

# マスクの着用について

※マスク(できれば不織布)

## 運動中も常時マスク着用

ただし、  
有酸素マシンに限り身体への  
負荷を考慮しマスクを外しての  
利用可

(ランニングマシン・バイク・ステップマシン など)

※ 再度の新型コロナウイルス感染拡大によっては  
マスク着用とする場合があります