

# トレーニング室 利用案内



☆**当面の間、トレーニング室は予約専用(先着順)です。**※予約は利用日の前日までに。

☆①西宮市内在住・在勤・在学の障がいのある方(ご本人と介護者一人は無料)、②西宮市内在住の65才以上の方(無料)、③西宮市外在住の障がいのある方(有料…大人200円)が、ご利用できます。※①の方の二人目の介護者は有料。※中学生以下は利用不可。

☆予約は翌週の土曜日まで(日曜始まりのカレンダー)に**1回分**できます。次回の予約はご利用終了後にできます。**週3回**ご利用できます。電話もしくは受付にてお申込みください。※西宮市外在住の方は、日曜か土曜いずれか週1回の利用になります。

☆予約受付時間は、日曜日～水曜日・金曜日・土曜日の9時～17時(12時15分～13時15分を除く)です。※木曜日・祝日の翌日・第3日曜日は体育施設休業日のため受付できません。

**【予約専用電話】 0798-78-3388**

**【FAX】 0798-35-1132**

※電話予約ができない方はFAXでの申し込みも可。

**【トレーニング室・更衣室の利用時間】**

☆ 9:00～10:30(障)

☆ 10:45～12:15(障・寿)

☆ 13:30～15:00(障)

☆ 15:15～16:45(障・寿)

※障…障がいのある方  
寿…65才以上の方

**【利用日】**

日曜日～水曜日・金曜日・土曜日  
(祝日の翌日と第3日曜日を除く)

**【定員】 各時間5人(介護者含まず)**

**【利用上の注意事項】**

☆入館されてからはマスクの着用にご協力ください(有酸素運動中を除く)。

☆ご利用当日は検温と利用申請書(健康チェック表)の記入・提出があります。

☆ご利用当日は、本人証明となるものをお持ちください。

- ・障がいのある方…センター利用証・障害者手帳・在勤証明書など
- ・65才以上の方…身分証明となるもの(住所・生年月日の記載)

☆手洗い・消毒にご協力ください。また、使用されたマシン類の消毒もお願いいたします。

☆室内用運動靴が必要です。また、介護者は入室できますが、運動はご遠慮ください。

☆各利用時間内で更衣室も退室してください。各利用時間外に清掃・消毒を行います。

感染症拡大防止に  
ご協力ください

