利用時間	午前９時30分から午後９時00 分(利用券の購入は、午後８時00 分まで) 閉館時間:午後9時00 分(着替え等の時間を考慮して、退室してください) ※休館日は、毎月第３月曜日(祝日の場合は、その週の最初の平日)と年末年始(12 月 29 日から１月３日)です。
利用料金	大人(義務教育終了後の方)1 回(2時間以内まで)400 円 ※70 歳以上の方は、２時間無料でご利用いただけます (２時間経過した場合は、退室していただきます) ※秦野市、平塚市、伊勢原市、大磯町、中井町、二宮町、松田町、大井町に在住・在勤・在学で、障がい者手帳をお持ちの方はご提示ください。ご本人と、介助者(器具を使用しない方)に限り１名は無料ですが、その他の方は有料になります。
利用できない方	・利用者登録講習会を受講していない方 (秦野市総合体育館・おおね公園・中野健康センター・サンライフ鶴巻の登録カードをお持ちの方は、ご利用いただけます) ・中学生以下の方(卒業後でも3月31日まではご利用出来ません) ・酒気を帯びている方 ・体調の悪い方 ・その他医師から運動を止められている方
用意していただくもの	・室内シューズ タオル 運動のできる服装 以下の服装でのご利用は出来ません ジーンズ生地のズボン、及び金属・装飾品が付いた衣類(マシンやシートを傷つける可能性があるもの)、スカート、裸足、草履、サンダル、長靴、革靴、ヒール、スパイク付の靴 ・水分補給用飲料(ペットボトル、水筒などフタ付のもの)
コインロッカー	【料金返却方式】 利用の際は 100 円が必要ですが、お帰りの際には返金されますのでお取り忘れのないようにお願いします ※盗難等については、当施設では一切責任を負いかねます。
トレーニングの前後には	・利用券は、入室時にトレーニングルーム受付へお渡しください ・パソコンを使用してチェックインの操作をしてください ・準備体操と整理体操を行いましょう ・体調チェック・血圧・脈拍測定を行いましょう ※収縮期血圧が 160mmHg 以上または、拡張期血圧が 95mmHg 以上ある方は運動を控えましょう。

その他注意事項	・トレーニングルーム内では、職員の指示に従ってください ・下記の行為があった場合は職員の判断により、利用中止・退館をして頂きます ① 危険な行為 ② 他の利用者に不快感を与える行為 ③ 衛生上問題となる行為 ④ 利用者による運動指導行為 ⑤ 営業行為 ⑥ 器具で大きな音をたてたり、大声を発したり大声で会話する行為 ・運動中に気分が悪くなったり、怪我をした時は、すぐに指導員に声をかけてください ・トイレは廊下と更衣室に、冷水機は1F ロビーにあります ・皆様が気持ちよく利用できるよう、マシンやマットなどの使用後は、近くに設置してあるタオルでお拭きください ・混雑時は機器を譲り合ってご利用ください。 ※有酸素運動の機器は、ご利用時間を 30 分を限度とさせていただくことがあります。 ・トレーニングルーム内にお持ちになる荷物は、必要最低限（水分補給用飲料・タオル・ロッカーの鍵等）でお願いいいたします ・ロッカーにお荷物を入れる場合は、必ず鍵をかけてください ※ロッカーの鍵は、ご自身で管理してくださるようお願いいたします。盗難については、当施設では一切の責任を負いかねます。 ・水分補給以外の飲食、携帯電話の使用は、ロビー・廊下をご利用ください
利用者登録講習会について	・トレーニングルームの利用には、「利用者登録講習会」の受講が必須です ・70 歳以上の方は生年月日が確認できる公的証明書、障がい者手帳をお持ちの方は障がい者手帳をご持参ください（障がい者手帳の方は秦野市、平塚市、伊勢原市、大磯町、中井町、二宮町、松田町、大井町に在住または在勤または在学である証明要） 介助者も受講が必要です ・受講後は、秦野市カルチャーパーク総合体育館・おおね公園・中野健康センター・サンライフ鶴巻の各トレーニングルームをご利用いただけます