

## 館内ルール

当店をご利用者全員が気持ちよくご利用いただけることを目指しております。

その為、皆様1人1人がルールやマナーをお守りくださいますようお願いいたします。

### 【撮影について】

SNS投稿、YouTube投稿、個人利用の為の撮影は可能ですが以下についてお守りください。

- ・通常のご利用料金を頂戴いたします（月会費またはビジター料金）
- ・他のお客様が映らないようにしてください。
- ・マシンや設備を占領し続ける事が起こらないようにしてください。
- ・込み合っている時間帯は避けるようにしてください。
- ・公序良俗に反する撮影や投稿は禁止といたします。
- ・その他ルールやマナーをお守りください。
- ・「#ネクサスフィットネス武蔵浦和」にご協力をお願いいたします。

### 【館内ご利用上のマナー】

- ・ご利用後はシートの汗の拭きとりにご協力ください。
  - ・タオルを持参し、頭部にタオルを置くことを推奨しています。
  - ・マシンは占有せず、インターバル中などは譲り合ってご利用ください。  
目安最長時間は20分、2台以上の占有はお控えください。
  - ・大きな声を出してのトレーニングはお控えください。
  - ・館内で一人の際は必ずセキュリティボタンを近くに置いてご利用ください。
  - ・汗が多い場合は早めの着替えや、ご持参のタオルで汗の拭きとりをお願いします。
  - ・香水など香りにはご配慮くださいますようお願いいたします。
  - ・バーベルを使用の際はカラー（留め具）を必ずご利用ください。
  - ・トレーニング時はセーフティーバーを必ずご利用ください。
  - ・ダンベルやバーベルを床に落とさぬようご利用ください。
  - ・大きな音を立ててのトレーニングはお控えください。
  - ・マシンは正しく丁寧にご使用ください。
  - ・使用したものは元の位置に戻し、導線に置かぬようご注意ください。
  - ・タトゥーがある方は全て隠してご利用ください。
  - ・面識のない方への指導はお控えください。
  - ・パーソナルトレーニングは契約パーソナルトレーナーのみとさせていただきます。
  - ・ジム内での通話をご遠慮ください。
  - ・伸縮性のあるウェアや運動に適した靴でご利用ください。
  - ・過度な露出はお控えください。
  - ・マシンシート保護の為ベルトやボタンがシートに直接当たらぬようご使用ください。
  - ・インターバル中のスマホは可能ですが目安1分以内とさせていただきます。
- 全ての皆様が気持ちよくご利用いただけるようご協力をお願いいたします。