

安全にご利用いただくために

体調のチェックについて  ●運動前には体調のセルフチェックを行い、体調がすぐれない時は施設のご利用をお控えください ●ご利用中にお体に異変を感じた場合はすぐに利用を中止して、スタッフまでお知らせください ●飲酒及び酒気帯びでの施設のご利用は大変危険ですのでお断りいたします	水分補給について  ●運動中には積極的に水分補給を行ってください ●施設内のお持ち込みには、ペットボトルやふた付きのボトルをご利用ください ●のどが乾いたと感じる前に、少しずつこまめな水分補給が大切です
運動の前後について  ●けがの防止のため、ウォーミングアップとクールダウンは十分に行ってください ●運動後は、十分な休息と水分補給を行ってください ●ジャグジーに入る場合は、立ちくらみ、のぼせに注意し、長湯はお控えください	非常時について  ●火災・地震・停電などの非常時にはスタッフの指示に従い、落ち着いて行動してください ●万が一の場合に備えて、館内の非常口をご確認ください

ご利用時のお願い

ご利用いただく全ての皆様が安全で快適にお過ごしいただけるよう、ご理解・ご協力をお願いいたします。

 お荷物について ●お荷物はロッカー内にお入れください ●キャスター付のお荷物は、キャスターをロッカー入口のタオルで拭き取りをお願いいたします ●大きさに限りがありますので、ロッカーに入りきらないお荷物はお持ちいただかないようお願いいたします	 貴重品について ●施設内には貴重品をお持ちにならないようお願いいたします ●お客さまの貴重品・お荷物のお預かりはお断りさせていただきます	 レンタル用品について ●タオルはロッカー内の回収 BOX へお入れください ●シューズ・バッグ・ウェア・水着・スイムキャップはフロントの返却 BOX へお入れください ●レンタルシューズのかかととは踏まないようお願いいたします
 チェックイン後の外出について ●外出の際は、必ずフロントにてお手続きされてから外出されますようお願いいたします ●一時外出は、1 時間程度までとなります	 携帯電話・スマートフォン・タブレット端末について ●マナーモード等、音の出ない設定でご利用いただき通話はフロント又は通路をご利用ください ●シャワールーム・サウナ・プール・ジャグジーのご利用中、またプログラム参加中のご利用はお控えください ●ロッカー室内でのスマートフォンの操作、通話・撮影行為は盗撮や他のお客さまへ迷惑となる為禁止となっております ●電子端末の操作はカメラの向き等、周りの方へ充分にご配慮ください	 館内での撮影・SNS 投稿について ●ロッカー、サウナ、プールエリアでの撮影はできません ※クラブが認めていない場所での撮影はできません ●被写体の承諾を得ていない撮影はご遠慮ください ●スタッフは撮影のお手伝いを行いません ●フラッシュ撮影はご遠慮ください ●SNS はお客様の責任のもと投稿してください ●他のお客さまに迷惑をかけることや、クラブの運営を妨げる行為はご遠慮ください
 食事について ●軽食などのお食事は、フロント前のテーブルをご利用ください ●ロッカルーム内ではご遠慮ください	 禁煙について ●館内は全館禁煙となっております (電子たばこ・無煙たばこを含みます)	諸規則の順守について ●安全で快適にご利用いただくために、会則・館内ルールを遵守ください ●会則・館内ルールで定めた禁止事項に違反または、紛らわしい行為を見つけた場合、スタッフよりお声掛けいたします ●お困りのことがあれば、スタッフへお申し出ください

各エリアのルール

プログラムについて ●安全にレッスンを行うため、レッスン開始時刻以降の入場はできません ●ご参加の際は、お時間になりましたらスタジオへお集まりください。開始前は、スタジオ横に整列してお待ちください ●備品を使用するプログラムは備品数が定員です ●整列時・スタジオ内の場所取りはお断りしております	マシンジムについて ●ご利用の際は、必ず室内用シューズをお履きください ●マシンは他のお客さまと譲り合ってご利用ください。 ※混雑時に同じマシンを 5 分以上使用する場合にはご配慮をお願いいたします ●セット間のインターバル(休憩)を 2 分以上取る場合は、マシンからいったん離れるようにお願いします。 ●マシンのご利用後は、備え付けのタオルで汗などをお拭き取り下さい ●安全に設備をご利用いただくため、スタッフからお声をかけさせていただく場合があります ●マナーを守られていない他のお客様がいらっしゃる場合は、スタッフにお声がけください	プールについて ●アクセサリ類はすべて外し、シャワーで汗や整髪料・お化粧を洗い流してからご利用ください (ウォーキングのみで、プールに顔を付けなければ、洗い流す必要はございません) ●ご遊泳の際は必ずスイムキャップをご着用ください ●ガラスレンズ以外のメガネの使用は可能です。ただし落下をしないタイプに限る ※ガラスレンズのメガネは禁止です ●ウェアラブル端末は専用のシリコンバンドをご準備ください ●水質管理のため、お飲み物はキャップ付きのドリンクのみとなります(瓶は不可) ●プールには必ずタオルをご持参いただき、身体を十分に拭いてからロッカーにお戻りください
ロッカルームについて ●ロッカルーム内ではシューズ類は脱いでご利用ください ●盗難防止のため、ロッカー施錠は確実に、ロッカーキーは身体から離さずお持ちください ●お困りのことがありましたら、インターフォンをご利用ください	シャワールームについて ●シャワールーム内での洗濯行為は禁止です ●他のお客様のご迷惑となりますので、塩・オイル・ヘアカラーなどのご使用はお控えください ●美顔器・健康機器類・ガラス容器のお持ち込みは固くお断りいたします ●ロッカーへは身体を十分に拭いてからお戻りください	サウナについて ●お持ち込みいただけるものはタオルのみとなります ●サウナでの、あかすり・物干し行為はお控えください ●ロッカーへは身体を十分に拭いてからお戻りください

スタジオ・グルトレ WEB 予約について

- ご予約枠数は「W アクティブスーパーマスター会員」⇒14 枠、アクティブスーパーマスター会員⇒7 枠、「スーパーマスター会員」⇒5 枠、「その他の会員種別」⇒4 枠でございます。

- ご参加の際は、ご予約の番号をご確認の上スタジオへお越しください。予約レッスン参加後より次のご予約をお取りいただけます。
- レッスン開始 10 分前より【直前予約】で予約が可能となり、予約枠数とは別で予約することが出来ます。また、レッスン開始 10 分前までにチェックインされていない場合には、自動的にキャンセルとなりますので、ご注意ください。
- レッスン終了 10 分後から 4 週間後の同時刻レッスンまで予約可能となります。登録手順はコチラ📄

① ジェクサーWEB サービスページより

ログイン ID・パスワードをご入力ください



② 「スタジオ/ゴルフ予約」を選択します



③ 「レッスン予約」を選択します

※会員種別・予約店舗・予約可能数はご自身の情報



④ 希望の日時から「レッスン名」・「時間」から

【プログラム】を選択します



⑤ レッスン受講する「位置」を選択する

下部に場所の選定画面が表示されます



⑥最終確認画面で【予約する】を選択し完了

※予約の確認は③のところで確認が可能です



★予約完了メールがご登録のメールアドレスへ送付されます。ご確認ください★

(20240205ver.)