

利用者の手引き【2021年度】

2021年6月20日
学生支援課
フィットネスプラザ

1. 利用者登録申請

授業以外で本施設を利用する場合、登録手続きを行う必要があり未登録者は利用できません。

学生証の裏面シールが変わったら登録手続きを行なってください。

なお、健康診断を受診していない方は登録できません。

授業で利用する場合は登録手続きの必要ありません。

(1) 登録申請用紙：大学ホームページよりダウンロード・印刷して必要事項を記入ください。

※大学内には、配置しておりません。

(2) 登録申請場所：豊田キャンパス 24号館 フィットネスプラザ

(3) 登録申請受付：月～土 9:00～16:00

2. 利用料金

登録料：300円（年度内有効・年度更新）

（証紙を1号館1階の証紙販売機で購入して登録申請用紙に貼付けしてください）

3. 休館日

①日曜日・祝日

②夏季休業日（一斉休暇）・冬季休業日（一斉休暇）

③その他大学が指定した日（入学試験実施日など）

4. 開館時間およびトレーニング終了時間

期 間	トレーニング時間	閉館時間
開講期間 月～金曜日	7:00～20:30	20:30
開講期間 土曜日	7:00～16:40	16:40
休講期間 月～土曜日	7:00～16:40	16:40

利用時間は時限単位の入れ替え制とします。

各時限の定員は60名までです。

* 昼休憩の時間帯は利用できません。

* 講義日程・営業時間等はフロント横の掲示板にてご確認ください。

* 講義でフィットネスプラザを利用する時間帯は、受講生以外の方は利用できません。

* 講義が行われる場合、受講生が講義開始10分前に入館します。その前の時限に利用する方は、受講生が入館する前に退館してください。

0限	7:00～9:20	4限	15:10～16:40
1限	9:30～11:00	5限	16:50～18:20
2限	11:10～12:40	6限	18:30～20:30
3限	13:30～15:00		

5. トレーニング時に必要な物

※更衣室・シャワーはありません。トレーニングウェアに着替えてから来館ください。

(1) トレーニングウェア

動きやすく清潔なものを着用してください。(ジーンズなどは不可)
汚れている、濡れているウェアは使用しないでください。

(2) シューズ

室内専用シューズをご用意ください。

(3) タオル

汗を拭くために必ず1枚をご用意ください。

6. 入館・退館の手続き方法

◇入館手続きの手順

- ①学生証(利用許可証)をフロントへ提出し入館チェックを受けてください。
- ②室内シューズの確認(毎回確認させて頂いています)※シューズの底を見せてください。
- ③各自、除菌用ウエス・雑巾を持って入館してください。

◇退館手続きの手順◇

- ①除菌が終わったらウエス・雑巾を出入口の回収箱に入れてください。
- ②学生証(利用許可証)をフロントへ提出し入館チェックを受けてください。

7. 利用の心得

お互い気持ち良く、安全に本施設をご利用いただくために、下記の心得を守ってご利用ください。

(1) 施設内での飲食・ガム・飴などは禁止です。

*水分補給は所定の場所にてお願いします。

(2) トレーニングルーム内は土足厳禁です。また、裸足やソックスでのトレーニングは認めません。

必ず室内専用のトレーニングシューズを着用してください。

外履で使用した靴は室内用のトレーニングシューズとして認めません

(3) 施設内での私物の保管やトレーニング以外の目的で施設を利用することはできません。

(4) 施設内の設備・備品等を故意に破損させた場合は、その全額を弁償していただきます。

*破損や不具合を発見した場合は、スタッフにご連絡ください。

(5) 施設内は清潔を保ち、他の利用者の迷惑となる行為は慎んでください。

(6) 施設内の利用に関しては、スタッフやトレーナーの指示に従ってください。

(7) 盗難防止のためダイヤル式ロッカーを使用してください。

盗難・紛失が発生しても責任を負いかねます

【注意】ダイヤル式ロッカーの番号忘れなどにご注意願います。

(8) 入館後、短時間の退館する場合はフロントにその旨を伝えてから退館してください。

(体育館などに行くときや急な用事が出来た場合など)

一時退館が長時間になる場合は退館手続きを行ってください。

勝手に入館・退館することは認めていません。

定員に達した場合、事故防止のため入場者数を調整します(調整中は入館できません)

(9) 器具使用後は設置してある除菌用アルコールで除菌してください。

(10) 友達同士やクラブ内での口約束による器具類の使い回しや場所取りは厳禁です。

(11) 自分が使用した器具は各自アルコールで除菌し元の位置に戻してください。

(12) 館内でケガ・体調不良が発生した場合は、スタッフに連絡ください。

以上の規則を守れなかった場合や他の利用者の迷惑となる行為を繰り返した場合、即時退館および登録の抹消を行います。

8. 新型コロナウイルス感染拡大防止の為の注意事項とお願い

- (1) 鍵付きロッカーは使用できません。手荷物は壁面の木製棚に入れ、各自で管理してください。
- (2) トレーニング用品の貸出には制限があります。
必要な場合は、各自でご用意してください。
また、持ち込む場合は、事前にフロントでご確認ください。
- (3) 館内では、トレーニング中を除きマスクを着用ください。
- (4) 安全確保のためハーフラックやベンチプレスの使用は、2名1組でお願いします。
その他、マシンなどの利用は1名でお願いします。
- (5) 必要な会話が大声にならないように、館内のBGMは休止します。
各自イヤホンなどを使用してください。
- (6) 利用時間終了15分前になったら、使用した器具類の除菌を始めてください。
また、トレーニング中も必要に応じて器具類の除菌にご協力ください。
* 除菌剤はお近くのアルコール除菌スプレーボトルをご利用ください。
* 器具類に直接スプレーせずに、ウエス・雑巾にスプレーして拭き取ってください。
* 途中退館のときも随時、除菌をお願いします。
- (7) 忘れ物について
* ウイルス拡散防止のため「シェイカー」「タオル」は廃棄処分します。
お忘れ物のないようにお気をつけください。
- (8) シェイカーなどの洗浄場所はありません。各自持ち帰って洗ってください。