

感染症予防のため  
トレーニング室をご利用の際は  
**必ず鼻と口を覆って**

マスクをご着用いただくようお願いいたします



口から鼻まで覆う  
着用方法



鼻を出して口だけ覆う  
着用方法

※どうしても苦しい場合のみ、トレーニングを一時中断して、他の利用者様にご迷惑にならない形ですらし、口だけはマスクで覆ってください。呼吸が整った後は、すぐにマスクを着け直して、口から鼻まで覆ってください。

※有酸素マシンをご利用の方は、熱中症防止のため、  
パーテーションがある場合に限り、マスクを外しての利用も可能とします。

皆様が快適に利用できるよう、  
ご理解・ご協力をお願いいたします