

## 東村山市市民ステーションサンパルネ 健康増進施設利用案内

## 《開館時間》

平日	6:00~23:00
土・日・祝日	8:00~23:00
	(最終入館22:00 最終利用22:30)

## ★マシンジム利用料金★

1回	310円		
一般定期券	1ヶ月(30日間)	3ヶ月(90日間)	6ヶ月(180日間)
	3,140円	8,380円	15,710円
シルバー定期券 (65歳以上)	1,570円	4,190円	7,850円

※障がい者割引制度・・・認定手帳持参の場合、シルバー割引料金にて定期券を発行致します。

## ★スタジオ利用料金★

1回	410円		
一般定期券	1ヶ月(30日間)	3ヶ月(90日間)	6ヶ月(180日間)
	4,190円	11,000円	20,950円
シルバー定期券 (65歳以上)	2,090円	5,500円	10,470円

※障がい者割引制度・・・認定手帳持参の場合、シルバー割引料金にて定期券を発行致します。

## ★ジム・スタジオ共通利用料金★

1回	620円		
一般定期券	1ヶ月(30日間)	3ヶ月(90日間)	6ヶ月(180日間)
	6,280円	16,340円	31,420円
シルバー定期券 (65歳以上)	3,140円	8,170円	15,710円

※障がい者割引制度・・・認定手帳持参の場合、シルバー割引料金にて定期券を発行致します。

## ★レンタル用品★

ウェア(上・下)	シューズ・タオル	全セット
各 220円	各 110円	550円

## ★キッズコーナー★

平日 《託児室》	①9:00~12:00	②13:00~16:00
	1,650円	1,650円
	※保護者様のサンパルネ施設利用時は 550円	
土・日・祝日	8:00~22:30 ※保護者様同伴に限り、無料開放	

## 【健康増進施設 ご利用案内】



- ① 更衣室内のロッカーをご利用ください。貴重品は受付前のフリーBOXをご利用ください。
- ② 外履きは下足入れに入れてください。下足入れは鍵付きと鍵無しがございます。
- ③ 利用前後には健康増進施設カウンターで「利用表」にご記入をお願いいたします。  
※ 安全管理上の施設利用者数の把握、ならびに利用形態確認（東村山市所管課提出）が目的となります。
- ④ マシンジムは中学生以上、スタジオは16歳以上に限ります。  
※ 保護者様と一緒に入室、ご利用はできません（キッズ・ジュニア教室を除く）
- ⑤ 運動が出来る服装、室内シューズを持参してください（レンタル有・有料）  
※ ジーパン、スカート、サンダル、金属やヒールのある靴、素足での利用はご遠慮ください。
- ⑥ 健康増進施設での通話、写真、ビデオ撮影は禁止とさせていただきます。  
※ 携帯電話は電源を切るか、マナーモードに設定をお願いします。
- ⑦ 飲料は蓋付の容器のみとさせていただきます（例：ペットボトル、水筒）  
健康増進施設では食事はできません。食事は交流スペースをご利用ください。
- ⑧ タトゥーや刺青（プリントを含む）・妊娠されている方の一般利用はご遠慮ください。
- ⑨ 体調不良の方、酒気を帯びた方、医師から運動を止められている方はご利用できません。
- ⑩ トレーニング系に関する器具の持ち込みはご遠慮ください。
- ⑪ シャワーをお使いの際に石鹸、シャンプー等はご利用できません。
- ⑫ スタッフの指示に従って頂けない場合は、退館して頂く場合がございます。



【マシンジム】	【スタジオ】
① 有酸素マシンのご利用は、原則1回30分の利用です。	① レッスンのご予約は、当日のレッスン開始90分前からとなります。
② 利用者間でのパーソナルトレーニング（1対1で行う運動指導）はご遠慮ください。	② ★印のレッスンは、当日お電話でご予約可能です。★印のないレッスンは、当日直接受付にてご予約いただけます。
③ 必ず、室内シューズを履いてご利用ください。	③ 全てのレッスンのご予約は、原則ご本人様のみとなります。
④ ストレッチマット、マシンをご利用後は、青色クロスで消毒をお願いします。	④ ご予約後は、レッスン開始10分前までに受付をしてください。10分前を過ぎますと、キャンセル扱いとなります。
⑤ ストレッチマットの裸足利用はご遠慮ください。	⑤ キャンセル待ちは、レッスン開始10分前までに受付横へお並びください。
⑥ マシン上での休憩はご遠慮ください。	⑥ スタジオ入場前にお並びの際は床の線に沿ってお並びください。
⑦ マシンは譲り合ってご利用ください。	⑦ マットをご利用後は、ピンク色クロスで消毒をお願いします。
※ 不明な点等ございましたらお気軽にスタッフにお声掛けください。	⑧ 汗や飲み物で床が濡れた時は、スタッフへお知らせください。
	⑨ 携帯電話の持ち込みはご遠慮ください。
	⑩ 写真、動画の撮影はご遠慮ください。
	⑪ 個人利用ご希望の方は、スタジオチケット（410円）をご購入ください。 定期券、レッスン参加のチケットはご利用いただけません。

東村山市市民ステーション「サンパルネ」  
 指定管理者 東京ドームグループ  
 東村山市野口町1-46 ワンズプラザ3階  
 042-395-5115