



**BEFIT DIET SALON**  
整体 × パーソナルトレーニング

# ガイドブック

GUIDE BOOK

# 服装アドバイス

動きやすい服装をご用意ください

Tシャツ・ポロ  
シャツ

ジャージ・スパッツ

裸足（滑り止め付ソックスでもOK）



※汗ふきタオル、飲み物をお持ち下さい

## 年間営業スケジュールについて

- 夏季特別休館日 8月中旬
- 冬季特別休館日 年末年始
- 5月GW期間

※詳細は、別紙営業カレンダーでご案内致します。

## 臨時休業について

- 悪天候（台風・大雪など）の警報が発令された場合は、臨時休業や営業時間を短縮する場合がございます。

# レッスン予約・キャンセル規定

- 窓口orお電話or予約システムを使用し、レッスンをご予約ください。
- レッスンのご予約は、前日の19時まで  
にお願いします。
- 当日予約は、受付できません。
- 30日先までご予約可能です。

こんな時は、運動をしてはいけません。

飲酒・酒気帯状態/寝不足状態/食後30分以内/献血や採血した日

普段よりも血圧が高い状態  
※37.5度以上の熱がある時

病気や怪我などで通院中（医師の許可が必要です）その他、気分がすぐれない状態

妊娠されている方はご利用できません。

トレーニング中のケガ、事故には充分気をつけましょう。

## 確認事項

会員の皆様に快適にご利用いただく為に、ご入会にあたり下記の事項についてご確認をいただいております。  
各項目の確認欄へのチェック、及びご署名をお願い致します。

確認項目	会員様	案内者
1	当クラブは、毎週月曜日、日曜日、祝日が休館日です。 ※夏季、年末年始、その他クラブの指定する特別休館日がございます。	
2	営業日数は予約システムのカレンダーに準じます。特別休館日、短縮営業等、お見逃し無きようお気をつけください。	
3	退会の手続きは、当月10日が締め切りです。	
4	休会の手続きは、前月10日が締め切りです。 ※休会費1,100円(税込)/月	
5	コース変更の手続きは、 <b>前月10日</b> が締め切りです。 ※コース変更無料	
6	各種手続きは、会員様ページの申請フォームから受付致します。電話では受け付けできません。	
7	一旦入金した会費は、返金できません。	
8	施設内又は駐車場で発生した金品の紛失・盗難・傷害その他事故については、自己責任となります。	
9	予約システムに入力された内容に変更があった場合は、速やかにスタッフへ申告お願い致します。	
10	万が一妊娠された場合、また、皮膚疾病、各種伝染病に感染した場合は、速やかにフロントにお申し出ください。	
11	館内での販売・勧誘行為などの営業行為はご遠慮下さい。	
12	下記のいずれかに該当するときは会員の資格を一時停止又は除名させていただく場合がございます。 1.本クラブの規約及びその他の規則、利用規定に反したとき。 2.本クラブの中傷・誹謗(ひぼう)し又は毀損(きそん)したとき。 3.諸費用の支払いを2ヶ月以上滞納し催告(さいこく)に応じないとき。但しその間の諸費用は支払うものとする。 4.公序良俗(こうじょうりょうぞく)に反する行為があったとき。 5.本クラブが会員としてふさわしくないと認定したとき。	
13	キャンペーンを適用させていただくためには、3ヶ月間の継続が必要です。	
14	3ヶ月以内で退会をする場合、キャンペーン割引金額と通常料金との差額を全額お支払いいただけます。	
15	会費支払いに関して 【クレジット払い】 毎月27日に翌月分の会費を請求させていただきます ※初回お支払い時にメールにてクレジット請求書をお送りします カード情報を保存していただくと次回から自動請求となります	
16	1ヶ月間1度も利用がない場合でも月会費の請求がかかります。	
17	2か月以上月会費を滞納されると、督促状(とくそくじょう)が届きますのでお気をつけ下さい。	
18	●予約システムを使用し、レッスンをご予約ください。 ●レッスンのご予約は、前日までをお願いします。(予約システムは前日19時まで受付可) ●30日先までご予約可能です。	
19	キャンセルは、予約システムからお願いします。(レッスン開始15分前まで) キャンセル手続きがない場合、出席としてカウントさせていただきます。	

## 《 その他 ご案内 》

1	携帯電話の使用は、館外、エントランスをお願い致します。また、トレーニングエリアでは携帯電話をマナーモードに切り替え、周りのお客様へご迷惑をかけないようにご協力ください。	
2	レッスン開始10分後の入場はお断り致します。	
3	忘れ物は、1ヶ月間のみ2階ビーフィットエリアで保管させていただいております。	