

TERMS OF USE

入会案内

RONDO FITNESS CLUB 東村山
ANNEX24+

営業時間と会員種別

営業時間

曜 日	営業時間	各エリアの終了時間	
月・火・水・金	9:00 - 23:00	1F トレーニングプール	22:30
		2F メンバーズプール	22:45
		3F ジムエリア	22:45
		4F ジムエリア	22:45
土	9:00 - 22:00	1F トレーニングプール	21:45
		2F メンバーズプール	
		3F ジムエリア	
		4F ジムエリア	
日・祝	9:30 - 20:00	1F トレーニングプール	19:45
		2F メンバーズプール	
		3F ジムエリア	
		4F ジムエリア	

休館日・・・木曜日（夏季、年末年始、その他）

会員の種類毎の利用時間

会員種類	利用可能時間	備 考	東大和の利用
プレミアム	営業時間中いつでも利用可能	東大和も利用可	利用可能
フルタイム24+			木曜日のみ
ファミリー24+		プレミアム・フルタイム24+会員と同居のご家族の方限定	木曜日のみ
フルタイム24+ / U30		30歳以下の方	木曜日のみ
ジムスパ24+ / U30		・30歳以下の方 ・スタジオレッスン、アクアビクス、クライミングは利用不可	利用不可
M3		・月に3回まで利用可能 ※当月の未利用分の翌月への繰り越し不可	利用不可
パパママ24+		お子さまがキッズスクールに通われているご父母の方限定	木曜日のみ
ナイト&ホリデー24+	月・火・水・金 16:00 - 23:00 土 9:00 - 22:00 日・祝 9:30 - 20:00		木曜日のみ
デイ	月・火・水・金・土 9:00 - 17:00 祝 9:30 - 17:00	・日曜日は利用不可 ・ANNEX館利用不可	木曜日のみ
ANNEX24	24時間年中無休	ANNEX館のみ利用可能	利用不可

・当クラブでは「東京都青少年の健全な育成に関する条例」に基づき、18歳未満の方の22:30以降のご利用をお断りしております。（保護者同伴でも不可）

・毎週木曜日の休館日に限り、ロンドフィットネスクラブ東大和店をご利用いただけます。（一部の会員種別を除く）

- ①東大和店の利用は、ご登録会員種別の利用時間に限ります
- ②利用できるエリア：ジム、プール、ロッカー、スタジオ
- ③スタジオプログラムはご参加いただけません（プレミアム会員を除く）
- ④夏季休館日、年末年始休館日、メンテナンス休館日は除きます

同 伴 ビ ジ タ ー 制 度 に つ い て

会員以外の方でも、会員の方と同伴に限り、ビジター利用ができます。会員の方の種別によって、同伴でお連れできる人数は異なります。

プレミアム・フルタイム24+・ファミリー24+・
フルタイム24+/U30・パパママ24+



2名までお連れいただけます。

ジムスパ24+/U30・ナイト&ホリデー24+・
M3・デイ



1名までお連れいただけます。

【同伴ビジター料金】・・・2,500円(税込)

各種手続きについて

種別変更について

会員種別の変更を希望される場合は、月単位での変更をお受けしております。変更希望月の前月の末日(最終営業日)までにフロントにてお手続きください。

- ・種別変更手数料 … 1,100円(税込)

休会制度について

ご事情により、一時的にクラブに通えない場合は休会制度をご利用ください。休会希望月の前月の末日(最終営業日)までにフロントにてお手続きください。

- ・休会費 … 1,650円(税込) / 月

退会について

退会を希望する月の15日(15日が休館日の場合は14日)までにフロントにてお手続きください。

【例】6月末で退会する場合、6月15日までにお手続きください。

- ・退会届の期日である15日を過ぎた当月末のお手続き(16日～末月まで)は、手数料1,650円(税込)いただきます。金融機関への請求が確定している場合は、振込手数料を除いた差額分を登録口座へご返金いたします。

フロントの各種受付時間について

種別変更や退会等各種お手続き	…	【平日/土曜】 20:00まで 【日曜/祝日】 19:00まで
物品の購入やその他お支払い全般	…	【平日】 22:00まで 【土曜】 21:00まで 【日曜/祝日】 19:00まで

月会費の引き落としについて

月会費は、お客様のご指定口座から引き落としとなります。入会時に、利用開始月とその翌月の2か月分は店頭にてお支払いいただき、3カ月目より口座引き落としとなります。



施設利用のご案内



チェックイン

会員証をフロントにあるカードリーダーにかざし、カードキーを取ります。貴重品はフロントにある貴重品ロッカーを利用しましょう。



シューズロッカー

空いているロッカーの中で好きなところをご利用いただけます。



ロッカールーム

ロッカールームは男女共に2階にあります。お好きな場所のロッカーをご利用いただけます。チェックイン時に取ったカードキーを使ってロッカーを施錠します。鍵の閉め忘れにご注意ください。



トレーニング

3階にはジム、スタジオ、クライミング、4階にはアリーナ、1・2階にプールエリアがございますので、お好きな運動を行いましょう！利用に際しては各利用案内をご確認ください。



リラクゼーション

トレーニング後は使った筋肉をケアする為にも、2階プールエリアにあるサウナやジャグジーのご利用をお勧めします。



ロッカールーム

すべての施設を使い終えたらロッカールーム奥にあるシャワールームやパウダールームをご利用ください。プールやシャワーをご利用後は水気をよく拭いてからロッカールームへお戻りください。お忘れ物のないようご注意ください。



チェックアウト

フロントにてカードキーをご返却いただき、会員証をカードリーダーにかざしてご退館登録をお願いいたします。

施設利用のご案内

1 F

プロショップ

トレーニング用品や小物など、必要なものを一式取り揃えております。また、サプリメントなどもございますので、ぜひご利用ください。

みんなのともみ
 (ロンド東村山店)

リラクゼーション整体「みんなのともみ」では、コンディショニングやボディケアの施術をいたします。会員様以外の方もご利用いただけます。
 【ボディ 30分 / 1,980円(税込)〜】

トレーニングプール

25m6コースの競泳用プールで、水深1.1~1.2、水温は31℃前後。また、水質はオゾン殺菌により良好な状態を保ち、24時間ろ過循環により快適にご利用いただけます。



1階プールレッスンご参加ご希望の皆様

有料スクールとして、事前にお申込みが必要です。ご参加ご希望の方はフロントまでお尋ねください。
 レッスン内容につきましては、別紙の案内をご確認ください。

hogrel
 (ストレッチマシン)

柔軟性の向上や関節の可動範囲を広げて、姿勢の改善や肩こりや腰痛などの不調の改善を目的としたストレッチマシンがあるエリアです。ジムやプールでの運動前にご利用ください。(私服のまま利用OK)

2 F

メンバーズプール
 (2Fプールエリア)

ウォーキングコースとスイミングコースに分かれています。水深1mとウォーキングに適した水深となっております。ウォーキングコースは、歩行に最適なエンボススタイル加工(滑り止め加工)を施してます。水温31度前後。

マッサージプール
 (2Fプールエリア)

水温36~38℃でほぼ体温と同じ設定でじっくりお入りいただけます。ジャグジー、寝湯、流水マッサージなど自由にご利用ください。

アウトドアジャグジー
 (2Fプールエリア)

露天風呂感覚でお楽しみください。

各種サウナ
 (2Fプールエリア)

室温90℃前後のドライサウナを始め、スチームサウナ、低温サウナがございます。

水風呂
 (2Fプールエリア)

このために井戸を掘りました。1年通して冷たい水でご提供しています。

女性専用ドライサウナ
 (女性ロッカー内)

室温90℃前後の本格的なフィンランドサウナです。

タンニングマシン
 (男性ロッカー内)

15分500円(税込)でご利用いただける日焼けマシンです。

マッサージチェア
 (男女ロッカー内)

10分100円でご利用いただけます。

リートエステティック
 (ロンド東村山店)

痩身、脱毛、フェイシャル、ブライダル、リラクゼーションエステを中心としたトータルエステティックを提供するサロンです。

プールご利用についての注意事項

- ・ご利用前は、事故防止の為必ず準備体操を行ってからご利用ください。
- ・水質を良好に保つため、スイムキャップをご着用ください。また、シャワーをよく浴び、化粧や整髪料を十分に落としてからご利用ください。
- ・紛失や破損、危険防止の為、結婚指輪を除く貴金属・アクセサリーは外してご利用ください。
- ・プールサイドは滑りやすいので十分ご注意ください。
- ・睡眠不足等、体調のすぐれない時のご利用はご遠慮ください。
- ・シャワールーム、プールをご利用される際は、タオルをご持参していただき、ロッカー内は濡れた状態でお戻りにならないようお願いいたします。
- ・プールエリアで眼鏡を使用する場合は、眼鏡バンドを着用ください。

プールエリアご利用時のお持ち物

スイムキャップ / 水着 / タオル / ゴーグル

3F・4F

ジムエリア

筋力を鍛えるマシンや、エアロバイクやランマシンのような有酸素トレーニングマシンなど、ストレッチエリア、フリーウエイトエリアなど、お客様の目的に合わせた様々なトレーニングが可能です。

レッスンスタジオ

2つのスタジオとアリーナ(4F)にて、1週間で110本以上のスタジオレッスンを実施しており、一部のレッスンを除き無料でご参加いただけます。レッスンは、エアロビクスや格闘技系の有酸素プログラムや、筋力トレーニング系、ヨガ・ピラティス等のコンディショニング系など様々なレッスンを提供しております。レッスンは完全予約制なので、ご参加ご希望の場合は別途ご登録が必要です。

オープンスタジオ

プロジェクターでスタジオレッスンを投影したバーチャルレッスンにご参加いただけます。1レッスン30分、入退場自由なので、お気軽にご参加いただけます。

クライミングウォール

高さ8.5mのロープクライミングが楽しめます。毎週月・水・土にレッスンを開催しているので、初心者の方も安心してご参加いただけます。レッスン外でもロープを使わない高さまで登るボルダリングも楽しめます。(レッスンは完全予約制、ボルダリングは安全講習を受けるとご利用いただけます。)

アリーナ(4F)

バスケットボール、バレーボール、卓球、バドミントンなどの球技をお楽しみいただけるアリーナもございます。ご予約は不要なので、スタジオプログラムをご確認の上、ご希望のスポーツにご参加ください。フリータイムはお好きなスポーツをご自由にお楽しみいただけます。

ジムエリア、スタジオレッスンのご利用についての注意事項

- ・マシン利用後は、備え付けのタオルでシートやグリップなどをお拭きください。
- ・ジムエリアご利用の際はストレッチエリアを除き、シューズを必ずお履きください。
- ・スタジオレッスンは安全性を考慮して、原則、途中入場及び途中退場をお断りしております。
- ・スタジオレッスンは完全予約制です。必ずご予約いただきからご参加ください。
- ・スタジオレッスンはストレッチやヨガなどシューズを使わないレッスン以外は必ずシューズを履いてご参加ください。

ジムエリア、スタジオレッスンご利用時のお持ち物

トレーニングウェア / シューズ / タオル / 水分補給

その他の施設利用上の注意事項

- ・館内及び敷地内は全館禁煙でございます。
- ・携帯電話での通話は、以下のエリアにてご利用いただきますようお願いいたします。
【通話可能エリア】・・・1階フロントエリア、階段踊り場
尚、ロッカールーム、シャワールーム、プールエリアでは携帯電話の一切の利用を禁止しております。
- ・お荷物、貴重品は各自で管理をお願いいたします。盗難につきましては当クラブでは責任を負いかねます。
- ・ロッカーキーは紛失防止の為、必ず体に身につけていただきますようお願いいたします。ロッカーキーを紛失してしまった場合、鍵の交換代として2,200円を頂戴しております。
- ・館内でのお食事は、軽食に限り以下のエリアにてお願いいたします。
【飲食可能エリア】・・・フロント(1F)、ホグレルエリア奥のテーブル(1F)、女性ロッカー前ソファ(2F)、ジムエリアテラス(3F)
- ・館内での忘れ物は、営業終了後にスタッフが回収してフロントにて保管しております。回収した日の翌月末まで保管しております。翌月を過ぎてしまった場合は処分してしまいますのであらかじめご了承ください。

駐車場の利用について

- ・施設利用のお客様には駐車時間の無料サービスがございます。1Fフロントの検印機にて、検印処理をお願いします。無料時間を超えた場合のご精算は立体駐車場前の精算機にて支払いをお願いします。
※お出口のゲートではご精算できませんのでご注意ください。

【第1駐車場】…駐車後、別館入口横の発券機にて駐車券を発券の上、1Fフロントにて検印処理をお願いします。

【立体駐車場】…入庫時に駐車券が発券されますので、そちらを1Fフロントにて検印処理をお願いします。

【本館ご利用の場合】…入庫後4時間無料、以降30分毎に100円

【別館ご利用の場合】…入庫後90分無料、以降30分毎に100円
駐車券を紛失された場合、駐車券の再発行手数料として520円(税込)をいただきます。※超過の場合は超過量も課金されます。



RENTAL OPTIONS

レンタルオプションのご案内

レンタルロッカーのご案内



シューズやシャンプー等、毎回持参するのが面倒な方は、レンタルロッカーもご契約いただけます。

ロッカーサイズ	料 金	備 考
中型ロッカー 高さ：207mm 幅：298mm 奥行：340mm	825円(税込) / 月	
	550円(税込) / 月	1段目
	616円(税込) / 月	2段目
	616円(税込) / 月	8段目(女性のみ)
大型ロッカー 高さ：870mm 幅：298mm 奥行：485mm	1,375円(税込) / 月	

水素水・ウェルネスサーバーのご案内



飲むと身体に良い効果が期待されている水素水サーバー(1階、3階に設置)、プロテインをはじめとしたドリンクを自動で生成してくれるウェルネスサーバー(3階に設置)を別途オプション料金をお支払いいただく事でご利用いただけます。各種オプションを付けることで、何杯でもご利用いただけます。

	料 金
水素水飲み放題	1,080円(税込) / 月
ウェルネスサーバー 飲み放題プラン	3,240円(税込) / 月
ウェルネスサーバー 20杯プラン	1,620円(税込) / 月
ウェルネスサーバー 10杯プラン	1,080円(税込) / 月

※ウェルネスサーバー20杯プラン、10杯プランにご契約されている方は水素水サーバーをご利用いただけません。

・水素水サーバーは1Fフロントと3Fジムに、ウェルネスサーバーは3Fジムにございます。ご契約時にお渡しするICチップを各サーバーにかざしていただくことでご利用いただけます。

・水素水はご自身のボトルをお使いいただけます。

※専用ボトル(880円)と専用バッグ(1,320円)は注入した水素が抜けにくいのでお勧めです。(3~4時間程度、水素濃度を維持できます。)

・ウェルネスサーバーは専用の紙コップをお使いください。

・ICチップを紛失してしまった場合、再発行料3,300円をお支払いいただきます。

レンタルタオル



バスタオルとスポーツタオルのタオルセットのレンタル品をご用意しております。月額をお支払いいただく事で無制限でご利用いただけるプランと都度利用の二つをご用意しております。ご使用の際は1Fフロントまでお問い合わせください。

	料 金
タオルフリー	2,200円(税込) / 月
都度利用	3,30円(税込) / 回

・タオルは1Fフロントにある棚よりお取りください。ご利用後も1Fフロントまでご返却ください。

・タオルフリー会員のご契約は1Fフロントにてお手続き、都度利用の場合は券売機でチケット購入後、チケットをフロントにお渡しください。

ジムエリアのサービスについて

トレーニングサポートについて

ジムにあるマシンの利用方法はもちろん、効果的なトレーニングメニューのご案内まで、トレーナーがマンツーマンでサポートするサービスです。トレーニングサポートは全3回受講可能です。初回では、体組成測定を行い、筋肉量や脂肪量など体の状態を確認し、カウンセリングをしながらお客様のトレーニングプランを作成していきます。2回目からは初回よりも本格的にトレーニングしていただき、しっかり運動効果が出せるようサポートしていきます。

— トレーニングサポート概要 —

- 【1回目】カウンセリング、体組成測定、運動メニューの作成とマシン等利用方法のご案内(所要時間60分)
- 【2回目】前回作成した運動メニューの確認、より効果的なトレーニングフォームの確認(所要時間60分)
- 【3回目】マシンを使ったストレッチやトレーニングの応用メニューのご案内(所要時間20分)

トレーニングサポートのご案内は1Fフロント、もしくは3Fジムのスタッフにお声掛けいただくか、お電話にてご予約ください。

パーソナルトレーニング

トレーナーがマンツーマンでトレーニングを指導してくれるサービスです。パーソナルトレーニングのメリットとして、ボディメイクやダイエット、健康管理、リハビリテーション、パフォーマンスアップなどを運動に関する専門知識や技術を持ったトレーナーが指導してくれるため、個人でジムを利用するよりも効率的な運動効果が得られます。

- 料 金 : 6,600円(税込)～
時 間 : 1回60分
ご予約 : ウェブでのご予約、もしくは1Fフロント、3Fジムのスタッフにお声掛けください。

クライミングウォール利用案内

東京オリンピックの種目にもなって話題のスポーツ、フリークライミングのレッスンを週3日開講しております。筋力だけでなくバランス感覚や柔軟性を必要とし、ダイエット効果も高いので、お勧めのプログラムです。

全長8.5mもあるクライミングウォールを登る感覚はスリル満点！ぜひ一度ご体験ください。

ー クライミングレッスン開催日時 ー

【月曜日】① 13:00~15:00 / ② 19:30~22:00

【水曜日】①  10:00~12:00 / ②  13:00~15:00 / ③ 19:30~22:00

【土曜日】① 11:30~13:30 / ② 15:00~17:00

… 初心者におすすめのレッスン

- ・各クラス定員は12名
- ・レッスンは完全予約制です
- ・ご予約はおひとり様2枠まで同時にご予約いただけます。レッスン終了後に次回分をお取りいただけます。
- ・月曜・水曜が祝日の場合以下のレッスン時間に変更となります。(土曜は祝日の場合でも時間変更はありません)

① 10:00~12:00 / ② 13:00~15:00

- ・上記日時以外はボルダリングライセンス取得者のみボルダリングの利用が可能です。(次ページ参照)

用具について



- ・ハーネス(安全ベルト)
- ・クライミング専用シューズ
- ・チョークバック

3点が必要になります。各種レンタル品のご用意もごさいます。クライミング初参加の方は2回目まで無料で貸し出ししております。

レンタル品	料 金
ハーネス	220円(税込) / 1回
クライミングシューズ	110円(税込) / 1回
チョークバック	110円(税込) / 1回

ボルダリングの利用案内

フリークライミングのレッスン以外の時間帯は、ボルダリング(ロープを使用せず一定の高さまで登る)をご利用いただけます。

ご利用は基本的に自己責任となります。ボルダリングをご利用される際は、**ロンドフィットネスクラブのボルダリングライセンスの取得が必要です。**

ライセンスを取得されたらライセンスカードを発行いたしますので、そのカードをクライミングウォール横にある所定のカード入れに入れていただく事をご利用いただけます。

ボルダリングのライセンス講習について

▶ 講習日・・・インストラクターに相談の上、講習日時を決定いたします。講習時間は基本90分です。(クライミングの経験などにより、講習時間は多少前後いたします)

▶ 講習費用

1人受講・・・・・・・・3,300円(税込)

2人以上で受講・・・2,200円(税込) / 人

- ・講習費用にはテキスト代とライセンス発行料が含まれています。
- ・受講日当日に1Fフロントにてお支払いください。

