

「グランブルー」 フィットネスジム利用規則

1. フィットネスジムの利用は宿泊ゲスト及び有料ビジターに限ります。
2. フィットネスジムの利用は、18 歳以上の方に限ります。
3. フィットネスジムの利用時は、常にスポーツウエアとシューズを着用してください。
4. 健康状態に懸念がある方は、運動の前に専門の医師に確認し指示に従ってください。
立ちくらみ、めまい、強い疲れや不快感が生じた際は、運動を中止してください。
5. 飲酒をされている方や薬を服用されている方は、運動をご遠慮ください。
6. 過剰な運動をしないでください。ストレスや不快感の初期症状を感じた場合、運動を中止してください。
7. フィットネスジム内及び周辺の飲食物持ち込みや喫煙は禁止されています。
(ミネラルウォーター、スポーツ系飲料を除く)脱水症状を防ぐため、十分な水分を補給してください。
8. 不適切なマシン使用は怪我につながります。それぞれのマシンのマニュアルに従ってください。
不明な点はスタッフにお問い合わせください。
9. フィットネスジムの利用は、ご自身の責任のもと行ってください。
10. マシンを清潔に保つため、使用後マシンをお拭きください。
11. プールの営業時間外は、フィットネスジムにスタッフは常駐しておりません。
12. 本規約は不定期に変更する場合がございます。

グランドニッコー東京ベイ 舞浜は、フィットネスジムで提供する設備および施設の利用に関する損害と怪我に対し、一切の責任を負いません。

「Grand Bleu」 Fitness Rules & Regulations

1. The fitness gym is for use by registered hotel guests only & visitors
2. Children less than 18 years of age are not permitted to use the fitness gym, equipment within is for adults only.
3. Appropriate sports attire and athletic shoes is to be worn at all times.
4. If you have any health conditions, consult your physician before exercising and follow the advice given.
Stop exercising if you feel faint, dizzy, exhausted or have any feeling of discomfort.
5. Do not exercise while under the influence of alcohol or when using medication.
6. Do not over-exercise. Stop exercising at the first sign of stress or discomfort.
7. External food or drink and smoking are prohibited in or around the fitness gym. (Excluding mineral water and sports drinks) Drink plenty of water to remain hydrated.
8. Improper use of this equipment can result in injury. Use each piece of equipment only as directed in the posted instructions. Please seek assistance if you have any doubts on machine functions.
9. All persons using the fitness do so at their own risk.
10. In the interest of hygiene, please wipe down equipment after use
11. The fitness gym is not staffed outside pool opening hours.
12. These terms and conditions may be changed from time to time.

Grand Nikko Tokyo Bay Maihama not responsible for any loss or injury arising out of or in connection with, the use of any equipment or facilities provided.