

いしかわ総合スポーツセンター個人使用に関する規定

【利用時間・休館日について】

利用時間…………… 9:00～22:00

休館日…………… 年末年始(12/29～1/3)

※ 定期点検、施設修繕などにより、利用時間および休館日が変更になる場合があります。

【安全面及び衛生上、下記の項目に該当する方はご利用をお断りさせていただきます】

- ① 体調の優れない方
- ② 酒気を帯びている方
- ③ 感染症にかかっている方
- ④ 医師から運動を禁止されている方
- ⑤ 刺青等のある方（ラッシュガード等で覆われていれば利用可）
- ⑥ その他、当施設の規則及び、スタッフの指示に従わない方

【小学生、中学生の使用制限について】

- ① 小学生以下の施設利用については、保護者又は20歳以上の方の同伴が必要です。
- ② 小学生以下のトレーニングルームの利用はできません（入室も不可）
- ③ 小学生以下のプール利用については、大人1人につき小学生以下2名まで入水可能となります。（同一コースでの利用で目を離さないようお願いいたします）
- ④ 中学生のみでの使用時間は、4月～10月は18時まで、11月～3月は17時までとなります。ただし、保護者や指導者が同伴の場合は除きます。

【施設使用上の注意事項】

- ① 初回利用時に、利用者カードの登録が必要となります。中学生以下の登録には、保護者または20歳以上の方の同伴（同意書）が必要となります。
- ② 利用者カードの提示がない場合、施設の利用はできません。
※利用者カードの紛失、破損による再発行には手数料100円がかかります
- ③ 自己の不注意により起こした傷病については一切の責任を負いかねます。
- ④ 運動の前後に血圧測定など体調チェックを行い自己責任のもと運動を行ってください。
- ⑤ 飲料水の持ち込みは、キャップの付いた容器であれば可能です。
- ⑥ 熱中症予防のため、水分を補給しながらトレーニングを行ってください。
- ⑦ 体調が悪くなった時はトレーニングを中止し、近くにいるスタッフにお知らせください。
- ⑧ 利用時にはチェックインしてからの着替え等の時間も含まれますのでご注意ください。
- ⑨ 物品等を破損した場合は速やかに職員にお知らせください。また、不適切な取扱いによって施設や備品等を破損させた場合は修理代を請求させていただきます。
- ⑩ 施設内を許可なく撮影することは禁止されております。
- ⑪ 貴重品は総合受付横の貴重品ロッカーをご利用ください。施設内で起きた盗難等の責任は負いかねます。
- ⑫ 駐車場での事故、盗難等については一切の責任は負いかねます。
- ⑬ 迷惑な行為や、施設の利用規定を守っていただけない場合には、退室退館していただきます。

【ロッカールーム利用の方】

- ① 更衣室内は履物を脱いでご利用ください。（内履き、外履き）
- ② 盗難防止のため、必ず鍵をかけてご利用ください。貴重品は総合受付横の貴重品ロッカーをご利用ください。
- ③ ロッカーはコインリターン式（100円）となっています。コインの取り忘れにご注意ください。
- ④ 鍵を紛失された場合は、実費分（4,000円）を負担していただきます。

【メイン・サブアリーナ、マルチパーパス個人利用の方】

- ① アリーナの個人利用は、団体利用がない場所を開放いたします。ただし種目によっては、制限のかかるものがあります。詳細はスタッフにお問い合わせください。
- ② フロア内は土足厳禁です。内履きに履き替えてください。
- ③ 利用後は必ずモップがけを行い、原状回復してください。
- ④ マルチパーパスでは、ボールを使用した運動はできません。
- ⑤ 設置型音響デッキ、移動式ミラーの使用はできません。

【ランニングコース利用の方】

- ① 利用の前後に、総合受付にて利用者カードを提示し、入館・退館手続きを行ってください。
- ② ランニングコースは、左側通行で利用してください。
- ③ 利用の際は内履きシューズが必要になります。
- ④ ウォーキングポール、競技用車椅子の使用はできません。

【トレーニングルーム利用の方】

- ① 利用の前後に、トレーニングルーム受付にて利用者カードを提示し、入館・退館手続きを行ってください。
- ② 運動に適した服装と内履きシューズを着用してください。サンダルやスリッパ、裸足での利用はできません。
- ③ トレーニングルーム内での携帯電話の通話又は使用はご遠慮ください。
- ④ 器具・機器類を使用する際には、時間や順番を守り、節度を持って利用してください。
- ⑤ トレーニングマシンの取扱いは、スタッフの指示に従って取り扱ってください。不適切な取扱いによって破損または故障させた場合は、修理代を請求させていただきます。
- ⑥ フリーウエイトを使用する際、必ず周囲の安全確認を行ってください。
- ⑦ トレーニング器具使用後は、もとの位置に返却してください。
- ⑧ 使用した器具に付いた汗は、備え付けのタオルでふき取ってください。

【プール利用の方】

- ① 利用の前後に、トレーニングルーム受付にて利用者カードを提示し、入館・退館手続きを行ってください。
- ② コースの専用利用については、事前に予約が必要です。詳細については総合受付にお問い合わせください。
- ③ コース専用利用により、利用に制限がかかる場合があります。
- ④ スイミングキャップの着用が必要です。（貸出なし・販売あり）
- ⑤ 化粧を落とし、シャワーを浴びてから入水してください。ウォーキングの利用者も同様です。
- ⑥ プール内への携帯電話の持ち込みはご遠慮ください。
- ⑦ コース内進行方向は右側通行です。
- ⑧ フィン、シュノーケル、パドル（プラチック制）、遊具（浮き輪等）の持ち込みは禁止です。
- ⑨ プールサイドは滑りやすいので、走らないでください。また、飛び込みや潜水も危険なため禁止です。
- ⑩ 使用した用具類は必ずもとの位置に戻してください。
- ⑪ オムツの取れていないお子様と入られる場合は、トレーニングパンツの着用をお願いします。
※紙おむつ、水遊びパンツでの入水はご遠慮ください。