

施設利用にあたってのお願い

施設利用の際は、ガウランドの健康登録カード（お持ちでない方は氏名・住所・生年月日の記載のある身分証）をお持ちいただき、受付にご提示ください

【温水プール】

- 温水プールご利用の際は必ず水着・スイムキャップを着用してください
- オムツのはずれていないお子様については、ベビー水泳用アンダーパンツもしくは水泳用オムツを水着の下に着用してください
- 遊泳中はピアスやイヤリング、ネックレス等の装飾品は身につけないでください
また、眼鏡、時計は必ずはずしてください
- 温水プールにご入場の前に必ずシャワーを浴びて整髪料や化粧等を落としてください
- 飲料はふたのついた容器に入れてお持ちください。ただし、水・お茶に限ります
- プールサイドに設置のコース案内に従ってご利用ください
- プールから更衣室へ戻る際は、必ずタオルで体をよく拭いてからお戻りください

【トレーニングルーム・多目的スタジオ】

- トレーニングルーム・多目的スタジオをご利用の際は、必ずトレーニングウェア・室内履きの運動シューズを着用してください（ジーンズ、スカート、その他運動に適さない服装でのご利用はできません）
- トレーニング器具の持ち込みはできません
- 飲料はふたのついた容器に入れてお持ちください。それ以外の飲食はできません
- 携帯電話はマナーモードに設定のうえ、室内での通話をご遠慮ください
- 多目的スタジオの団体利用はできません

【浴室・更衣室】

- 小学生以上のお子様については、異性の更衣室・浴室を利用できません
- タオルはご自身でご用意ください（貸出なし、販売あり）
※浴室にはリンスインシャンプー、ボディソープを備え付けてあります
- 飲料はふたのついた容器に入れてお持ちください。ただし、水・お茶に限ります
- 浴室内へのビン類の容器の持ち込みはできません
- ドライヤーは更衣室設置のものをお使いください（持ち込みはできません）