仙台市中田温水プール
トレーニング室ご利用方法・初回講習会のご案内

■トレーニング室　ご利用時間

曜日	開始	最終退館
月曜日～金曜日	10:00	21:00
土曜日・日曜日	10:00	20:00

■トレーニング室　ご利用料金

対象	料金
一般(高校生以上)	240円
中学生	120円

※時間制限はありません。
※小学生以下はご利用できません。

■レンタルシューズ　ご利用料金

対象	サイズ	料金
男性	25.0㎝～29.0㎝	400円
女性	22.5㎝～25.5㎝	

■トレーニング室　ご利用時の注意事項

・運動に適した服装、室内用シューズを必ず着用してください。※サンダル・スリッパなどではご利用出来ません。
・トレーニング前はストレッチなど十分に準備体操を行い、トレーニング中は小まめな水分補給をしてください。
・トレーニング中、体調が悪くなった場合には無理をせず中断し、スタッフへお申し出ください。
・トレーニング室のマシンについては利用される皆様で譲り合ってお使いください。
・マシンの使用方法については、スタッフまでお尋ねください。
・マシン使用後は必ず各自で消毒をお願いいたします。
・写真撮影や動画撮影、通話はご遠慮ください。
・携帯電話などでの動画・音楽視聴時は、イヤホン・ヘッドホンなどをご使用ください。
・盗難等については一切の責任を負いませんので、貴重品は各自で管理をお願いいたします。
・その他、迷惑行為を行った場合には、利用を中止していただくことも含め、仙台市にご報告させていただきます。

◆トレーニング室を初めてご利用される方は、初回講習会の受講が必要となります◆
初回講習会を受講いただきますと、他の仙台市のスポーツ施設のトレーニング室もご利用いただけます。

■初回講習会について

【実施時間】	（月～金）１３：００／１５：００／１７：００／１９：００
	（土・日）１３：００／１５：００／１７：００
	※申請書をご記載いただきますので開始時間１０分前までにお越し下さい。
	遅れた場合、受講出来ません。改めてご予約をお願いいたします。
【　対象　】	中学生以上
【　費用　】	●一般（※高校生以上）：２４０円　●中学生：１２０円
【所要時間】	４５分程度
【　定員　】	各時間６名
【申込方法】	お電話、受付にて**前日**までにご予約ください。

■お持ち物

【お持ち物】	運動に適した服装、室内用シューズ、蓋つき飲料（ペットボトルなど）、タオル
	身分証明書(運転免許証、マイナンバーカード、生徒手帳など)
	※お忘れになられた場合、ご利用者証の発行が出来ませんのでご注意下さい。

1F受付窓口左手の自動券売機にてチケットをご購入の上、受付窓口でお手続きをしてください。
その後、１F更衣室でお着替えをしていただき、２F トレーニング室にお越しください。

■定期休館日（保守点検日）毎月1回

2025年度	4月23日	5月28日	6月25日	7月16日	8月27日	9月24日	10月22日	11月26日	
	12月24日	1月28日	2月25日	3月18日					

皆様のご理解とご協力のほど、宜しくお願いいたします。

指定管理者：イトマン・アシックス・イオングループ