

施設利用ルール

Human Performance Center（以下「本施設」という）をご利用いただくすべての利用者が、安全で快適にご利用いただくために、本施設利用の際は、下記ルールを遵守ください。

【禁止事項】

- 1) トレーニング時に不適切な服装*、または室内シューズを着用せずにトレーニングすること。
*不適切な服装とは、裸（上半身のみも含め）や、ジーンズ等トレーニングウェア以外の服装、および他の利用者が不快感を覚えるとスタッフが判断した場合とする。
- 2) 許可なくストレングスルーム内で撮影や録音をすること。
- 3) ストレングスルームおよびセミナールームにおけるスマートフォンや携帯電話による通話やデータの送受信など。
- 4) 所定の場所以外での飲食（ガム、飴等を含む）（原則として禁止いたします）。
- 5) 個人のトレーニング器具（バー、ケーブルアタッチメント等）の持ち込み。ただし、ベルト、ストラップ、グローブ、ラップ等は持ち込み可とする。
- 6) ストレングスルーム内において、大声や奇声を発すること。
- 7) 他の利用者、施設スタッフおよび事務局スタッフへの誹謗、中傷、暴力、痴漢、のぞき、セクハラ、唾を吐く等、法令や公序良俗に反する行為。および、当協会への誹謗、中傷などの行為。
- 8) 多額の現金や貴重品の持ち込み。
- 9) イヤホン、ヘッドホンを聞きながらのトレーニング（有酸素運動機器利用時、およびストレッチ時は除く）。
- 10) 治療および医療行為（マッサージ、低周波治療器等を含む）。
- 11) 施設備品を無断で持ち出すこと。
* 万が一誤って備品等を破損させた場合は、施設スタッフにお申し出ください。
- 12) 施設内での落書き、器具、備品、設備等の損壊、施設内への動物、危険物の持ち込み。
- 13) 酒気を帯びての利用
- 14) 施設内における物品販売、営業行為、金銭の貸借、勧誘行為、政治活動、署名運動。

【注意事項】

- 1) 利用時間を厳守すること
- 2) 使用した器具、備品は必ず元の場所に戻すこと
- 3) 器具に汗が不着した場合は、備え付けのタオルでふき取ること
- 4) オリンピックリフティング等、プレートを床に落とす場合はバンパープレートを使用すること
- 5) オリンピックリフティング以外のエクササイズでバーを使用する場合は、カラーを使用すること
- 6) 混雑時には器具の独占はしないこと（譲り合ってご使用ください）。なお、トレッドミル等有酸素運動機器は利用時間を指定させて頂く場合があります。
- 7) 過剰に炭酸マグネシウム（チョーク：滑り止めの粉）を使用しないこと
- 8) 重症度に限らず、出血および体調不良の場合は施設スタッフに申し出ること
- 9) 大きな荷物（スーツケース等）を施設に持ち込むこと（施設内にクロークはございません）

以上

平成 29 年 3 月 31 日 施行