



การให้บริการ ศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส **FITNESS CENTER**

- เพื่อให้บริการประชาชนในการเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง โดยการเล่นเครื่องออกกำลังกายในร่ม
- มีเครื่องออกกำลังกาย ให้บริการทั้งหมด 36 เครื่อง

วัน เวลา เปิดบริการ

- วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 13.00 - 21.00 น.
 - ปิด เสาร์ - อาทิตย์, วันหยุดนักขัตฤกษ์ และกรณีมีการแข่งขันฟุตบอล
- หมายเหตุ ขอปิดศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส โดยไม่แจ้งให้ทราบล่วงหน้า

อัตราค่าธรรมเนียม

นักเรียน/นักศึกษา/ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป

- ค่าสมัครสมาชิก 20.- บาท/วัน
- ค่าสมัครสมาชิก 350.- บาท ต่อ 3 เดือน
- ค่าสมัครสมาชิก 500.- บาท ต่อ 6 เดือน
- ค่าสมัครสมาชิก 750.- บาท ต่อปี

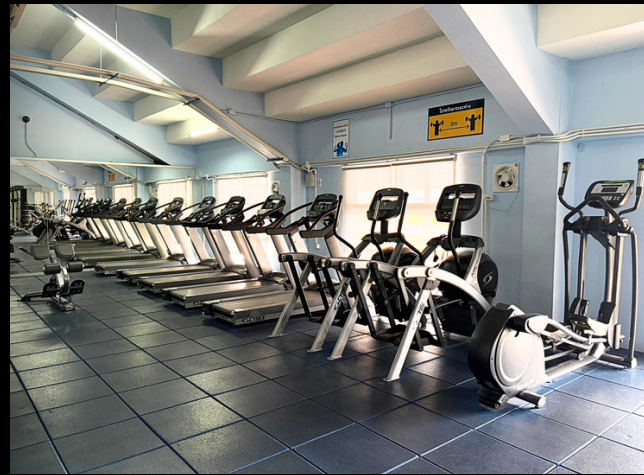
บุคคลทั่วไป

- ค่าสมัครสมาชิก 40.- บาท/วัน
- ค่าสมัครสมาชิก 700.- บาท ต่อ 3 เดือน
- ค่าสมัครสมาชิก 1,000.- บาท ต่อ 6 เดือน
- ค่าสมัครสมาชิก 1,500.- บาท ต่อปี

หลักฐานการสมัคร

- รูปถ่าย ขนาด 1 นิ้ว จำนวน 2 รูป
- สำเนาบัตรประชาชน จำนวน 1 ฉบับ

ให้แสดงบัตรทุกครั้งก่อนเข้าใช้งาน



ฝ่ายส่งเสริมการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม (สนามกีฬาากลางจังหวัดระยอง)
องค์การบริหารส่วนจังหวัดระยอง
140 หมู่ 2 ถนนสุขุมวิท ตำบลเนินพระ อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง 21000

☎ 0 3862 3566

📌 กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม อบจ.ระยอง





ข้อปฏิบัติในการใช้บริการศูนย์ออกกำลังกายฟิตเนส

FITNESS CENTER



1. ผู้ใช้บริการต้องลงชื่อก่อนเข้าใช้บริการทุกครั้ง
2. ผู้ใช้บริการควรมีผ้าขนหนูสำหรับซับเหงื่อทุกครั้งเพื่อสุขอนามัยของท่าน
3. ผู้ใช้บริการต้องศึกษาเกี่ยวกับการฝึกด้วยน้ำหนักหรือโปรแกรมฝึกให้เข้าใจก่อนใช้บริการ หรือสอบถามเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์ออกกำลังกาย
4. ควรใช้เครื่องออกกำลังกายด้วยความระมัดระวัง กรุณาตรวจสอบสภาพอุปกรณ์ให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยทุกครั้งก่อนใช้งาน เพื่อความปลอดภัยของท่าน หากเครื่องออกกำลังกายมีสภาพไม่พร้อมใช้งาน เจ้าหน้าที่ของดใช้เครื่องออกกำลังกายชนิดนั้น และขอให้ผู้ใช้บริการปฏิบัติตามอย่างระเบียบอย่างเคร่งครัด
5. ผู้ใช้บริการกรุณาเก็บทรัพย์สินและสิ่งของมีค่าของท่านไว้กับตัว หากเกิดความเสียหาย องค์การบริหารส่วนจังหวัดระยองจะไม่รับผิดชอบใดๆ ทั้งสิ้น
6. เมื่อเกิดปัญหาในการใช้เครื่องออกกำลังกาย กรุณาแจ้งเจ้าหน้าที่ประจำห้องออกกำลังกายทราบทันที ห้ามแก้ไขปัญหาด้วยตัวเอง
7. หากมีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคในการออกกำลังกายต้องแจ้งเจ้าหน้าที่ให้ทราบเพื่อจะได้ให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย หากฝ่าฝืนองค์การบริหารส่วนจังหวัดระยองจะไม่รับผิดชอบใดๆ ทั้งสิ้น
8. ห้ามเคลื่อนย้ายอุปกรณ์การออกกำลังกายก่อนได้รับอนุญาตจากเจ้าหน้าที่ และห้ามโยนแผ่นเหล็ก ลูกตุ้มยกน้ำหนักลงพื้นโดยเจตนา
9. กรณีนักกีฬาจังหวัดระยองจะมาฝึกซ้อม กรุณาแจ้งเจ้าหน้าที่ล่วงหน้าอย่างน้อย 3 วัน และแสดงบัตรประจำตัวนักกีฬาฯ ทุกครั้ง
10. เมื่อเล่นครบเซ็ทหรืออยู่ระหว่างพัก ควรออกจากเครื่องเล่น เพื่อให้ผู้อื่นได้ใช้งานต่อไปได้ และไม่ควรไปยืนรอคิวที่เครื่องเล่น
11. หลังการออกกำลังกายทุกครั้ง ควรเก็บอุปกรณ์การออกกำลังกายทุกครั้งให้เรียบร้อย ควรใช้ผ้าเช็ดเหงื่อออกจากอุปกรณ์ให้แห้ง เพื่อให้เครื่องสะอาดพร้อมใช้งานอยู่เสมอ และโปรดช่วยกันรักษาความสะอาด
12. **ห้าม** เด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี เข้าใช้บริการ เนื่องจากอาจจะมีผลกระทบต่อกระดูก และเป็นอันตรายต่อร่างกายของเด็กได้
13. ผู้ใช้บริการให้สวมใส่รองเท้ากีฬาเท่านั้น **ห้าม** สวมใส่รองเท้าแตะ

หมายเหตุ ข้อปฏิบัติสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
ของคณะกรรมการบริหารงานสนามกีฬากลางจังหวัดระยอง



ฝ่ายส่งเสริมการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม (สนามกีฬากลางจังหวัดระยอง)
องค์การบริหารส่วนจังหวัดระยอง
140 หมู่ 2 ถนนสุขุมวิท ตำบลเนินพระ อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง 21000

☎ 0 3862 3566

📘 กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม อบจ.ระยอง

