

新型コロナウイルス感染防止対策

皆様にご安心してフィットネスを楽しんで頂くために！

当面の間は以下のご利用方法にご協力下さいますようお願い致します。



1 ご来館の前に

①必ず検温、体調のチェックをお願いします。

- 元氣な皆様のご来館を歓迎します！
- 必ずマスク着用にてご来館頂きます様お願いします。

②下記の方のご来館は固くお断りします。

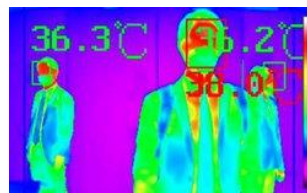
- PCR検査でコロナウイルスの陽性診断をされた方。感染可能性がある方。
- 風邪の症状、倦怠感や息苦しさ、37.5度以上の発熱がある方。
- 過去48時間以内に熱があった方。
- 咳、痰、味覚や嗅覚に異常がある方。
- 味覚、嗅覚に少しでも違和感のある方。
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方、上記症状がいる方。
- 過去14日以内に海外から戻られた方、当該在住者と濃厚接触がある方。

③下記の方はご来館をお控え頂くことをお勧めします。

- 糖尿病、心不全、呼吸器疾患、基礎疾患がある方。
- 免疫抑制剤や抗がん剤等用いている方。
- ご高齢の方。

※感染防止の為、上記に該当するとクラブが判断した場合、ご来館をお断りしたり退館をお願いする場合がございます。

2 ご利用について



①チェックイン



- AI人体表面温度センサーを設置致しました。体温チェックさせていただきます。

【ご利用時の注意事項】

- 間隔を空けてのチェックインにご協力ください。
- 消毒液による手指消毒をお願いします。
- ※開店待ちでお並びになるのはご遠慮ください。
- ※マスク着用での来館をお願いします。

②ロッカールーム・スパ

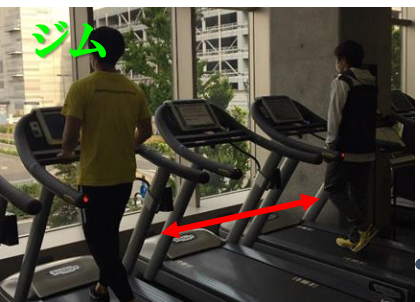


- ロッカーは1列ごとにご利用頂けます。

【ご利用時の注意事項】

- ロッカーキーはご利用前後にアルコール消毒をお願いします。
- 間隔を空けてのご利用、ゆずり合いにご協力ください。
- ロッカールーム、浴室、サウナ、スチームサウナの中での会話はお控えください。

③トレーニングジム



- カーディオマシンは1台ごとに、ウエイトマシンも間隔を空けてご利用頂けます。
- スタジオ、各マシンの除菌消毒液を設置しております。

【ご利用時の注意事項】

- 使用するマシン、マット、運動器具等のご利用前後のアルコール消毒をお願いします。
- ジムエリアご利用はマスク着用をお願いします。
- ※ランニングマシン走行風装置のご利用お控えください。



④プログラムレッスン **感染防止3つの「密」を避けよう！**

密閉への対応

- レッスンの間隔を20分以上確保し、除菌清掃、換気を強化しております。
- レッスンを短縮し、時間や内容を変更しています。
- 換気を優先し、レッスン中も常時換気運転を行っております。

密集への対応

- レッスンは一定以上の距離が確保される定員になります。
- レッスン開始前のスタジオ前整列はお控え頂き、ご入場頂いております。

密接への対応

- レッスン中の発声やハイタッチは実施しません。
- 整理券は配布、回収時の手渡しを避け、回収後は整理券を消毒しています。

- インストラクターは背面指導を基本とし、対面指導は避けています。
- 参加者、インストラクターの体調確認を実施しています。
- ※事情によりプログラムレッスンを休講させて頂く場合がございます。

⑤プール

- プールエリア、スチームサウナの中での会話は禁止です。
- プールエリアも換気を強化しております。
- レッスン前後の待機時、退出時の会話は禁止です。

⑥館内全般



- 館内全体の除菌、清掃を行っております。
- フロント、ジム、ラウンジには手指消毒を設置しています。
- お客様にご利用頂く備品類は使用後に消毒をしています。
- 通常よりも換気の頻度を多くしております。

【ご利用時の注意事項】

- ・館内は全て間隔を空けてのご利用にご協力をお願いします。
- ・こまめに専用シンクやレストルームでのうがい、手洗い、消毒をお願いします。
※冷水機でのうごいは固くお断り致します。見かけた方は強制退会となる場合がございます。
- ・混雑時間を避けてのご利用をお勧めします。



【ココカラ辻堂利用状況表】

	月	火	水	金	土	日
10:00～ 12:00	●	●	●	●	●	■
12:00～ 14:00	●	●	●	●	●	●
14:00～ 16:00	●	●	●	●	●	●
16:00～ 18:00	●	●	●	●	●	●
18:00～ 20:00	●	●	●	●	●	●
20:00～ 22:00	●	●	●	●	■	
22:00～ 23:30	■	■	■	■		

●混雑

●普通

■空いている

- ・しばらくの間は会員様同士での会話はなるべく少なく、距離をとり、マスク着用にてお願いします。
- ・トイレ便座は除菌液をご利用頂き、便座は閉めて流すようにお願いします。
- ・トイレジェットタオルの使用は禁止しております。
- ・ご利用時間は2時間程度以内をお勧めします。
- ・館内での食事はお控え頂きますようお願いいたします。(飲み物、ゼリー類は可)
- ・感染防止の為、クラブスタッフのご案内に従って頂くようお願いいたします。

3 スタッフについて



- 出勤、退勤時に全員検温し、体温チェックを行っています。
- 手洗い、うがい等を徹底し、感染予防に努めております。
- 発熱等の症状がある場合や同居者に感染者疑いがある場合は出勤を控えております。
- 会員の皆様と従業員の健康と安全を考慮し、マスク着用し対応致します。
- スタッフのユニフォーム等は毎回洗濯を徹底しております。

館内除菌清掃及び巡回清掃を強化しています。



フィットネス&スパ ココカラ辻堂

当クラブは会員の皆様の間隔、余裕をもってご利用頂ける広々とした、天井の高い運動エリアとなっており、また運動用の高い換気設定となっています。