

# スポーツサウナのご案内

サウナご利用時間	月～土	受付開始 <b>9:30</b> ~ <b>21:30</b> ※受付は21:00までとさせていただきます。	最終退館
	日	<b>9:30</b> ~ <b>16:00</b> ※受付は15:30までとさせていただきます。	
利用料金	男性	¥400 ※男性サウナ室は安全性の確保が不十分なため、シャワー・浴槽のみご利用いただけます	
	女性	¥500	
利用方法	①受付前券売機にて、「スポーツサウナ」チケットをご購入ください ②チケットをお持ちの上、受付までお越しください		
注意事項	・ご利用は15歳以上に限りませ ・障害者手帳保有者（介助者は1名まで可）は無料利用可 ・防犯のため時間毎、又閉鎖点検のため受付時間を過ぎましたら職員が入室いたします		
禁止事項	・撮影/通話/録音・ねそべり行為・食べ物のお持ち込み・飲酒		



## スポーツサウナとは？ ※女性のみ

室温：40～60℃前後

高温サウナと比べると温度や刺激は控えめですが、体をじっくり温め無理せず長時間入りやすいのが特徴です。呼吸の辛さなどを感じにくいいため、サウナの暑さが苦手な方へもおすすめです。また、肺や心臓にかかる負担が少なく、高齢の方や体力に自信が無い方も利用しやすいのが特徴です。



川崎とどろきパーク(株)