

トレーニングルームのお知らせ

令和2年6月13日

新型コロナウイルスの関係で、令和2年3月から臨時休業しておりましたが、令和2年6月16日から営業を再開することになりました。再開する上で、3密や換気のリスクを避けるため、トレーニングルームはエントランスホールに移設しております。移設に伴い、使用可能な面積とソーシャルディスタンスの確保のため筋力マシン・有酸素マシンの数を縮小し、フリーウエイトは無くすことになりました。また、時間も短縮となっております。これまでとは、異なる公開になりますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

ご利用案内

営業時間	9時00分～16時00分		
営業日	火曜日～金曜日 ※月曜日と土日祝日はお休みです。		
利用料金	一般	1回券 500円	回数券 5,000円/11回券
	シルバー/高校生	1回券 300円	回数券 3,000円/11回券
配置マシン	筋力マシン	レッグプレス(足、お尻)・ロウリアデルト(背中) チェストプレス(胸、腕)・アブバック(お腹、脊柱起立筋)	
	有酸素マシン	リカンベントバイク(ひじ掛けつき) アップライトバイク・ラテラル X・Xライド	
	その他	体重計、血圧計、インボディー、ストレッチマット	

ご利用上の注意事項

- 入館時に、**検温**をさせていただきます。(37.0℃以上ある方はご利用頂けません)
- ご利用につき、毎回**名簿**のご記入をお願いいたします。
- ご利用には、トレーニングルームカードと入場券が必要です。
- 移設に伴い、一部のマシンと**更衣室、シャワーの利用はできません**。
- トレーニングができる服装でご来館ください。
- マシン台数に限りがあります。独占、占有せず譲り合ってご利用ください。
- **館内は、マスク着用**をお願いいたします。トレーニング中につきましては、指導員にご相談ください。
- マシンやその他、共有器具の利用後は、**消毒にご協力**いただきます。
- 利用状況により、30名以上を目安に入場制限をする場合もございます。
- 高校生以上からのご利用いただけます。
- 刺青、タトゥーの露出はお控えください。
- 酒気帯び、飲酒をしている方は、入館できません。
- トレーニングルーム内では、通話はお控えください。
- 撮影は、ほかのお客様のご迷惑にならないよう、ご注意ください。
- チケットの発券時間は、8時50分です。
- トレーニングルームの開場時間は、9時00分です。
- トレーニングルームの終了時間は、16時00分です。

指導員の指示がある場合は、速やかに従いご協力を願います。

ホワイトリング

〒381-2204 長野市真島町真島 2268-1

TEL 026-283-7977