

新型コロナウイルス感染症拡大阻止に向けた トレーニングルームの利用条件

感染拡大の防止と社会活動の維持の両立を持続していくため、施設利用にあたっては、下記事項を遵守し、一人ひとりの責任における感染予防対策の徹底にご理解、ご協力をお願いいたします。

(1) 三つの『密』の禁止

- ①密閉回避…常時、扉や窓を開放して換気を行う。
- ②密接回避…近接距離（2mを目安に）での会話や発声、高唱は行わない。
- ③密集回避…参加者が近接する活動とならないよう徹底する。

(2) 利用者及び器具について

各部屋の収容人数及び利用可能器具を制限しています。

	「収容人数」	「利用可能器具」
①フィットネス室	4人まで	ランニングマシン（2台） エアロバイク（1台） エアロクライム（1台）
②筋トレ室	2人まで	ウェイトリフティング（1台） ベンチプレス（1台）

(3) 利用者へのお願い

利用にあたり、以下の事項を遵守しご協力いただきますようお願いいたします。

- ① 受付時や器具の使用前後の手洗い・手指消毒
- ② 受付時の住所及び連絡先の提出
- ③ 運動時も可能な限りマスク着用
※着用するマスク等に合わせた運動強度で利用してください。
- ④ フィットネス室及び筋トレ室の往来の禁止
- ⑤ 使用前後の器具の消毒
(ダンベル、ランニングマシンの手すり、エアロバイクのハンドル等)
※管理人も適宜消毒作業を実施します。
- ⑥ 利用後のすみやかな退室
※収容人数が少ないため、多くの方が利用できるようご協力ください。

(4) 利用いただけない方

以下の方はご利用いただけませんのでご了承ください。

- 発熱や風邪症状のある方や体調がすぐれない方
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる方
- 感染が流行している地域にお住まいの方
(県外の方は、三重県及びお住まいの地域(含勤務地)の移動に関する指針等に基づくこと)
- 過去14日以内に感染拡大している国への訪問歴がある方、または当該在住者との濃厚接触がある方
- 感染リスクを心配される方

(5) 各種ガイドライン等

下記のガイドライン及び各競技団体が作成した指針等を遵守し、活動を行ってください。

- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた『三重県指針』
 - ・社会体育施設の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン
 - ・FIA フィットネス関連施設における新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン
 - ・日本ウエイトリフティング協会 COVID-19 対策 トレーニング再開ガイドライン
- ※各種ガイドラインは随時改訂されますので、最新版をご確認ください。

新型コロナウイルス感染者の施設利用が確認された場合、消毒のため施設を一時休館させていただきます。なお、休館期間は状況により変動します。

また、近隣の感染拡大状況によっては、急きょ臨時休館、または利用条件を厳格化する場合があります。上記事項に従っていただけない場合は、利用の中止を求めることがあります。

施設管理者