

ALSOK ぐんま総合スポーツセンター 宿泊施設のご案内

ご利用にあたって

- 宿泊室は、原則として8名以上の団体であればご利用になれます。
- 宿泊室利用料・食事代・シーツ代等の代金は前納となります。

入所 退所

1 入所

宿泊室への入室は午後3時以降にお願いします。



2

責任者の方は使用の説明を受けてください。



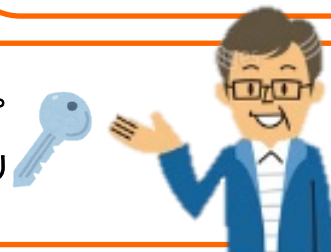
3

合宿中の練習計画等を含めた日課表を提出していただきます。



4 宿泊室の鍵をお渡ししますので、退所まで保管しておいてください。

宿泊中は職員が責任をもって対応させていただきますので、何なりと相談してください。



5 退所

退所は午前九時までです！みんなで使用した部屋と廊下を清掃しましょう！



6

終わりましたか？
はやいですね！



はい！
点検していただけますか？



7

ほう！きれいですね。



8

はい！確かに。



それじゃ
鍵をお返し
します。



9 あとから使用する仲間のためにより美しく使用するよう心がけましょう！！

ご利用ありがとうございました。またのお越しを職員一同お待ちしております。



生活上の注意事項

生活時間（食事・入浴・門限・消灯等）を厳守して他の団体に迷惑をかけないようにしましょう。



宿泊室での**飲酒・喫煙は禁止**です。ご遠慮ください。



宿泊に必要な洗面用具等は、各自で準備してください



燃えるゴミ・燃えないゴミの区別をし所定の場所に捨ててください。



寝具・湯茶等の扱いはすべてセルフサービスとなっています。**退所する時は元の状態**にもどしてください。



貴重品の盗難には十分気をつけてください。



廊下でのくわえタバコ、ベッドでの寝タバコはしないでください。喫煙は必ず喫煙場所をお願いします。



火災等の事故対応

- (1) 火災等非常事態発生の際には、すみやかに職員又は宿直者に連絡しその指示に従ってください。
- (2) 急病の場合は、職員又は宿直者に連絡してください。なお、救急薬品等は用意してあります。



日課表

| 生活内容 | 一般利用の場合 |
|-------|---------------|
| 起床・清掃 | |
| 朝食 | 7:00 ~ 8:30 |
| 昼食 | 12:00 ~ 13:00 |
| 入浴 | 17:00 ~ 22:00 |
| 夕食 | 17:00 ~ 19:00 |
| 門限 | 22:00 |
| 消灯 | 23:00 |

料金表 (消費税込み)

| 宿泊代 (1泊につき) | | |
|-------------|-------|------|
| 一般 | 高校生以下 | |
| 1,150円 | 620円 | |
| 食事 | | |
| 朝食 | 昼食 | 夕食 |
| 630円 | 630円 | 850円 |
| シーツ代 | | |
| 280円 | | |



宿泊棟案内

