

感染症対策と収束までのトレーニングについて

いつも当施設をご利用下さいまして誠にありがとうございます。
さて、この度、5月6日まで臨時休業させて頂いておりましたが、感染症収束においては長期戦の様相が強まっており、仮に外出自粛、運動自粛が長期に渡るとウイルス感染以外の精神的、肉体的な弊害も予想されます。そこで、当施設としましては、それらの弊害を鑑み、運動による体力維持、免疫力向上の重要性、また、小規模かつマンツーマンサービスという点も照らし合わせまして、休業前より更に厳格な感染対策のもと、営業を行って参りますのでご報告させていただきます。

また、この度の臨時休業のお詫びと日頃の感謝の気持ちを込めまして「サンクスクーポン」と題した3,000円分の施設利用券をご用意させて頂きましたのでご利用下さい。

更に、ウイルス感染症が収束するまでの暫くの間は以下のI~IIのサービスを行いますのでよろしくお願い致します。

I. 無料加圧サービス

平日の13時~17時までの間は「ゴルフ」「加圧」「バイオ」の全ての会員に屋外テラス席での約10分間の「無料まっただけ加圧サービス」を行います。巣ごもりによる運動不足を少しでも解消するため、お散歩やお買い物の前後に約10分間のお立ち寄り。加圧ベルトはまいて軽い準備運動するだけでも血行促進・ダイエット・疲労回復・免疫力UPの効果が期待できます。（自由が丘店にて6月末までの予約空き時間に実施）



II. RTPプロテインドリンクサービス（5月末まで）

トレーニングセッション後、全てのお客様にプロテインをサービス致します。（自由が丘店・阿佐ヶ谷店・田町店）

〈感染症収束までの感染症対策とトレーニングセッションについて〉

~トレーニングは通常の効果の8割を目標にし、その引き換えに、これまでの感染症対策（①~⑤）に加え、更に⑥~⑨の項目を強化致します。

- 1 3つの密（密閉、密集、密接）の回避の徹底
- 2 スタッフのマスク（又はフェイスガード）の着用
- 3 全てのお客様のトレーニング前後の手消毒

- 4 間引き予約とトレーニング機器の消毒
- 5 バイオサーキットジムのご利用は同時2名様まで
- 6 お客様に接触するトレーニング、ストレッチセッションは中止いたします
- 7 加圧ベルト装着時以外はお客様との距離を1m以上に保ちます
- 8 トレーニング機器消毒作業の為にアルコールスプレーを携帯致します
- 9 トレーニング中のペットボトルでの給水はキャップを接触してしまう為接触しないで給水できるようストローをご用意致します

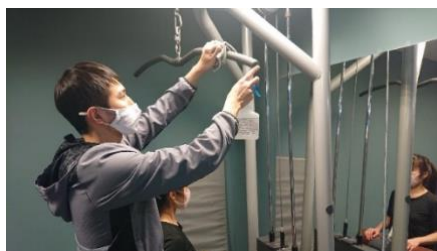
〈加圧トレーニング・バイオサーキットトレーニングの有効性について〉

- 1 短時間、低負荷で効率的に全身運動を行い、体力維持向上、免疫力向上が期待できます。また、パーソナルかつ短時間のトレーニングですので、通常のスポーツジムと比べ、感染症のリスクも格段に軽減できます。
- 2 散歩や自宅での簡単な運動ではもたらせない、血管の柔軟性、免疫力の向上、循環器系リスクの軽減、また生活習慣病の改善が期待できます。
更に加圧トレーニングは別名血管のトレーニングと呼ばれる程、虚血耐性により血流改善が見込め、効率的に健康状態を保つことが期待できます。

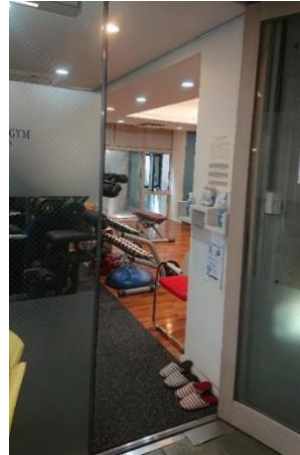
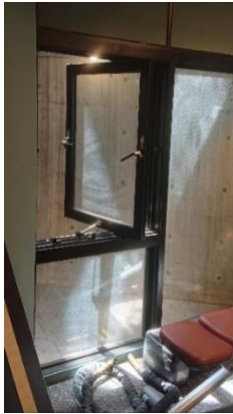
一日も早い感染拡大収束を願うとともに、今後も、お越しの際にはより一層充実したサービスをご提供できますようスタッフ共々頑張っておりますので、どうぞよろしくお願い致します。

〈店内の感染症対策について〉

○消毒除菌対応



〈自由が丘店〉
パーソナルエリア、バイオサーキットエリアともドライエリアの窓を全て解放し
換気しております。



〈阿佐ヶ谷店〉

ロスナイ換気システムを設置、フル稼働しており、ドライエリアも開扉しています。



〈田町店〉

施設全体に窓があり十分な換気ができています

