

ご利用にあたって

はじめに

- 当クラブは会員制ですので、会則・細則及びスタッフの指示等に従い自己責任でご利用ください。
- 刺青のある方は、入会をお断りさせていただきます。(ファッションタトゥーも含む)
- オムツを使用されている方は、施設のご利用をお断りさせていただきます。

全館

- ★携帯電話での通話はフロントよりマシンジムエリア入口までとさせていただきます。
- ★全館左側通行とさせていただきます。
- 館内でのお食事は1階ラウンジをご利用下さい。(キャップの付いている飲み物や水筒は各エリア可)
- 館内での飲食は、ご遠慮いただきます。(ただしキャップの付いている飲物や水筒は可)
- 駐車場を含めて、全館禁煙となっております。
- アルコール摂取後の施設利用はお断りさせていただきます。
(摂取が認められた場合は、退会処分とさせていただきます)
- 利用の確認やお呼び出しはお断りしております。(個人情報保護の為)
- 施設内での事故・盗難・破損については、一切の責任を負いかねます。
- 駐車場は会員様の施設ご利用時のみとさせていただきます。
- 館内での撮影はお断りさせていただきます。
- 万一の事態に備え、非常口を予めご確認ください。
- 体重計・血圧計をご利用の際は備え付けのタオルで使用した部分を拭いてください。

フロント

- ★チェックイン、チェックアウト時間をお守りください。
(時間外での利用は、区分外利用料金をお支払頂きます)
- ★忘れ物の保管期間は1週間とさせていただきます。
- 伝言やお荷物のお預かりはおこなっておりません。
- 傘立てをご利用の際は、鍵をお掛けください。
- 外出時にはロッカーキーをフロントへお預けください。
- 会員証をお忘れの方は、フロントにて所定の用紙に名前と電話番号をご記入ください。

1階ラウンジ(飲食スペース)

- 大声での談話は、お控え下さい。
- 携帯電話での通話は、お控え下さい。

ゴルフレンジ（フリー打席の利用）

- ★館内シューズをご利用ください。
- ★フリー打席をご利用の際は、利用時間をお守りください。
- ご利用の際は必ずフロントで利用カードを受け取り、終了時にはフロントへご返却ください。

レンタル用品

- レンタル用品を希望する場合は、フロントにお申しつけください。
- レンタルタオルの返却は、フロントにある返却BOXにご返却ください。
（その他のレンタル用品はフロントへご返却下さい）

AURAスタジオ・岩盤

- ★ご利用の際は予約が必要となります。
- ★安全上の観点より、お一人様一日AURAスタジオ一回、岩盤浴一回までのご利用とさせていただきます。
- ★ご利用の際は必ずフロントで利用カードを受け取りください。
- ★ご利用の際は着衣が必要となります。
- ★岩盤浴利用の場合は、作務衣のレンタル貸し出し（有料）があります。
- ★レッスン時はタオルセット2組、お風呂のみご利用時はタオルセット1組のお貸し出しとなります。
- アクセサリ等の貴金属類は外してください。

ロッカールーム

- ★ロッカー内では、全ての履物をご遠慮ください。脱いだ靴は、ロッカー内に入れてください。
- ★ロッカーは、会員カードを差し込んでのご利用となります。
お持ちでない方はフロントでロッカーキーカードをお受け取りご利用ください。
- ロッカーのご利用は、当クラブの会員証のみご使用いただき、原則お1人様1つとさせていただきます。
- ★ロッカー内での携帯電話のご利用は、ご遠慮ください。（盗撮・個人情報保護の為、ご遠慮ください）
- 備え付けの脱水機は水着・メッシュキャップ・フェイスタオル用ですので、
他の物を入れてのご使用はおやめください。（故障の原因となります）
- ★冷水機でのうがいはご遠慮ください。
- ★床が濡れないようご配慮いただき、濡れた場合は備え付けのモップでお拭きください。
- ★盗難防止のためロッカーには必ず鍵をかけ、ロッカーキーは常に身につけておいてください。
また、館内での盗難については、一切責任を負いかねます。
- ロッカーキーを付けたままの外出はご遠慮頂いております。
（外出される際はフロントにてロッカーキーをお預けください）
- 契約ロッカーご利用の際は破損や汚れなどないように、きれいにご使用ください。
（破損等に関するの修理費は自己負担となります）

お風呂

- お風呂入口にあるクリアボックスは、お風呂利用時のみご利用ください。
- 浴室には、シャンプー・ボディソープ・洗顔・クレンジング・くし・タオル・ヘアゴム・カミソリ・シェービングフォーム以外の物の持ち込みは、ご遠慮ください。
- 水着を脱いで、身体を洗い流してからお入りください。
- ★カランご利用時以外は、持ち物をクリアボックスに移動させてください。
置いてある場合は、移動をさせて頂く場合がございます。
- ★カランでシャワーをご利用の際は、後ろの方にかからないようご配慮ください。
- ★カランでの歯磨きは、ご遠慮ください。

- カランでの洗濯は、体を洗うタオル以外はご遠慮ください。その他の洗い物をする場合は、露天シャワーをご利用ください。
- 浴槽内にタオルを入れないでください。
- ★浴槽内で潜る（頭部をつける）行為は、ご遠慮ください。
頭部を冷やしたい場合は、シャワーをご利用ください。
- 浴槽内での水分補給は、ご遠慮ください。飲まれる場合は、クリアボックス前でお願いいたします。
- 髪染めやカラーリンスは、周りの方へのご配慮と備品に色が付いてしまうためご遠慮ください。
- 時計・ネックレス・ピアス等は外してください。

露天風呂

- 時計・ネックレス・ピアス等は外してください。

パウダールーム

- 洗面台での洗濯はご遠慮ください。
- ドライヤーは、備え付けのものをご利用ください。
ご使用は、頭髪を乾かす為にご利用ください。
- ★パウダールーム使用後は、次の方のために備え付けのタオルで髪の毛や水滴等をお拭き取りください。

サウナ（プールサイドサウナを含む）

- 水気をしっかり拭き取ってからご利用ください。
- ★塩・オイル等の身体につけるものはご遠慮ください。
- ★男女サウナルームでは備え付けのサウナマットをご利用ください。
- 大声での談笑・おしゃべりはご遠慮ください。
- 飲食および、新聞雑誌等の持ち込みはご遠慮ください。
- サウナの柵にタオルをかけないで下さい。
- ★サウナ内で横になる行為は、ご遠慮ください。
- ご利用後は、備え付けのタオルで汗をお拭き取りください。
- ★ご利用後はシャワーを浴びてから浴槽（プール・ジャグジー）にお入りください。

プール全体

- ★案内表示及びスタッフの指示に従ってご利用ください。
- ★プールご利用の際はシャワーを浴びてください。
- 盗難防止のため、ロッカーキーは常に身につけておいてください。
- ビート板、プルブイ、アクアグローブ、アクアシューズの持ち込み可能です。
- メガネは歩行のみ可です。
- ★カメラ機能のついている電子機器の持ち込みはご遠慮下さい。
- 着衣でのご利用はご遠慮下さい。(ラッシュガードはご利用できます)
- アクアレッスン開始15分前の予約制となっております。
- アクアレッスン予約に並ぶ際は、予約受付開始時間の15分前からとさせていただきます。
- レッスン開始10分を過ぎてからのご参加はご遠慮ください。
- ★アクセサリー等の貴金属類は外してください。(結婚指輪などの突起物の無い指輪は可)
- タオルを持参し、ご利用後は体の水気を拭いてからロッカールームにお戻りください。
- プールで利用できる音楽プレーヤー内蔵イヤホンのご利用は可能です。但しご利用の際はコードがはみ出さないよう、キャップの中にしまっておいてご利用ください。

メインプール

- ★スイムキャップを着用してください。
- コース表示に従い、譲り合いながらご利用ください。
(スクール時コース表記が変わるため、確認をお願いいたします)
- ★遊泳時には必ずお化粧を落としてからご利用ください。
- ★片道コースを利用の際は、コースをまたがったのターンはご遠慮下さい。(斜めターン禁止)
- 飛び込み及びフィン・パドル・潜水具の使用はご遠慮ください。
- 水泳教室のようなコースの占有はご遠慮ください。

サブプール

- ★遊泳時には必ずお化粧を落としてからご利用ください。(ウォーキングの際は、化粧可)
- ★スイムキャップは着用しなくても結構です。
- ★その際、髪が水に触れないようにご利用ください。
(ただし、遊泳時はキャップ着用となります。)
- 反時計回りでご利用ください。
- 混雑時は、横に並んで歩くことはご遠慮ください。

マシンジム

共通ルール

- エリアスタッフは全体の安全管理の為、補助を行うことができませんので、ご了承ください。
- ★セット間の休憩は、マシンから離れておとりください。(フリーウェイトエリアを除く)
- 飲み物の持ち込みは可能です。但し、フタ付きのものに限ります。
- 食事は禁止です。
- ★使用後は備え付けのタオルでマシンについた汗をお拭き取りください。
- ご利用いただいた器具は必ず元の場所にお戻しください。
- 各マシンへの物を置いての占有は、ご遠慮ください。
- 他のお客様に危険が及ぶ(逆立ち・クリーンなど)、またスタッフが危険だと判断する行為はご遠慮ください。
- ジムカウンターでの貴重品、ロッカーキーのお預かりはできません。

○安全面から運動用のシューズを履いてご利用下さい。

(但し、ストレッチエリアのみのご利用の場合はその限りではありません)

★携帯電話の通話はご遠慮ください。

携帯電話での通話はフロント周辺・ラウンジ・ジムへの渡り廊下のみとさせていただきます。

カーディオエリア

○テレビの音を聞く際はイヤホンをご持参ください。

★トレッドミル・アークトレーナーをご利用の場合はホワイトボードに利用時間をご記入ください。

○ランニングマシンでのウォーキング時ラバーダンベル(青・緑・黄)の利用が可能です。

○後ろ歩きは可能です。

フリーウェイトエリア

○バーベル、EZバーをご利用の際はウェイト落下防止の為、カラー(留め具)をご利用下さい。

(スミスマシーンを除く)

★バーベル・ダンベルの利用はフリーウェイトエリアのみとさせていただきます。

ストレッチエリア

○ストレッチマットに上がる際は、靴を脱いでご利用下さい。

○ストレッチエリアでのダンベル、バーベルの使用はご遠慮ください。

サーキットエリア

★画面に従い、30秒毎に時計周りで移動をしてください。

○サーキットエリアにあるマシンの重さ調整のダイヤルは、動かさないようご協力ください。

○レアレアフィットネススクールの時間は、サーキットエリアをご利用頂けませんのでご了承ください。

ジムオープンスタジオ

★レッスン時以外はフリースペースとしてご利用いただけます。

バランスボール、ストレッチボールの利用可

○レッスン開始10分を過ぎてからのご参加は、お控えください。

スタジオ

★スタジオ内・移動時は、館内シューズをお履きください。(素足で行うレッスンを除きます。)

○安全面及び他のお客様への配慮から、レッスン開始10分を過ぎてからの参加はご遠慮ください。

★レッスン開始前の場所取りは禁止です。

(開始15分前に入室可、続けての参加の場合はその限りではありません)

○道具の数に限りがあるレッスンでは「お1人様ひとつ」とさせていただきます。

(他の方の分は、お渡しできませんのでご了承ください)

○レッスン時以外での道具の使用はご遠慮ください。

○レッスン内容・レベル等をよく確認の上ご参加ください。

アウトドアスタジオ

○ご利用時は、外履きをご利用下さい。

○レッスン開始10分を過ぎてからのご参加は、お控え下さい。