

《 トレーニングルーム利用案内 》

- ◆1 **利用時間** 火曜日から土曜日 9:00～21:00 (入場受付は20:00まで)
日曜日・祝祭日 9:00～17:00 (入場受付は16:00まで)
※利用時間には、ロッカールーム・シャワールームの利用も含まれます。
- イベント開催時
イベントの内容により利用できない日・時間帯がありますので月予定表をご確認ください。
- ◆2 **利用料金** 1回につき 一般 450円 ベテランズ 330円 生徒等 220円 (再入場不可)
回数券(12回分) 一般 4,500円 ベテランズ 3,300円 生徒等 2,200円
初回登録講習料 一律 410円
※ベテランズ料金は誕生日を迎える月初めより適用となります。
- ◆3 **利用条件** 中学生以上で初回登録講習を受講した登録者およびフィットネス会員
(原則として小学生以下の利用はできません。)
- ◆4 **休館日** 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)および年末年始
その他メンテナンス・スポーツ大会・コンサートやイベント等でご利用いただけないこともありますので、月予定表
をご確認ください。
- ◆5 **利用の手続き**
- (1) **初めてご利用になる方**
- ① 初回登録講習(30分程度)の受講が必要となります。講習は事前予約制になっておりますので、トレーニングルームに直接、または電話で前日までにご予約ください。
 - ② 初回登録講習料として410円(カード作成料等含む。)を申し受けます。また、講習終了後は「利用者(仮)カード」を発行します。但し、紛失等により「利用者カード」を再発行する場合は、1枚につき200円をご負担いただきます。
 - ③ 講習時に顔写真(縦3.0cm、横2.4cm、無帽、無背景、上半身、裏に氏名を記入)を1枚ご持参ください。
 - ④ 「利用者カード」の郵送をご希望する場合は、返信用封筒(84円切手貼付)をご持参ください。
 - ⑤ 初回登録講習後に引き続き利用する場合は、施設利用券(利用券または回数券)が必要となります。
- (2) **2回目以降の方**
- ① 券売機で施設利用券(利用券または回数券)を購入してください。
 - ② トレーニングルーム受付で利用券または回数券と利用者カードを提出し、「利用者名簿」に記入してください。
※団体でご利用の場合は、事前に利用手続きが必要となります。詳しくは体育館受付までお尋ねください。
- ◆6 **利用上の注意事項**
- (1) 室内ではスタッフの指示に従ってください。
(指示に従っていただけない場合は、以後のご利用をお断りさせていただく場合がございます。)
 - (2) 室内への幼児および小学生、風紀を乱す恐れのある人および他人の迷惑となる恐れのある人の入室はご遠慮頂きます。
 - (3) 刺青(ファッションタトゥ含む。)のある方は利用できません。
 - (4) 室内は土足禁止です。入口で室内用シューズに履き替えてください。
 - (5) トレーニング中の水分補給以外の飲食はできません。
 - (6) 利用時間を守ってください。また、器具類の長時間独占利用等をご遠慮ください。
 - (7) トレーニングに適した服装でご利用ください。
 - (8) 更衣室及びロッカー(100円リターン式)・温水シャワーが無料でご利用頂けます。
 - (9) 盗難・紛失についての責任は負いかねますので、自己責任のもとに管理してください。
 - (10) 器具類の適正な利用にご協力いただき、事故・ケガに十分注意してください。
 - (11) 中学生の方の18:00以降のご利用は保護者・指導者等の同伴での利用となります。
 - (12) その他ご不明な点がございましたら、スタッフまでお申し出ください。

〒981-0122 宮城県宮城郡利府町菅谷字館40-1

グランディ・21(宮城県総合運動公園)

URL : <http://www.mspf.jp/grande21/>

TEL : 022-356-1122

FAX : 022-356-1123

E-mail : grande21@mspf.jp

《 トレーニングルーム初回登録講習案内 》

○講習日時 ※講習は1回につき原則5名までとなります

日時	9:30～	13:30～	18:30～
月	×	×	×
火	○	○	×
水	○	○	○
木	○	○	○
金	○	○	×
土	○ ※10:30～	○	○
日	○ ※10:30～	○	
祝祭日	×	○	

※講習は上記の時間に行っています。

○受講の流れ

