

運動をする際の服装のご案内

トレーニングルーム・スタジオを安全にご利用
いただくために運動に適した服装の着用をお願いいたします。

×運動に適さない服装



○ボタンのあるもの
(マシンなどに引っ掛かり
怪我の恐れがあります。)

○伸縮性の無い生地
(可動の妨げになり、
怪我の恐れがあります。)



○ベルト
(お腹を締め付けて運動を
妨げ、体調不良を起こす
危険性があります。)
(金具部分での怪我の
恐れがあります。)



○ウエストがゴムで無い物
(お腹を締め付けて運動を
妨げ、体調不良を起こす
危険性があります。)

○ボタンのあるもの

○伸縮性の無い生地
(可動の妨げになり、
怪我の恐れがあります。)



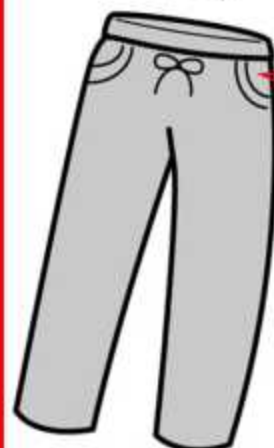
○サンダル・裸足
(脱げやすく、マシンに
挟まるなど怪我の恐れが
あります。)

※その他装飾のついた衣服も
怪我の恐れがあります。

○運動に適した服装



○装飾の無い物
○伸縮性のある生地



○ウエストがゴムの物
○伸縮性のある生地



○かかとがある
スニーカー

外で一度も履いていない靴

屋内専用のシューズをご用意下さい。
(外で使用しているものは、靴底に小石などが
挟まっていることによるマシンの破損や
怪我の恐れがあります。)

※スパイクのようなソールに固い突起のある
シューズはご利用いただけません。

☆気持ち良く、安全に運動を
行うためには、服装の選択も
重要なポイントです!! ☆



植村記念

加賀スポーツセンター