



## マナーについてのご案内

みなさまが快適にルネサンスをご利用いただけますようご協力をお願いいたします。

- \*館内ご利用時は、他の方のご迷惑とならないようご利用ください
- \*携帯電話の通話は、1Fエントランスでご利用ください
- \*ロッカーキーは常に身に付けてください。

### ●トレーニングジム & フリーウエイトエリア

- \*飲用は、缶・ピンはお控えいただき、蓋付きボトルをご利用ください。
- \*各マシンご利用後は、備え付けのタオル、モップで汗をお拭きください。
- \*大きな音・声を出すなど周囲の迷惑となるような使い方をご遠慮ください。
- \*マシンは譲り合ってご利用ください。
- \*インドアシューズ（室内履き）をご利用ください。

### ●スタジオ

- \*定員制のクラスはレッスン開始30分前より2階ジムエリアにて、受付開始となります。
- \*プログラム開始後のご参加はご遠慮ください。
- \*接触による事故・ケガを予防するため、装飾品などは事前に外してご参加ください。

### ●ロッカー

- \*ロッカーは施錠し、ロッカーキーは手首に常に着用ください。
- \*ロッカーのカードの取り忘れにご注意ください。
- \*ロッカー内でのお食事はご遠慮ください。（1Fテーブルをご利用ください）
- \*ロッカールーム内は、素足でご利用ください。
- \*パウダーコーナーの利用後は、クリーンキット（清掃用具）をご利用ください。

### ●プール

- \*接触による事故・ケガを予防するため、装飾品などは事前に外してご利用ください。
- \*お化粧品や整髪料を落として、シャワーで全身をお流しください。
- \*スイムキャップを必ず着用ください。その際は、キャップの中に髪の毛が収まるように着用ください。
- \*水中歩行、遊泳時は、利用案内をご確認いただき譲り合ってご利用ください。
- \*プール内において、他のお客様と立ち止まっただけの会話はご遠慮ください。
- \*飲用は、蓋付きボトルをご利用ください。

### ●シャワールーム

- \*衣服や水着を着用して利用はご遠慮ください。（脱衣所で脱いでからご利用ください）
- \*水着の洗濯（濯ぎ等）は専用の洗面台をご利用ください。

### ●スカッシュ

- \*コート付近でのお食事はご遠慮ください。
- \*コート利用時は、申込方法をご確認の上、ご利用ください
- \*ボールはご自身でご用意ください。（販売もしています）
- \*コートレンタルの予約は希望日の2週間前より受付いたします。1枠20分、お一人様1日につき2枠までご予約可能です。  
料金：200円 火～金 18:00まで  
300円 火～金 18:00以降、土日祝  
キャンセルは利用日前日18:00までにお申し出ください。

### モラルのコラム

「マナー」と「モラル」という言葉があります。「マナー」はもともと既に決められていることが多く、「モラル」は一般的に「良い事、悪い事を判断し実行する/しないを決める心」とも言われます・・・「常識」や「感覚」は人によって様々です。ルネサンスではお客様に「グッドマナー」を大切に利用いただき、「モラル」については、お客様と一緒に考え、話し合い、モラルのあるクラブを作り上げていきたい・・・そう考えています。

# Start Guide

## ルネサンス スタートガイド



ルネサンスにご入会いただき、ありがとうございます。  
お客様が快適なルネサンスライフを送れるよう、スタートガイドを用意しました。

## カラダ・ワカル・カフル

ルネサンス フィットネス サポートシステム

「体成分分析」「アライメントチェック」の  
2つのカラダ測定からお客様の身体の変化を  
トレーナーがサポートいたします。



毎月トレーナーがマンツーマンで、測定結果から  
お客様の目的に合った運動をご提案いたします。



●サポート期間は目安となります。お客様のご利用状況により異なります。