

## トレーニングスペース CRAZY BOSS ご利用案内

### 【ビルの入り口から CRAZY BOSS への行き方】

<https://youtu.be/cLgeDG1x5oY>

### 【入室・ドア解錠】

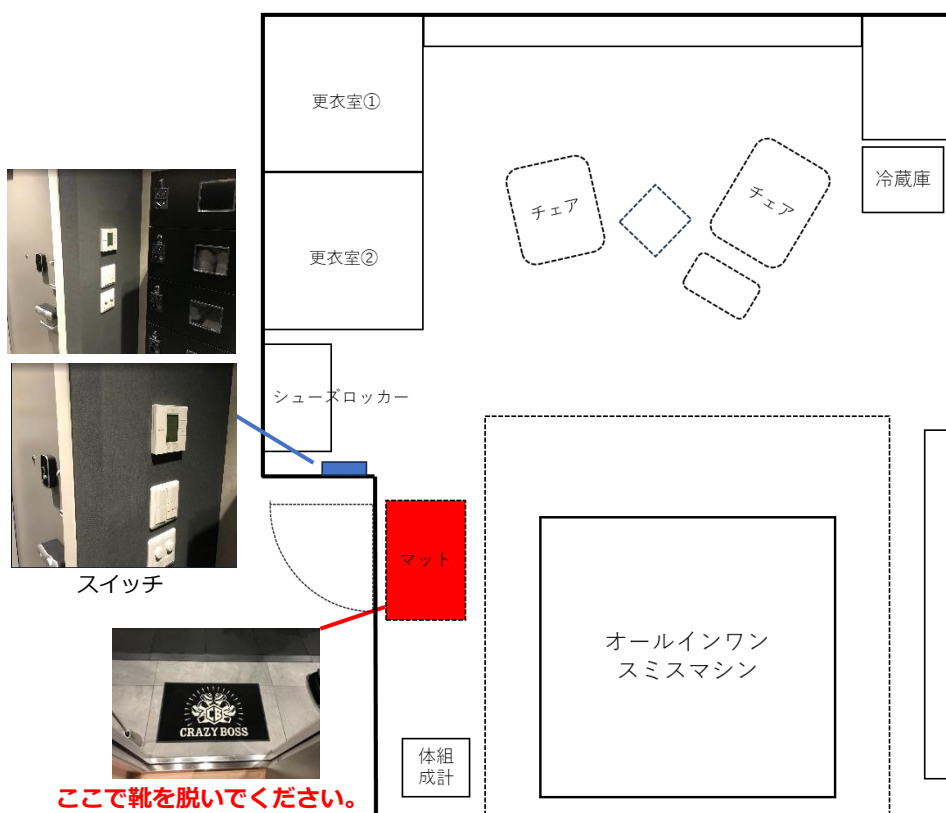
ご利用時間になりましたら、予約時にメールにてご案内している Akerun アプリ（または AkerunWEB）より解錠ボタンを押してください。

アプリ解錠方法：[https://support.akerun.com/hc/ja/articles/206356467#206356467\\_1-1](https://support.akerun.com/hc/ja/articles/206356467#206356467_1-1)

### 【入室にあたって】

ドアを開けてすぐ右記の画像のようにマットが敷いてあるのでこちらで靴を脱いでください。部屋の中は**土足厳禁**となっております。

※部屋の電気は消してあります。入ってすぐ左のスイッチで部屋の電気をつけてください。



※シューズロッカーのご利用は月額制になります。ご利用の際はお申し付けください。

### 【体組成計（InBody）について】

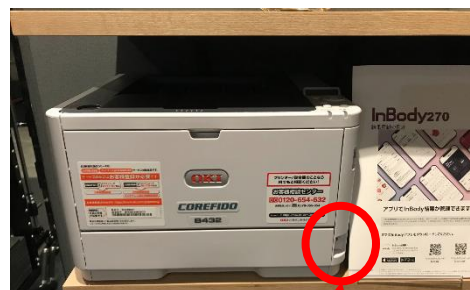
ご自由にお使いください。電源は画面の右下の裏側にあります。退出時には電源をお切りください。

InBody 測定方法：<https://www.youtube.com/watch?v=MSuCI4Lk7MM>



電源はこの裏  
にあります。

印刷が必要な時はプリンタの電源もい  
れてください。



電源

### 【WIFI について】

ルーム内には WIFI が通っています。（無料）ご自由にお使いください。

SSID : CRAZYBOSS- 2 G

CRAZYBOSS- 5 G

PASS : crazyboss1122

### 【設備について】

<オールインワンスミスマシン>



EVOLGEAR EVPR-096

使用方法 [https://evolgear.com/other/how\\_to\\_aior/index.html](https://evolgear.com/other/how_to_aior/index.html)

<オリンピックバー各種>



オリンピックバー  
本体重量：20kg



ショートバー  
本体重量：10kg



EZ バー  
本体重量：10kg



ヘックスバー  
本体重量：26kg

### <バーベルカラー>

赤色のバーベルカラーをバーにはめる際には右の写真のように黒色のロックをさらに右に動かすとカラーが広がり入れやすくなります。



ロック時



ニュートラルからさらに右に動かすと広がります。



### <パワーガン>

**Hypervolt 2 Pro**

90Wのブラシレスモーターを搭載するシリーズ最上位のケアデバイスです。パーカッション(強力振動)はHypervoltシリーズ最長のストローク幅を実現。世界最高峰のアスリートも使用するパワフルなパーカッションを、あなたの手で体験してください。

使いかマニュアル



Hypervolt2 pro

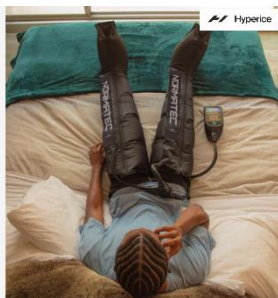
使用方法：[https://hypericejp.com/cdn/shop/files/54200\\_008-00\\_volt\\_2pro\\_manual.pdf?v=4713630106981708658](https://hypericejp.com/cdn/shop/files/54200_008-00_volt_2pro_manual.pdf?v=4713630106981708658)

### <加圧マッサージ器>

**Hyperflux**

Hyperfluxは、トレーニング後に有効な少量小型のエアコンプレッションシステムです。

使いかマニュアル



Hyperflux

使用方法：[https://hypericejp.com/cdn/shop/files/63000\\_001-00\\_Hyperflux\\_manual.pdf?v=1438237860085546456](https://hypericejp.com/cdn/shop/files/63000_001-00_Hyperflux_manual.pdf?v=1438237860085546456)

### <空気清浄機>

**Hello. I am briiv.**

自然を愛する空気清浄機



briiv

使用方法：

[https://cdn.shopify.com/s/files/1/0558/2936/4903/files/briiv\\_manual\\_v1\\_Japanese\\_1.pdf?v=165407539](https://cdn.shopify.com/s/files/1/0558/2936/4903/files/briiv_manual_v1_Japanese_1.pdf?v=165407539)

### 【冷蔵庫】



冷蔵庫はどなたでも使用可能です。中にある水などは別の方が補完しているものとなります。中に保管する際は他の方が間違えないようにタグ等をつけ、自己責任での保管をお願いいたします。

保管していたものが紛失等しても当ジムは責任を負いません。

### 【トレーニング終了後】

トレーニング終了後は体組成計、トレーニングベンチにアルコール消毒をお願いいたします。



※休憩用のチェアにはアルコールは吹きかけないようお願いいたします。

### 【お手洗い】

お手洗いは部屋からエレベーターに行く途中の廊下にございます。また、1階から2階にあがる階段踊り場にも広めのお手洗いがありません。

お手洗いなどお部屋を一時退出する場合は右記画像にある外履き用スリッパをお使いください。

※部屋を出る際には必ずスマートホンを持ってお持ちください。部屋はオートロックになりますので持っていないと次に入室ができなくなります。



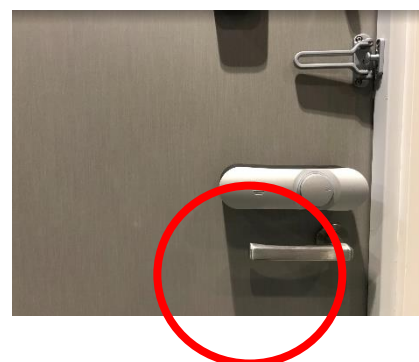
### 【退出・ドア解錠について】

退出時はお部屋の全ての電気・電源をお切りいただき、退出をお願いいたします。

※部屋の電気が消えると防犯カメラのライトがつきますが、このライトは後に自動で消えます。

退出時もお持ちのスマートホンから解除ボタンを押して鍵を開けて退出をお願いします。万が一動作がしない場合は右記画像の赤枠内、丸いボタンを押していただくとドアは解錠されます。

退出されてご利用時間が過ぎますとドアは開けられなくなりますのでお忘れ物のないようお願いいたします。



### 【緊急連絡先】

トレーニングスペース CRAZY BOSS 代表：佐藤 文隆

TEL：080-3127-6476

MAIL：crazyboss20231122@gmail.com