

JISSトレーニング体育館・HPG・ジムEASTの利用について

20200619

Alert Level	B.緊急事態宣言は解除されたが、引き続き警戒が必要な時期				c.新しい生活様式
利用の段階分け	Phase 2	Phase 3		Phase 4	Phase 5
期間	6/1~5	6/8~12	6/15~21	6/22~7/5	7/6 ~
対称施設	室内の利用は△	トレーニング体育館、HPG、トレーニングジムEAST			
利用形態	個人利用	個人利用		個人利用	個人利用
人数制限	人数制限：トレ5名、HPG 5名、EAST 5名	人数制限：トレ10名、HPG10名、EAST10名		人数制限：トレ20名、HPG20名、EAST15名	人数制限：トレ30名、HPG30名、EAST20名
		当日のみ有効な予約をご活用ください。 (予約受付時間 9：30~16：00) ※土、日、祝なし	当日のみ有効な予約をご活用ください。 (予約受付時間 9：30~18：00) ※HPGの土日祝は17：30まで	当日のみ有効な予約をご活用ください。 (予約受付時間：営業時間に準ずる)	
		営業時間外の利用は、利用日の12時までにお申込みください。 EASTの時間外利用も、事前のお申込みが必要です。 お申込みは上記の予約受付時間をお願いします。			
時間制限		90分以内/1回		120分以内/1回	
営業時間	10：00~16：00 土、日、祝は閉館	10：00~16：00 土、日、祝は閉館	<トレ/EAST> 10：00~18：00 <HPG> 10：00~18：00 土日祝は10：00~17：30	<トレ/EAST> 9：00~20：00 日曜日は9：00~18：00 <HPG> 9：00~19：30 土日祝は9：00~17：30	
時間外利用	×	○ (上記営業時間以外の利用 指導者帯同必須、10名以下)		○ (上記営業時間以外の利用 指導者帯同必須、20名以下)	○ (上記営業時間以外の利用 指導者帯同必須、30名以下)
団体予約	×	×	×	×	○ (10~20名) 予約方法は従来と同様
利用可能設備	・フリースペース、自身で持ち込む機器 (共有不可) ※マシン、フリーウエイト、チューブ などのトレーニング機器は貸出不可。	従来の機器の利用が可能 (数量及び利用時間に制限あり)		従来の機器の利用が可能 (数量及び利用時間に制限あり)	
・フリーエリア	○		○	○	○
・ストレッチマット	○		○	○	○
・マシン	×		○	○	○
・フリーウエイト	×		○	○	○
・エアロバイク/トレッドミルなど	×		○	○	○
・トレーニング小物	×	○ (ストラップ等消毒が困難なものは貸出不可)		○ (ストラップ等消毒が困難なものは貸出不可)	
・測定機器 (InBODYなど)	×		○	○	○
・心拍計 (一式)	×		○	○	○
・FAAB	×	△ (ウェア貸出禁止)		○	○
低酸素室	×		△	○ (原則1枠1名または1グループ)	○ (原則1枠1名または1グループ)
酸素カプセル	×		×	○	○
クライミングウォール	×		×	○ (原則2名以内または1グループ)	○ (原則2名以内または1グループ)
個別サボート	×		△ (制限あり)	○	○
◆利用条件	感染の可能性が限りなく0に近いと判定されたケースに限る (過去2週間にわたり、体温37.0° C未満で、倦怠感、咳嗽、咽頭痛または味覚や嗅覚異常などの体調異常なし、もしくはPCR検査陰性) ※トレーニング中もマスクを着用 (ただし有酸素マシンについて遮蔽物が設置されているものは、マスクを外しての利用が可能とする。)				

※政府及び東京都の要請や、利用者の安全性に配慮して変更する場合があります。

お問合せ先
 トレーニング体育館 03-5963-0225
 ハイパフォーマンスジム 03-5963-0294
 トレーニングジムEAST 03-6454-3360

