

《マスク着用の義務化について》

平素より当施設をご利用いただき誠に有り難う御座います。

新型コロナウイルス感染者が北見市、オホーツク管内で再び増加して参りました。

今までは運動中はマスクを外して頂けましたが

1月20日より、館内でのマスク着用を義務化とさせていただきます。

(シャワールーム、サウナ室を除きます。会話を控え、ソーシャルディスタンスを保ちましょう。)

ご協力頂けない場合、恐れ入りますがご利用をお断りさせていただきます。

会員様とスタッフの健康の為、ご理解とご協力の程をお願い致します。

ご利用いただけるもの

- ・マスクやネックゲータなど、口と鼻を完全に覆えるもの

ご利用いただけないもの

- ・マウスガードは飛沫防止の効果が低い為お使い頂けません。

運動中について

息が苦しくなる前に運動負荷を落とし、マスクから鼻を出し

鼻から酸素を吸い口から吐くようにして下さい。

それでも呼吸が整わない場合は完全に休憩を挟み、呼吸を整えてから

運動を再開して頂きます様お願い致します。

感染予防については、会員の皆様と一致団結してやっと前進できる事ばかりです。

皆様のご協力をお願い申し上げ、リフレジムナマーラの今後の方針とさせていただきます。