

# 大崎市古川総合体育館トレーニングルームご利用案内

## 1、利用時間

### ～一般利用の方～

火曜日 9:00～20:50

水曜日 9:00～13:00 15:00～20:50

木曜日 9:00～19:00

金曜日 9:00～13:00 15:00～20:50

土曜・日曜日 9:00～20:50

※会員優待時間のご利用になれません。

※月曜日は休館日となります。

ただし月曜日が祝日の場合は翌火曜日が休館となります。

### ～会員登録された方～

火曜日～日曜日 9:00～20:50

※月曜日は休館日となります。

ただし月曜日が祝日の場合は翌火曜日が休館となります。

## 2、講習会について

初めてご利用になる方は初回にマシンの説明、取扱い等の講習を受けていただきます。(所要時間30分)

- 講習会開催日時は別途スケジュール表をご覧ください。
- 初回登録 新規 500円 再講習・再発行 200円

## 3、利用料金

4時間利用 大人の方 100円 高校生の方 50円

※券売機でチケットを購入いただき、トレーニングカードと一緒に受付にお出してください。

- ◎ 会員制度について  
トレーニングメニューの作成やレッスンに参加頂けます。  
詳細は裏面をご覧ください。

## 4、ご利用上の注意、及び個人情報の取扱いについて

- ・ 運動ができる服装、タオル、室内シューズを必ずご準備ください。
- ・ 水分補給用飲料は各自ご準備ください。
- ・ 他の利用者に迷惑になる行為、大声での会話はお控え下さい。
- ・ その他、当施設で利用に不適と判断した場合はご利用をお断り致します。

- ◎ お申込み時に頂いた個人情報は諸連絡及び管理上使用します。  
第三者への開示は致しません。  
管理は当施設責任の元、厳重に保管・管理致します。

## ～ ジム会員のお知らせ ～

### ～会員制度について～

目的に合わせたトレーニングメニューの作成およびアドバイス、各運動教室参加が可能です。  
会費を納入した月は、チケットを購入せずトレーニングルームをご利用できます。

#### 1) 会費

① 月会費 大人 2,900円 高校生 2,000円

② お支払い

※ 会費は、前月の末日までに納入下さい。  
一旦納入いただいた会費は返金いたしかねますので、  
予めご了承下さい。

※ 体育館側の都合でご利用できなくなった場合は  
一部返金する場合があります。

※ 16日以降月末まで入会の方は、当月会費は  
半額(初回のみ)となります。

#### 2) 優待利用

① 通常開館時間及び会員優待利用時間をご利用頂けます。  
(一般利用の方は利用不可)

② アドバイスタイムでの  
メニュー作成・運動チェック・アドバイスを行います。

③ 各種運動教室に参加頂けます。  
(一般利用の方は別途500円での参加可能)

**充実のプログラムでサポート！**

**月々 2,900円！！**

**一ヶ月使い放題！**

## ジム会員様特典

① トレーニングメニューの作成

目的にあったプログラムを提供し運動するため、体力や健康状態にあったトレーニングを行うことができ、メニュー作成から経過確認等行います。

② レッスンの無料参加！

レッスンプログラムに無料でご参加いただけます！

③ 貸切の時間帯を設定

会員限定の貸切時間帯を設けております。快適にご利用いただけます。