

トレーニングルームご利用案内

トレーニングルームでは、皆様の健康体カづくりのお役に立てるよう、専門の指導員によるトレーニングのお手伝いをさせて頂いております。

ぜひ、交流村トレーニングルームで皆様のトレーニングライフを充実させてみませんか？

初めのご利用方法

受付

1回350円(2時間)

管理棟受付にて受付します。

利用者登録用紙をお渡しますので必要事項をご記入ください。



オリエンテーション

オリエンテーション開始時間までに体育館棟2Fトレーニングルームに移動してください。オリエンテーションは毎時20分から開始します。



ご利用スタート

トレーニングを開始!!

ご要望に合わせて専門のスタッフが皆さまのお手伝いを致します。

初めてご利用される方

部	オリエンテーション開始時間
9:00の部	9:20~
10:00の部	10:20~
11:00の部	11:20~
12:00の部	12:20~
13:00の部	13:20~
14:00の部	14:20~
15:00の部	15:20~
16:00の部	16:20~
17:00の部	17:20~
18:00の部	18:20~
19:00の部	19:20~
20:00の部	20:20~

2回目以降

常時受付
(20:30まで)



利用について

- 対象者：中学生以上の方
- 営業時間：9：00～21：00
- 休館日：第1・3・5週の水曜日と年末年始休業(12月28日～1月3日)
- 利用可能時間：1回につき2時間
- 受付：管理棟窓口
 - ※受付簿に登録番号を記入し(初回利用時を除く)、利用料をお支払いください。
- 利用料：1回350円、回数券(11回分)3,500円(有効期限は発行日から1年)
 - ※障がい者手帳の提示で利用料が減免されます。

携行品について

- 運動しやすい服装でご利用下さい。
 - ※ジーンズ等でのご利用はご遠慮下さい。
- 室内専用シューズをご持参下さい。
 - ※土足や素足でのご利用は、お断りします。
 - ※シューズの貸し出しは行っていません。
- 持ち物は更衣室のコインロッカーに保管してください。
 - ※100円玉を入れてご利用ください。(利用後に返却されます。)
 - ※トレーニングルーム内では荷物をお預かりできません。



トレーニングについて

- 酒気帯びや体調不良の方には、指導員の判断によりトレーニングを中止していただくことがあります。
- 快適なトレーニングを行っていただくため、利用者多数による混雑時には、一時入場の制限をさせていただくことがあります。
- 更衣室に設置してあるシャワーはご自由にお使いください。

お願い

- 携帯電話の使用は、他の人の迷惑になりますのでお断りします。
- 器具は公共物(みんなの物)です。ていねいに扱ってください。
- その他、他の利用者に迷惑となる行為はご遠慮下さい。



お問い合わせ

山口県スポーツ交流村

Tel 0833-71-1144

Web <https://www.kouryumura.net>

mail gym@kouryumura.net