

SPORTS PALACE XYSTUS

スポーツ

パレス

ジスタス

美里

INFORMATION

会員システムと施設のご利用案内



充実した設備とゆとりのスペースを実現したスポーツクラブ

SPORTS PALACE XYSTUS

〈ジスタス那覇〉

沖縄県那覇市西2-5-5
TEL 098-868-0758
FAX 098-861-3168

韓流温熱 チムジルバン那覇

沖縄県那覇市西2-5-5
TEL 098-868-0758
FAX 098-861-3168

〈ジスタス浦添〉

沖縄県浦添市沢岬2-23-1
TEL 098-878-1122
FAX 098-878-0031

太古海水天然温泉「浦添の湯」

沖縄県浦添市沢岬2-23-1
TEL 098-878-1126
FAX 098-878-0031

〈ジスタス美里〉

沖縄県沖縄市美里4-20-1
TEL 098-982-1115
FAX 098-982-1146

韓流温熱 チムジルバン美里

沖縄県沖縄市美里4-20-1
TEL 098-982-1115
FAX 098-982-1146

〈ジスタスABLOうるま〉

沖縄県うるま市字豊原394-1
TEL 098-923-3777
FAX 098-923-3733

URL <https://www.xystus.okinawa>

はじめに

この度は、当スポーツパレスジスタスにご入会頂き誠にありがとうございます。
本書は、当施設をご利用頂く上で重要な点をわかりやすく説明してあります。当施設をご利用される前に必ずご一読頂き、各施設でのルールとマナーにつきましても合わせてご理解頂けたら幸いです。

本書はお読みになった後も、大切に保管して下さい。

ご注意とお願い

以下に該当する方は当施設のご利用をご遠慮頂きます。

- ☐ 酒気を帯びている方
- ☐ 伝染病疾患のある方
- ☐ 運動に適した健康状態にない方
- ☐ 暴力団関係者
- ☐ 大小を問わず、入れ墨・ファッションタトゥーをされている方
- ☐ 会員規約・利用規約を遵守できない方

館内では以下の行為を禁止致します。

- ☐ 公序良俗に反する行為・迷惑行為全般
- ☐ 当クラブの許可なく営業活動・商取引・勧誘を行うこと
- ☐ 当クラブの許可なく施設設備を撮影すること
- ☐ 喫煙行為（館内及び駐車場内は全面禁煙です）
- ☐ 食べ物の持ち込み＊喫茶コーナー以外での食事は禁止致します。

＊その他の禁止事項につきましてはインフォメーション施設欄にて、
または、館内掲示にてお知らせ致します。

< 本書について >

本書の内容を予告なく変更する場合があります。なお、
変更事項については会報または館内掲示等によりお知らせ致します。

[1] メンバーズシステム

1) 会員証について

＜表面＞



＜裏面＞

- 営業時間(月～金)9:00～23:00 (土日祝日)9:00～22:00
- 休館日/毎月第2・第4月曜日、年末年始、旧盆
※第2・第4月曜日が祝日にあたる場合は営業いたします。(翌火曜日が休館)
- 会員証は、施設をご利用の際フロントにてお預り致します。
- 本カードを他人に貸与、又は譲渡することはできません。
- 本カードを紛失、破損した場合はフロントまでお申し出ください。
有料にて再発行致します。
- 本カードは退会されるまで有効です。
- 退会される場合は、最終ご利用日にフロントまでご返却願います。



ジスタス 那覇	沖縄県那覇市西 2-5-5 TEL(098)868-0758
ジスタス 浦添	浦添市沢岬 2-23-1 TEL(098)878-1122
ジスタス 美里	沖縄市美里 4-20-1 TEL(098)982-1115
ジスタス ABLOうるま	うるま市字豊原394-1 TEL(098)923-3777

- 来館の際には、フロントにてメンバーズカードをお預りし、それと引き換えに「更衣ロッカー・シューズロッカー共通のロッカーキー」をお渡し致します。メンバーズカードをお忘れの場合は施設利用をご遠慮頂くこともございますので、お忘れのない様お願い致します。
- 会員証を紛失した場合は、速やかにフロントまでお申し出ください。
再発行の際、会員証発行手数料 820 円が必要となります。(ジスタス全店舗で発行可)
- 記名者本人以外の方の施設利用は出来ません。
- 会員証は折り曲げたりしないで下さい。
- 本会員証でジスタス「美里」・「浦添」・「那覇」・「ABLO うるま」の4店舗がご登録会員種類の範囲内で、別途費用のご負担なくご利用することができます。

2) 施設利用時間について

月曜日～金曜日 9:00～23:00	最終チェックイン 22:40
土・日・祝日 9:00～22:00	最終チェックイン 21:40

平日会員 9:00～17:30 チェックアウト（土日祝除く）

アフタヌーン会員 12:00～18:30 チェックアウト（土日祝除く）

※平日会員・アフタフーン会員・ホリデー会員が利用範囲外でご利用する場合
時間外利用料 1 回 1,800 円 となります。

メンテナンス休館日 毎月第2・第4月曜日

※第2・第4月曜日が祝日の場合、翌火曜日が休館日となります。

3) 月会費について

会員種類	会員資格	有効期限	月会費
ゴールド会員	中学生以上の男女	退会迄	16,500円
ゴールド家族会員	ゴールド会員の同居家族で 中学生以上の男女	退会迄	14,850円
正会員	中学生以上の男女	退会迄	11,000円
家族会員	正会員の同居家族で 中学生以上の男女	退会迄 ※P4に記載	9,350円
学生会員	中学生～24歳以下の 学生資格のある男女	学生資格存続期間 ※P4に記載	5,500円
平日会員	中学生以上の男女	退会迄	9,350円
アフタヌーン会員	中学生以上の男女	退会迄	7,700円
ホリデー会員	中学生以上の男女	退会迄	7,700円
法人会員	法人格を有する会社・団体	退会迄	年間利用回数に応じて年会費を選択 (別紙参照)

◎家族会員…入会手続き時に同居が確認できる住民票(3ヶ月以内のもの)をご提示下さい。

なお、家族関係は①夫婦②親子③兄弟姉妹④祖父母に限定させていただきます。

◎法人会員…フロントへお問い合わせ下さい。

◎チャージング割引制度…65歳以上の正会員・ゴールド会員は、月会費が1,100円割引
されます。

4) 会員種類のご案内について

○会員種類の変更をご希望される場合、毎月20日までに「各種変更届け」に必要事項をご記入の上、フロントへご提出下さい。翌月より希望される会員種類でご利用頂くことができます。

ゴールド会員のお客様へ

○ゴールド会員専用大型ロッカー及びタオル大小1セットが、ご来館の都度、無料でご利用になれます。

家族会員のお客様へ

○家族会員は、正会員との同居家族（①夫婦②親子③兄弟姉妹④祖父母）に限定させていただきます。なお、手続きの際は、同居が確認できる住民票（3ヶ月以内のもの）をご提示頂きます。

○住所を変更された場合にはフロントまで速やかにお申し出下さい。

○家族を代表する正会員が退会、または休会した場合は、家族会員の1名が正会員となり、月会費も正会員分の料金をお支払い頂きます。

学生会員のお客様へ

○毎年4月に学生証・生徒手帳を確認させていただきます。

○年度の途中で学生資格を喪失された場合はフロントまで速やかにお申し出下さい。会員種類の変更手続きが必要となります。

平日会員・ホリデー会員・アフタヌーン会員のお客様へ

○ご利用できる曜日、時間帯以外で本施設の利用を希望される場合、別途料金にてご利用が可能です。詳細はフロントまでお問い合わせ下さい。

法人会員のお客様へ

○法人A会員は、ご利用の際「法人会員施設利用券」にご利用される方の、氏名・電話番号をご記入の上、フロントまでご持参下さい。

○法人C会員は、契約後、会社より社員名簿をご提出頂き、ご利用の際は、社員証（写真添付）又は、保険証や組合員証をご提示の上「利用者名簿」に氏名、電話番号をご記入頂きます。併せて、利用料をお支払い頂きます。

5) 各種変更のお届けについて

休会・退会、及び、会員種類・住所・電話番号・会員氏名等の変更が生じた場合は、所定の「各種変更届」にご記入の上、フロントにお届け願います。

- * 振替に関連するお届けは、毎月20日が締切日となります。
- * 電話による各種変更のお届けはできませんので、予めご了承下さい。

○移籍について(有料820円)

- 移籍される場合は、必ず所定の「移籍届」にご記入頂き、移籍される前月の20日迄に移籍先フロントにて手続きをお願い致します。
- 家族会員の場合、正会員と同店舗での登録でなければならない為、一緒に手続きをお取下さい。
- 手続の際、会員証の交換がありますので、現在ご利用の会員証も必ずお持ち下さい。

○休会について(未納会費等がある場合は、完納しなければ受付できません)

- お客様のご都合により当施設を1ヶ月以上ご利用できない場合は、お休みを希望される前月の20日までに、所定の「各種変更届」にご記入し、手続きを行って頂きます。
- 1回のお届けで最長3ヶ月間の休会が可能です。届け出された休会期間を「延長」される場合は、復帰予定月の前月20日までに手続きを行って頂きます。
- 月の途中に復帰をご希望の場合は、日割による月会費をフロントにて現金でお支払い頂きます。

○退会について(未納会費等がある場合は、完納しなければ受付できません)

- 退会される場合は、必ず所定の「各種変更届」にご記入を頂き、**退会される月の20日まで**(例：1月末で退会する場合は1月20日まで)にフロントにて手続きをお願い致します。(当月に入ってからの前月末退会届けは、お受けできません)
- 手続きを忘れた場合や期日の20日を過ぎると、月会費が自動振替されますのでご注意ください(納入された会費等は返金出来ませんのでご注意ください)。
- メンバーズカードは退会月最終利用日にフロントへご返却頂きます。

○再入会について

- 再入会手続は、入会金・登録費用が無料で受付できます。写真代・会員証代のご負担もございません。(ジスタスアゲインシステム)

○期間外手続きについて

●〈退会手続きについて〉

21日以降～末日までの手続きの場合、**期間外手数料**(1,100円)をお支払い頂いての手続きとなります。

月会費は一旦振替られますが、翌月の10日前後に現金もしくは振込にて返金致します。

(但し振込の場合、手数料はお客様負担とさせていただきます。)

●〈休会手続きについて〉

受付期間(毎月20日)過ぎの21日以降～末日までに届出される場合、振替予定月会費は、休会復帰月会費として充当させて頂きます。

○振替口座の変更について

- 振替口座の変更を希望される場合は、金融機関による「口座確認」「印鑑照合」及び届出が必要なことから、「預金口座振替依頼書」にご記入・ご捺印後、通帳をご持参の上フロントへお申し出下さい。
- 金融機関との手続き上、新口座からの振替が速やかに行うことが困難なことから、翌月及び翌々月分の月会費をフロントで現金にてお支払い頂くことがあります

6) ビジターについて

非会員であってもビジターとして施設をご利用することができます。又、曜日あるいは時間帯に限定のある会員種類（平日会員、アフタヌーン会員、ホリデー会員）の会員が、決められた曜日、時間外でご利用を希望される場合でも会員特別料金にてビジター利用することができます。

一般 ビジター	全曜日 祝日問わず	3,000円（会員同伴1,800円）
	中学生以上の男女・全営業時間・全施設・メンバーレッスン利用可	
2時間限定ビジター	全曜日・祝日問わず	1,800円
会員時間外利用	会員種別により 曜日・時間帯変更あり	1,800円

7) プライベートロッカーについて

- プライベートロッカーは登録店舗のみでのご契約となります。
- 契約は1ヶ月毎・半年毎どちらかお選びいただけます。半年契約の場合、約1ヶ月分の料金がお得になりますが、期間の途中で解約されましても利用料金の払い戻しは出来ません。予めご了承下さい。（ロッカー利用料には日割り制はありません。）
- 契約時のお支払いは現金のみとなります。契約時のお支払い以降のロッカー利用料はご指定口座より振替させていただきます。
- ロッカーは数に限りがございますので空きロッカーの無い場合、キャンセル待ちとなります。
- 希望する方はフロントまでお申し出ください。空きがある場合、申込書に必要事項をご記入の上、ロッカー利用料とロッカー保証金（2,000円）を添えてお申込みいただけます。
- ※ 尚、保証金は解約手続き後の最後の利用日にご返金致します。
- 契約時にダイヤル番号を決めて頂きスタッフが設定致します。
- ※ ダイヤル番号をお忘れになった際はフロントまでお申し出ください。

種類	①小型ロッカー		②大型ロッカー	
	1段目～5段目	6段目～7段目	1段目～4段目	5段目～6段目
1ヶ月契約	550円	460円	660円	550円
6ヶ月契約	2,750円	2,200円	3,300円	2,750円

8) レンタル用品について

下記の品々を貸し出し致しております。ご希望の方はフロントまで。

水着（男）	2 2 0 円	シューズ	3 3 0 円
水着（女）	3 3 0 円	ジャージ下	2 2 0 円
スイムキャップ	1 1 0 円	Tシャツ	1 1 0 円
スイムゴーグル	1 6 0 円	タオル（大小セット）	2 2 0 円
チムジルバンセット	5 5 0 円	タオル（小のみ）	1 1 0 円
		タオル3点セット	3 3 0 円

○タオル大小セットを1ヶ月2,000円(税抜)でレンタルできる『タオルレンタルパスポート』フロントにて好評発売中！

* サイズは各種用意しておりますが、数に限りがございますので、品切れの場合はご容赦下さい。

* ご使用後は必ずフロントにご返却下さい。

9) プロショップについて

○スポーツクラブで使用するアイテムのほとんどが、フロント前に設置のプロショップで購入することができます。一流メーカー品をラインナップ、また、種々のサプリメントもご用意しております。

○店頭にはない商品につきましても、カタログより注文することができます。

10) スタジオ・プールでのメンバーレッスンについて

○本施設をご利用される方は、会員・ビジターを問わず、無料にてスタジオ・プールレッスンにご参加頂くことができます（一部有料レッスンあり）。

○平日会員・アフタヌーン会員・ホリデー会員の方はご利用できる曜日時間帯の中で実施されるレッスンにご参加頂くことができます。

○一部定員制のレッスンもございます。定員数を超えた際は、受講できません。

○各種メンバーレッスンプログラムは常時フロント前にご用意しております。

11) 会員紹介システムについて

会員が新規入会者をご紹介頂きますと（所定の用紙がございます）

○ 新規入会者の入会金11,000円・登録費用2,200円が100%OFFにてご入会頂くことが出来ます。

さらにジスタス無料招待券を1枚プレゼントさせていただきます。

○ ご紹介頂いた会員の方には、入会者1名につきジスタス無料招待券を3枚プレゼントさせていただきます。さらに「紹介ポイントカード」を発行。1名様ご紹介につき1ポイント！

○ 10名様紹介毎に月会費を1年間半額とさせていただきます。

※ご家族の入会でも同様に適用されますが、再入会者については除外させていただきます。

12) 提携施設について

ジスタスでは全国500箇所以上の施設と提携をしており、会員は割安料金にて利用できます。

詳しくはフロントまでお問い合わせください。

- セントラルスポーツ株式会社
- 住友不動産エスフォルタ株式会社約
- スポーツクラブ ルネサンス

13) 施設内での事故に対する補償について

スポーツパレスジスタスでは、館内で発生する(本人の過失による事故を除く)全ての事故に対して、会員の皆様に医療費等の補償の一部を備えることで、より安心にご利用して頂けるものと考え、以下の保険に加入致しております。

《加入保険》

日本水泳連盟 総合保障制度
保険会社 東京海上火災保険(株)
代理店 (株) 藤田組

《補償内容》

◇施設賠償 … 対人 1名・1事故につき5億円
◇施設賠償 … 対物 1事故につき500万円

◇受託者賠償… 1名・1事故・保険期間中50万円

※貨紙幣、貴金属製品等については、1事故・保険期間中10万円

[2] 施設のご案内

1) 駐車場

- 駐車場は、屋外駐車場と建物 1・2 階駐車場、合わせて 300 台以上の駐車が可能です。
- 駐車場には限りがあります。館内ご利用時以外（買物や食事等）の駐車は、固くお断り致します。
- 駐車場での接触事故、盗難、紛失等につきましては、当社は一切の責任を負いかねますので、予めご了承下さい。

2) 3 F フロント・ロビー&喫茶コーナー

- 施設をご利用の際は、必ず 3 F フロントにてチェックインをして頂きます。
- フロントでメンバーズカードをお預け下さい。更衣ロッカーとシューズロッカーが一体のロッカーキーバンドをお渡し致します。施設在館中は、施設の不正使用防止のため、ロッカーキーバンドを、スタッフが確認できるよう、ご着用下さい。
- ロッカーキーは自己責任にて管理ください。
- 万が一、紛失した場合は速やかにフロントにお申し出下さい。キーシリンダー交換代として実費ご負担頂きます。
- レンタルの必要な方はフロントでお申し付け下さい。全てのレンタル用品は、お帰りの際にフロントまでお戻し頂きます。
- フロント受付前のプロショップにて、格安価格でスポーツ用品やサプリメント等を販売しています。
- ロビー&喫茶コーナーは、自由に会員の皆様にご利用頂けるスペースです。
- 4 F ロッカールームへは、エントランスで外履き用の靴をお脱ぎになり、シューズロッカーへ靴を収納し、4 F にご移動下さい。

3) 3F トレーニングジム

- 初めてトレーニングジムをご利用の際は、スタッフまでお声掛けをお願いします。運動の仕方、利用方法等をご説明致します。
- 専属スタッフが皆さまの運動プログラムを作成し、様々なご質問にもお答え致します。
- トレーニングジムには、有酸素マシン50台以上（ランニングマシン25台・クロストレーナー5台・バイク12台・アセントトレーナー2台…）、筋力トレーニングマシン22台、フリーウエイトマシン・ベンチ等11台等が設置されています。
- トレーニングジムでは、必ず室内専用のトレーニング用シューズを（外履きシューズ・サンダル・裸足でのトレーニングジムへの入室はお断り致します）、ウェアにつきましては運動しやすいTシャツ、短パン、ジャージ等をご着用下さい。また、汗拭き用のタオルをご持参下さい。
- 運動前後にウォームアップ・クールダウンを行い、また、運動中はこまめに水分を補給して下さい。
- 運動中、マシンやマット等に付いた汗はタオルでお拭き下さい。
- 運動中、マシンに腰をかけたまま、休息を取らないで下さい。
（休息中は、他の方へマシンをお譲り下さい）
- トレーニングで補助が必要な場合は、事前にスタッフにお声を掛けて下さい。
- 血圧が高い場合や体調が悪い場合は、ご利用をお控え下さい。
- トレーニング中に体調や気分が悪くなった場合は、トレーニングを直ちに中止し、スタッフにお申し出下さい。
- トレーニングジム内に携帯電話をお持ち込みになる場合は、マナーモードに設定し、通話する場合にはジム出入口外側のスペースへご移動下さい。

4) 3F スタジオ

- スタジオ内ではトレーニングジム同様、室内専用のトレーニングシューズをご使用下さい。
- 着用されるウェアの指定はありませんが、過度な露出のあるウェアや運動にふさわしくない格好につきましては、お声をかけさせて頂く事があります。
- スタジオへの入場はレッスンの15分前からとなります。
レッスン開始後10分以上経過してからの途中入場はお断りしております。
- 汗拭き用タオルをご用意ください。
- ストレッチマットのご利用後は備え付けのタオルでマットをお拭き下さい。
- 血圧が高い、体調が悪い場合はご利用をお控え下さい。
- レッスン中に体調や気分が悪くなった場合は、レッスンを直ちに中止し、スタッフにお申し出下さい。

5) 4 F ロッカールーム

○ロッカールームには「更衣ロッカー」「ゴールド会員専用ロッカー」「チムジルバン施設利用者専用ロッカー」「プライベートロッカー」が設置されております。

○ロッカールームでの諸注意

いつも快適なクラブでありますよう、マナーある、そして、周りの方々に配慮のある施設のご利用をお願いいたします。

- ロッカーから離れる場合は必ず鍵を施錠してください。
ロッカーキー紛失の場合、キーシリンダー交換費用(4, 400円)お客様負担となります。
- ロッカールーム内は裸足・靴下にてご利用下さい。
- ロッカーの上にトレーニングシューズ、バッグ等を放置しないで下さい。
- ロッカールーム内で大声でのおしゃべりはご遠慮下さい。

○ロッカールームからの移動

- 4 F プール…水着を着用し、タオル・キャップ(ゴーグル)をご持参の上、プールへ移動して下さい。
 - 3 F スタジオ・トレーニングジム…運動できるウエアに着替え、タオルを持参し、トレーニングジム出入口で室内用運動シューズをお履きください。
- *スタジオへの入場はレッスン15分前からとなります。また、レッスン開始後10分以上経過してからの途中入場はお断りしております。

6) 4F プール

- プールに入る前に必ずシャワーを浴び、整髪料や化粧を洗い落として下さい。
- プール室内には、プール(25m×8コース)。ジャクジー、寝湯(8人分)、岩盤チェア(6人分)、ストレッチスペースがございます。
- プールサイドには、タオルやドリンク等を収納できる棚を設置しております。
- プールは水深1.05m~1.15m、水温は31度を年間の目安にしております。
- プール水は毎時1回検査を行い、検査結果はプールサイドに掲示致します。
- プールで泳ぐ際にキーバンドが煩わしい方はプール監視員へお預け下さい。
- 貴金属類を着用してのご利用はできませんので、それらを着用している場合にはプール監視員がお預かり致します。
- プールは利用方法に応じてコースが区分されております。コース区分は曜日、時間帯によりレッスンプログラムの関係で一定ではありませんので、表示内容をご確認の上、ご利用ください。
- スイミングレッスン参加人数が多数となる場合、人数を制限させて頂く場合がございます。

7) 4F クアハウス

- クアハウスには「遠赤外線サウナ」「スチームサウナ」「黄金ゲルマニウム風呂」「水風呂」「立ちシャワー」「カラン」「アカすりコーナー(有料)」が設置されております。
- 水着を着用してのご利用はできません。
- カランにはリンスインシャンプー、ボディーシャンプーを常備しております。
- クアハウスへの携帯電話の持ち込みはお断り致します。
- クアハウス内では、「場所取り」「タオル以外の物の持ち込み」「大声での会話」「水着等の乾燥」「サウナスーツの着用」等はお断り致します。
- 「遠赤外線サウナ」にはTVが設置されています。
【但しチャンネル変更の際は他のお客様に一声お掛け下さい。】
- 身体を洗ってから浴槽にお入り下さい。
- サウナで汗をかいた後は必ずシャワーを浴びてから各種バスをご利用下さい。
- 浴槽内ではタオルを湯につけたり、タオルを洗ったりする行為は衛生上お断り致します。
- クアハウスよりロッカールームにお戻りの際は、身体の水滴をよく拭き取って下さい。
- カランで使用されたオケ、イスは次の方が気持ち良くご利用頂けますよう、水洗いし、所定の位置に戻して下さい。
- その他、いつも快適なクアハウスでありますようマナーある、そして周りの方々に配慮ある施設のご利用をお願い致します。

8) 3F チムジルバン（岩盤浴サウナ）

チムジルバンとは、ドーム型岩盤浴サウナです。天然鉱石（パワーストーン）で造られたドーム内を温めることで鉱石から「遠赤外線」や「マイナスイオン」が放出されます。その効果により、ドーム内に居るだけで体を芯から温め、新陳代謝を高めます。また、汗と一緒に老廃物（毒素）を体外に排出するデトックス（体内浄化）やアンチエイジング（老化防止）、疲労回復、血液循環促進等の効果があると言われています。

ジスタス会員	会員種類時間内	無料
	会員種類時間外	550 円
ビジター利用	平日	1,500 円
	会員同伴	1,200 円
	モーニング割引	1,200 円

（2026 年 8 月 1 日料金改定）

- チムジルバンは、ジスタス会員様は無料でご利用頂けます。但し、平日・アフタヌーン・ホリデー会員様は、会員種類による時間内でのご利用となります。時間外利用に限り上記ジスタス会員 料金が適用されます。時間外利用の場合は 550 円頂きます。
- ご利用の際は、ウェア（吸汗性のよいウェア上下）と、敷タオル・汗拭タオルをご持参下さい。施設の衛生上、運動時に使用されたウェアでのご利用はお控え下さい。 有料にてレンタルもございます。
- 会員種類時間外もしくは、ビジターでのご利用の際は、券売機にて利用券をご購入ください。
利用券と引き換えに専用ウェアセット（上下）・タオルセット（敷タオル・バスタオル・フェイスタオル）、更衣ロッカーとシューズロッカーが一体のロッカーキーバンドをお渡し致します。チムジルバンでチェックインされた場合は、運動施設はご利用頂けません。キーバンドは必ずご着用下さい。
- ビンやカップの付いていないお飲み物、食べ物の持ち込みはご遠慮下さい。
- チムジルバン内には男女共用の部屋が 5 室、女性専用の部屋が 1 室、合計 6 室の温冷室がございます。部屋毎に効能や室温等が異なります。利用方法等は、スタッフへお声掛け下さい。
- 血圧が高い場合や体調が悪い場合は、ご利用をお控えください。尚、利用中に体調や気分が悪くなった場合は利用を中止し、スタッフにお申出下さい。
- 室内の大きさ上、ご利用人数には限りがございますので、予めご了承下さい。
- チムジルバンは、朝 10：00 から閉館時間の 30 分前までご利用頂けます。