

トレーニングルーム 利用上のルール

■利用時間帯… 平日・休日：9時～21時

※以下の時間帯は使用不可です。

- ① 12月29日から翌年の1月3日まで
- ② 入学試験等大学行事が実施されている日
- ③ 清掃又は整備その他必要と認められた日
- ④ 正課体育実技の授業に支障のある時間帯
- ⑤ 和歌山市に暴風警報等が発表され、課外活動施設の使用が禁止されている間

■利用するには…下記①～③の手続きを執ってください。

- ① トレーニングルーム利用者講習会(※毎年開催。詳細は連絡します。)を受講する。
- ② 後日、学生支援課から修了証及びトレーニングルーム使用届の交付を受ける。
- ③ 学生支援課へ「トレーニングルーム使用届」を提出する。

■利用上の注意点… 以下を厳守してください。

万が一、守れない場合や迷惑行為があった場合、利用を禁ずることがあります。

- ① 安全のため、一人での利用禁止。
- ② 土足厳禁。室内用シューズに屋外で履き替え、マットで拭いて入室のこと。
絶対に砂を上げない。
- ③ 飲食禁止。水分補給の為にミネラルウォーター、スポーツドリンクのみ可。
ただし、蓋付き容器に限る。
- ④ ゴミは必ず各自で持ち帰り、責任をもって処分してください。
- ⑤ マシン・器具の持ち出し禁止。
- ⑥ 使用後は、器具についた汗を各自のタオルで拭き、全ての器具を元の
位置・状態に戻すこと。プレート・ダンベルは順番どおりに並べること。
- ⑦ 器具の不調・故障・破損等は、直ちに学生支援課へ報告のこと。
- ⑧ 途中で体調が悪くなった時は、直ちにトレーニングを中止すること。
- ⑨ ケガをした場合は、軽微なものでも学生支援課へ必ず報告すること。
- ⑩ 最後に退出する者は、エアコン・扇風機・照明を切り、窓・出入口の施錠
を確実にし、鍵を直ちに返却すること。鍵の又貸しは厳禁！！
- ⑪ 体育会で決められた掃除当番を必ず守ること。

(掃除当番でなくても汚くなっていたら自発的に掃除をすること)