の迷惑になる行為などが無いよう、マナーを守ってご利用ください。

【トレーニングルームのご利用について】

1. ストレッチスペースを除くトレーニングルーム内は、室内用スポーツシューズ（スパイクなどの無いもの）をご利用ください。
2. 服装はスポーツに適した服装とし、上裸や、不適切なものは禁止とさせていただきます。
3. マシンのプレートのピンは、元にお戻しください。
4. 器具の利用後は、備え付けのペーパータオルにて拭き取ってください。
5. 器具や場所は独占せず、譲り合ってご利用ください。
6. 1時間の運動で500ml程度は水分を補給してください。

【スタジオのご利用について】

1. 1Fレッスンの空き時間（レッスン開始30分前まで）にご利用いただけます。
2. 利用希望の方はスタッフまでお声がけください。
3. 最終利用時間は21:30までです。

【プールのご利用について】

1. 水着、水泳帽、タオルをご用意ください。
2. 更衣室にて着替えたのち、タオルを持ってプールへご移動ください。
3. プールに入る前に、シャワー室で軽く体のほこりを落としてください。
4. 当倶楽部のプールは歩行専用となっております。泳ぐことはできませんのでご注意ください。
5. プールレッスン中、レッスンに参加されない方はプールの利用が出来ません。ご了承ください。
6. プールから上がるときは、更衣室に戻る前に体の水気をしっかりと拭き取ってください。

【レッスンへのご参加について】

1. レッスンへのご参加は予約制となっております。（特定のレッスンを除く）
2. 開始30分前より予約開始となります。出席簿にご記名ください。
3. やむを得ない理由で参加に遅れる場合、開始時刻の5分後までであれば入室可能です。
4. 講師、トレーナー、あるいは係員の指示に従い、行動してください。
5. 体調が悪くなった時は、すぐに講師、トレーナー、係員にお申し出ください。
6. 体調が悪くなった等、やむを得ない理由以外での途中退出はご遠慮ください。
7. レンタルした器具は表面を拭いたのち、もとの場所へお戻しください。