

三鷹市SUBARU総合スポーツセンター

スポーツ教室参加の注意事項

以下のルールを守り、楽しく安全にご参加ください。

《参加前》

- ・現在治療・服薬中の方、または過去に入院や手術が必要な大きな怪我や病気（心臓病・脳血管疾患・気管支喘息・高血圧症・てんかん・ひきつけなど）にかかった方は医師と相談の上、申込書にご記入ください。必要により診断書の提出を求める場合や教室へのご参加をお断りする場合がございます。
- ・医師から運動を禁止されている方はご参加いただけません。
- ・妊娠をされている方は、医師の承諾後、当センター所定「参加同意書」にご記入のうえご参加ください。
- ・プールなど各施設特有のルールは事前にご確認のうえご参加ください。
- ・ウェアや靴のレンタル及び販売はございません。
- ・スポーツ教室参加権利の譲渡はできませんので予めご了承ください。（兄弟姉妹を含む。）
- ・ベビースイムにご参加のお子様はプール用のおむつを着用してご参加いただけます。また、保護者の付き添いが必要です。
- ・ベビースイム以外（親子スイム、キッズスイム）はおむつが取れていることが条件です。
- ・当センター都合によるお休みを除き、お申し込み後の返金・欠席分の振替はございません。
- ・人数制限のある期間は、見学や体験は中止となります。

《参加時》

- ・各種目に適した服を着用ください。
- ・他の利用者の迷惑となる行動はしないでください。
- ・ルールを順守しマナーを守り、体調等自己判断、自己責任にてご参加ください。特に教室開始時間に遅れた場合には準備運動をしっかりと行ったうえでご参加ください。
- ・写真撮影(動画含む)は禁止です。
- ・親子教室を除きお子様を連れての教室参加はできません。（子ども発達支援センターでは1歳から就学前の集団保育ができるお子様を保育室でお預かりすることができます（事前予約制）。ご利用には利用料が別途必要となります。電話番号：0422-45-1133（受付/月～金 9：00～16：30））
- ・刺青、タトゥーをしている方はサポーター等で見えないようにしてください。
- ・体調の悪化又は異変を感じた場合は、すぐに運動を中止し、担当者にお声がけください。

・教室時間は入場、準備、片付け、終了挨拶までを含めます。終了後は速やかにご退出くださいますようお願いいたします。

・教室終了後にプール・トレーニング室等をご利用の場合は利用料が別途必要となります。

・駐車場をご利用の方は隣接『三鷹市役所』の駐車場にお停め頂き、駐車券をSUBARU総合スポーツセンター1階総合受付にご提示ください。(施設利用の方3時間無料)

《新型コロナウイルス感染症拡大防止のための参加にあたってのお願い》

※下記ルールをお守りいただけない場合はご利用をお断りすることがあります。

・ご来館される前に、ご自宅で検温をお願いいたします。

・37.5度以上の熱がある場合や体調がすぐれない場合は参加をお控えください。

・マスクの着用の徹底をお願いいたします。また、飛沫防止効果を考慮し、マスクやフェイスカバー等の「鼻や口を隙間なく覆うもの」のみ着用とし、フェイスシールドやマウスシールドの着用はご遠慮ください。熱中症や脱水症状のリスクを考慮し、運動中に苦しくなった場合は運動強度を落とし呼吸を整えましょう。また、水分補給をこまめに行ってください。

・更衣室の密を避けるために可能な限りご自宅で着替えを済ませてからご来館いただきますようご協力をお願いいたします。

・ご利用の前後に各自、必ず手を洗ってください。

・お客様同士の距離を2m以上確保してください。

・教室にて用具を使用した場合、消毒のご協力をお願いいたします。※タオルや消毒液はインストラクターが準備します。

・大きな声での会話はお控えください。

《その他》

・当センター並びに担当者に重大な過失があった場合を除き、事故・トラブル等の責任は負いかねます。

・お休みされる場合の連絡は不要ですが、長期的にお休みになる場合にはご連絡くださいますようお願いいたします。