



春・夏休みの 中高生会員 参加の皆様



京都 Y M C A
ウエルネスセンター

ウエルネスシステム

A ウエルネス会員入会方法

WEBにて入会をお申し込みください。

クレジットカードをご登録の上、決済をさせていただきます。

B 入会資格規定

中学生・高校生の方

但し、次の方はご参加いただくことができません。

- | | |
|--------------|----------------|
| * 伝染性の疾患のある方 | * 脳貧血を起こしやすい方 |
| * 目や耳に疾患のある方 | * 脚気・高血圧・低血圧の方 |
| * 卒倒性体質の方 | * 皮膚疾患のある方 |

C 退会・除名規定

故意により著しく当団体に破損・損害を与えたり、本会の規則に従っていただけない場合、退会していただくことがあります。

D 責任事項

Y M C A施設内で発生した負傷等の事故については、Y M C Aは、一切責任を負いません。

E 会員証

お申し込み後、会員証をお渡しいたします。ご来館時に、6階受付に会員証をお出してください。＊ウエルネス会員証を紛失された場合は実費300円が必要になります。

F 費用納入

一旦お納めいただいた費用はいかなる場合もお返しできません。

G 休館日

- ・日曜、祝日
- ・クリスマス休日 12月25日
- ・年末年始（12月29日～1月4日）

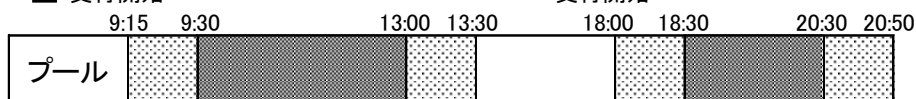
H 自転車の登録

自転車（バイク）でお越しの方は6階受付でご登録ください。駐輪シールをお渡しいたしますので登録車両にお貼りの上、柳馬場側の駐輪場をご利用ください。なお、月～金曜日 9:00～19:00、土曜日 12:00～19:00 の駐輪は自転車のみとなります。ご登録いただいてもバイクはお停めいただけませんのでご了承ください。

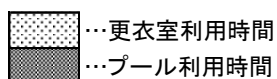
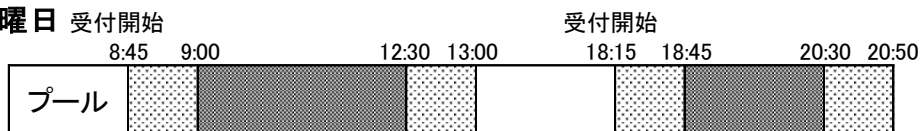
登録は年度ごととなります。

会員登録時間以外の駐輪は他の会員様のご迷惑となりますので、ご遠慮ください。

月～金 受付開始



土曜日 受付開始



※早朝の時間はご利用いただけません。

*火曜日・金曜日の夜の時間帯はプールのご利用コースが以下になりますのでご注意ください。

火曜日	18:30～19:00	1～3コース
金曜日	19:00～	全コース

*午前中の時間帯で、週1回程度コース制限がある日、また7月中旬ごろに施設をご利用いただけない日が4日ほどございます。詳しくは決定次第ご案内いたします。

ご来館からお帰りまで

A 来館時

6 階受付



- *会員証をお渡してください。
 - *ロッカーキーをお受け取りください。
 - *貸水着・貸タオルをご利用の方はお申し付けください。
 - *貴重品は必ず各自で保管してください。
- ロッカーキーの番号を確認のうえ、5階更衣室へ

5 階更衣室



水着に着替え、よくシャワーを
浴びてからプールへ。

*必ずロッカーの鍵をおかけください。ロッカーの鍵は各自でお持ちください。

B 退館時

シャワー・サウナ



6 階受付

- *ロッカーの鍵をご返却ください。
- *レンタル（水着・タオルなど）された方はご返却ください。
- *会員証をお受け取りください。

プールをご利用いただく時

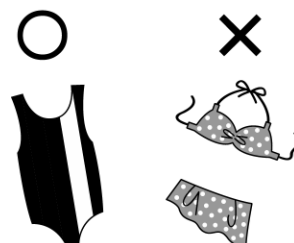
A 水着・帽子について

水着は競泳用・フィットネス用に限り、

自由とさせていただきます。

Y M C Aの水着もご利用いただけます。又、貸水着、貸タオルもございますのでご利用ください。

なお、水泳帽は必ずご着用いただきますようお願いいたします。



6階受付		
	1回	回数券(11回分)
貸水着をご利用の場合	200円	1,500円
貸しタオルをご利用の場合	200円	1,500円
水着・ゴーグル・スイムタオル等の販売も行っております。		

＊一度ご購入いただいたもののお費用は、返金できかねますのでご了承ください。

＊貸水着・貸タオルは6階受付でロッカーキーと一緒ににお渡しいたします。

ご使用後は各受付の所定の場所にお返してください。

＊費用が変更になる場合は、掲示等でお知らせいたしますのでご了承ください。

B シャワー

適度の湯が出るようになっていますがしばらく出しても熱い時や冷たい時は、お湯・水の蛇口で調整してください。壁のミキシングの調整は、しないでください。

C サウナ

ご利用に際しましては、以下の注意事項を必ずお守りください。

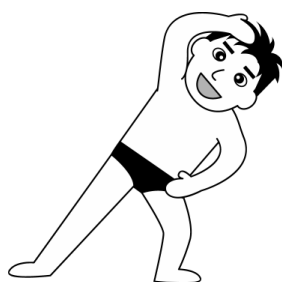
＊サウナ室への可燃物の持ち込みは厳禁です。水着・タオルなどを乾燥されますと大変危険ですのでご遠慮ください。

＊体調の悪い時のサウナのご利用は控えてください。

＊金属類（指輪・時計・ネックレス）は加熱して大変危険です。必ずはずしてください。

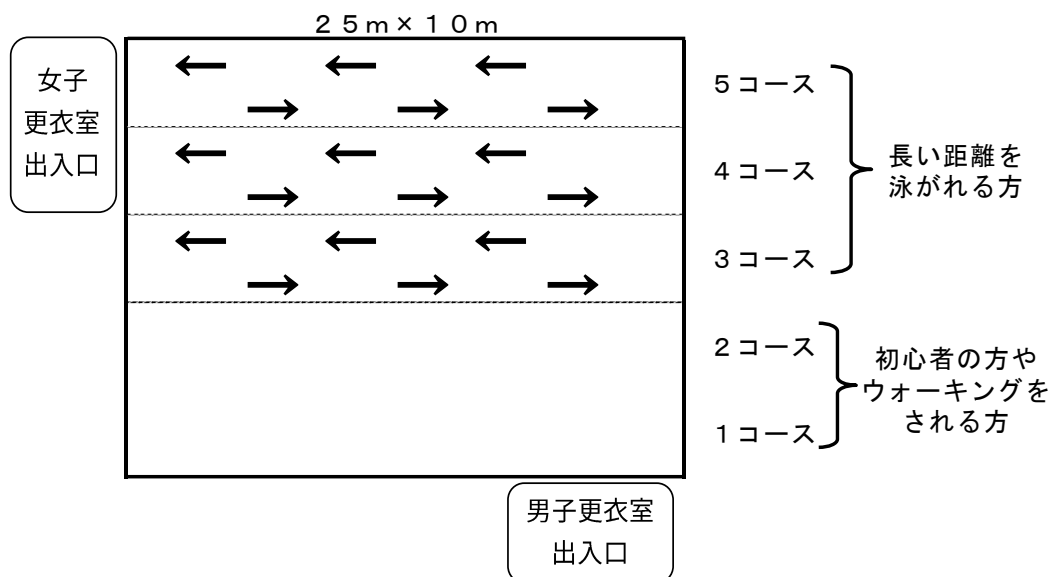
D プールでの諸注意

当プールを安全で快適に使っていただくために、下記のルール・マナーをお守りください。



- ① 疲労がたまっていたり、寝不足など体調が悪い時は泳がないようにしてください。
- ② 指輪・ネックレス・ピアス・ヘアピン等のアクセサリー類など、他の方とぶつかった時に危険なものは、必ず外してください。
- ③ ウェアラブル端末（スマートウォッチ等）は、心肺機能や消費カロリーの測定・記録機能のみ利用可能です。本体にひび割れなどの破損や著しい汚れなどがなく、全体を保護バンド等で覆って、他の方に当たっても怪我をさせない用にしてください。 ※スタッフが保護バンド等を確認いたします。
- ④ タトゥーが入っている方は、その部分をテーピングやラッシュガード等で隠してお入りください。
- ⑤ プール内での音楽プレーヤーのご利用は、音楽再生中に監視員の声が聞こえ、周りに音漏れのしない音量で、コードなどが横にはみ出さない状態にご利用ください。
- ⑥ シャワーを頭からよく浴びて、お化粧・整髪料を落としてから入水してください。
- ⑦ ウォーミングアップを十分に行い、急激に泳がないようにしてください。
- ⑧ 3・4・5コースは右側通行です。また途中で立ち止まったり、混雑時のバタフライはご遠慮ください。お互いに譲り合ってお使いください。
- ⑨ 飛び込みは禁止です。（講習会時は除く）
- ⑩ プールの壁にもたれての長い休憩はご遠慮ください。ターンする方等にご配慮ください。
- ⑪ シャワーを浴びられた後は、よく体をふいてから更衣室にお入りください。

E プールの利用法



右側通行です。

＊速いスピードで泳がれる方は、できるだけ4コースをご利用ください。

＊講習会は、原則1・2コースで行います。

F スイミングプログラム

「SMILE」に掲載しておりますウエルネスプログラムの表をご覧ください。

★ご注意

各講習会は、3月中旬～4月上旬・7月中旬～8月31日・年末年始は、お休みさせていただきます。詳しくは館内ポスター等でご確認ください。

G ファミリー水泳

ご家族も楽しんでいただける時間です。

曜日と時間 毎土曜日 夜 18:45～21:00

	中学生以下	高校生以上
会員の方のご両親・兄弟	400 円	800 円
その他	500 円	1,000 円

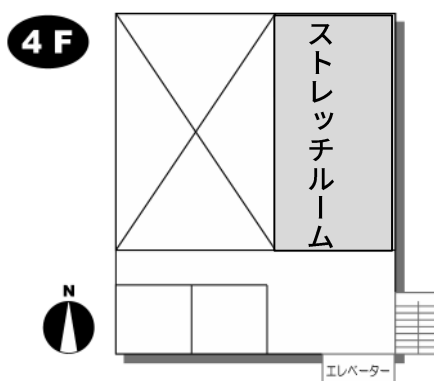
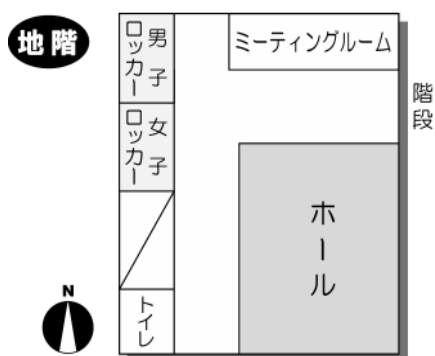
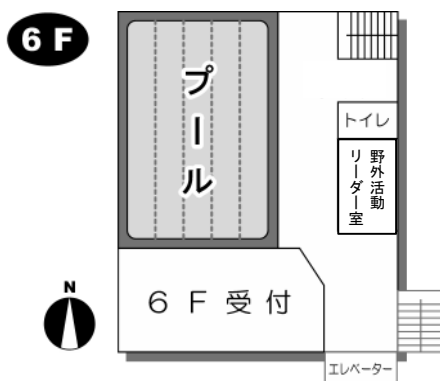
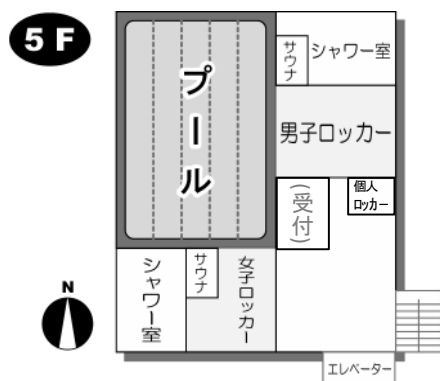
＊中高生の方が、中高生以下同士でご参加いただくことはできません。

その場合は必ず保護者の方がご同伴ください。

[ビジター]

中高生会員の方は、未成年のビジターの方をお連れいただくことはできません。

ウエルネスセンター 見取り図



交通ストライキ及び大雨・暴風警報発令時

- ① 京都市バスが運行されないときは休館させていただきます。
 - ② 大雨及び暴風警報の両警報、または特別警報が発令された時は休館させていただきます。
- ☆①②の場合とも早朝・午前・夜、それぞれの時間帯の開始時間の2時間前までに解除されない場合は、それぞれの時間帯はお休みとさせていただきます。
- ☆解除された後、2時間以降に開始されるクラスは行います。

☆②の場合、それぞれの時間中に警報が発令された場合、その時点で決定させていただくこともございます。

京都Y M C A個人情報保護方針について

京都Y M C Aでは、個人情報が個人の人格尊重のもとに慎重に取り扱われるべきものであるとの自覚に基づき、個人情報の適切な保護に務めます。個人情報の取り扱いにつきましては、以下のルールに従います。

また、この方針は、公益財団法人京都Y M C A、学校法人京都Y M C A学園の京都Y M C A組織全体の方針と致します。

- 1 京都Y M C Aは、個人情報保護に関する「個人情報保護規程」を定め、関係する法令等を遵守します。
- 2 京都Y M C Aは、取得した個人情報について適切な安全措置を講じることにより、個人情報の漏洩、紛失、毀損または個人情報への不正なアクセスを防止することに努めます。
- 3 京都Y M C Aは、無断で個人情報を集めることはいたしません。皆様に対して、利用目的をあらかじめ明らかにした上で個人情報の提供をお願いしております。
- 4 個人情報利用の目的
 - ・ 事業実施上の資料、連絡、募集の告知、機関誌の送付
 - ・ 京都Y M C A主催事業、京都Y M C A関係団体主催事業の告知
- 5 皆様の個人情報を、取り扱いに関する安全管理措置契約をあらかじめ締結した委託先以外の第3者に、ご本人の承諾なしに提供することはいたしません。
- 6 個人情報の開示、訂正、利用停止などをご希望の場合は、誠意をもって応じます。
- 7 京都Y M C A個人情報保護方針及び個人情報保護規程等は、関係法令の改廃や情勢の変化により、適宜変更します。

個人情報に関するお問い合わせ

個人情報の取扱いに関するご要望お問い合わせは、下記までお願い致します。

京都Y M C A 本部事務局

604-8034 京都市中京区三条通柳馬場東入中之町

TEL(075)231-4388 FAX(045)251-0970

