2024 年 3 月 17 日

利用者各位

魚津テクノスポーツドーム
（ありそドーム）

フリーウエイトエリアでの事故防止についてのお願い

日頃から、ありそドームトレーニングルームをご利用いただき誠にありがとうございます。

先日、フリーウエイトエリアにおいてスクワット終了後、片側の重りのみを外した為、バーベルが反対側に跳ね上がり、スクワットラックから落下する事故が発生いたしました。当施設では安全の確保に力を入れておりましたが、今回の事故は大きな怪我に繋がりかねない重大事故と受け止め、改めてスタッフ全員に安全な利用方法の周知や監視体制の強化など、事故防止に一層努めるよう指導を行った次第でございます。

幸いにも怪我をされた方はおられませんでしたが、利用者の皆様におかれましては下記の注意事項をお守りいただき、安全に使用していただきますようお願い申し上げます。

注意事項

1　トレーニング開始前は周囲に人がいないかご確認ください

2　トレーニングを実施中の方には近づかないでください。
グループでご利用の際は、特に周囲へのご配慮を願います。

3　隣同士で行う場合はトレーニングやセッティングのタイミングをずらして
譲り合いながら行なってください。

4　バーベルプレート（重量）の取扱いの際は必ず交互に着脱をしてください。
片側のみ取り付け（取り外し）をした場合、バーベルが傾きラックから
落下する可能性があります。プレート留め具も必ずご使用ください。

5　使い方によっては自身および周囲への危険があることを自覚し、使用方法
には十分ご注意ください。

※危険な使い方や周囲へ危害が及ぶ恐れのある場合、スタッフよりお声掛けさせていただきます。なお、スタッフの指示に従わない場合は利用をお断りいたします。