

# 小山市立体育館 トレーニング室利用案内

(小山市立体育館 トレーニング室利用規則)

## 利用できる方

- ①初回講習を修了している方
- ②中学生以上の方 ただし、中学生の利用は保護者又は18歳以上の方(高校生不可)の同伴が必要です。(保護者又は18歳以上の方1名につき3名まで利用可)

## 利用時間

- 午前の部 9:00～12:45
- 午後の部 13:00～16:45
- 夜間の部 17:00～20:45

### ※各部入替制です

午前の部から午後の部など各部複数の時間帯にまたがってご利用の際は、それぞれの利用時間帯ごとに利用券をご購入ください。

## 休館日

- 年末年始(12月29日～1月3日)
  - 毎月第2月曜日(施設点検日)  
(祝日及び休日の場合は変更あり)
- ※管理運営上、臨時休館することがあります

## 初回講習のご案内

初回講習 週間スケジュール 各回定員3名

	月	火	水	木	金	土	日
9:00～		○		○		○	○
13:00～	○		○		○		
19:00～		○		○		○	

※講習時間約60分

### ・受講料

一般：530円 高校生以下：260円

### ・事前予約制です。

申込先 小山市立体育館 0285-28-1250

## 当日の流れ

- ①体育館の窓口で受付を済ませてください。
  - ②運動のできる服装にお着替ください。
  - ③講習開始5分前までにトレーニング室へお越しください。
- ※運動のできる服装と室内用運動靴をご用意ください  
(ジーンズ、サンダル履きなどは不可)
- ※講習終了後からトレーニング室をご利用いただけます

## 利用料金

	一般	高校生以下
1回券	530円	260円

1ヶ月定期利用券	一般	高校生以下	利用可能時間帯
デイトタイムパス	5,100円	2,550円	午前、午後の部
ナイトタイムパス	6,100円	3,050円	午後、夜間の部
フリータイムパス	8,000円	4,000円	全時間帯

	一般	高校生以下	利用可能時間帯
回数券11枚綴	5,300円	2,600円	全時間帯

※退館、館内で30分以上退出の場合は再度、回数券の提出が必要となります

市内在住の障がい者(介護者の方を含む)の方は無料です。初回講習会受講時に手帳をご提示ください。

※介護者のトレーニング利用、障がい者の方から離れるなどの行為はご遠慮ください

## 注意事項

- ・1回券のチケットは発券当日のみ有効です。
- ・定期券はお申込み、お支払いされた日から有効になります。
- ・定期券は休会制度はなく、定期券の延長はできかねます。
- ・定期券の返金・途中での払い戻し、1回券、回数券の返金・払い戻しはできかねます。

※裏面の利用上の注意もご覧ください。

※2026/4/1更新

## 小山市立体育館

〒323-0818 小山市塚崎1408番地1

TEL：0285-28-1250 FAX：0285-28-1253

指定管理者「思川PFIパートナーズ株式会社」

(北関東総合警備保障(株)、ミズノ(株)、三井物産フォーサイト(株)が運営・維持管理しています)

## 利用上の注意

- ①健康診断などで「健康」であることを確認してからのご利用になります。
  - ・運動前、運動後にかかわらず血圧の測定をお願いいたします。血圧が高い方(180/110mmHg以上)や運動に適していない状態と判断した場合、利用をお断りさせていただくことがあります。
- ②トレーニング室ご利用には初回講習の受講が必要です。
- ③中学生以上の方が利用できます。
  - ・ただし、中学生は保護者又は18歳以上(高校生不可)の方の同伴が必要です。(保護者又は18歳以上の方1名につき3名まで利用可。)
- ④「運動できる服装」と「室内専用のトレーニングシューズ」をご用意ください。以下の服装・履物等は禁止とします。
  - ・施設又は器具を傷つける可能性のあるジーンズ等のリベット(びょう)など突起物のついた服装や履物。
  - ・伸縮性に欠ける、滑りやすい、器具等に巻き込まれる可能性がある衣服、履物、服飾品または装飾品。
  - ・上半身裸、裸足など運動にふさわしくない格好、またはそれに準じる格好。
  - ・ヒールが高い、または滑りやすいなど、トレーニングにふさわしくない履物 サンダル、草履、長靴等。
  - ・その他、指定管理者がふさわしくないと判断した服装、履物、服飾品または装飾品
- ⑤着替えの必要な方は、更衣室をご利用ください。
  - ・更衣室のロッカーキーは各自で保管をしてください。
  - ・ロッカーキーを紛失した場合は、実費請求させていただきます。
  - ・更衣室内での携帯電話、スマートフォンの使用は一切ご遠慮ください。
- ⑥貴重品等の管理は自己責任になりますので、十分にご注意ください。
  - ・紛失や盗難があっても当館では責任は負いかねます。
- ⑦トレーニング室内での水分補給以外の飲食はご遠慮ください。
  - ・水分補給は、フタ付きのもの(ペットボトル、水筒など)をお持ちください。
- ⑧マシンや器具などは、譲り合ってください。
  - ・トレーニングマシンを長時間占有するような利用はご遠慮ください。
  - ・マシンのご利用後は清掃のご協力をお願いいたします。
- ⑨トレーニング室内での携帯電話、スマートフォン等の通話・撮影はご遠慮ください。
- ⑩刺青やタトゥー(ワンポイント含む)が身体にある方は、見えないようにご利用ください。
- ⑪運動前にはかならず準備運動、ストレッチを行ってから運動を開始してください。
- ⑫トレーニング室ご利用の際のけがや事故等は、自己責任となりますのでご注意ください。
  - ・けがや事故等について、管理者はその原因に責がある場合を除き、一切損害賠償の責を負いかねます。
- ⑬障がい者の介護者のトレーニング利用はご遠慮ください。また障がい者から離れるなどの行為もご遠慮ください。
- ⑭営利目的と思われる指導行為はご遠慮ください。お見かけした際、お声かけする場合があります。
- ⑮忘れ物の保管期間は3か月となります。3か月を過ぎると処分いたします。
- ⑯臨時休館について
  - ・大雨警報又は暴風警報等が小山市に発令された時は臨時休館となる場合があります。
  - ・選挙や災害等による緊急の対応により使用できない場合があります。
  - ・施設点検日や臨時休館日、開館時間に変更のある場合はその都度お知らせいたします。
- ⑰施設内における入館制限事項
  - ・医師から運動を禁止されている方。体調不良の方。酒気を帯びた方。
  - ・施設内において多数の人に対して著しく粗野もしくは乱暴な言動で迷惑をかける方。
  - ・利用規則及びマナーを守れない方。その他、スタッフの指示に従わない方。

※ご利用についての不明な点やお困りごとがありましたら事前にご相談ください。

小山市立体育館 0285-28-1250