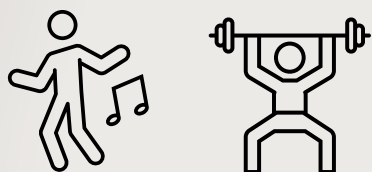


宿舎の快適生活TIPS

Tips for a comfortable life in the dormitory

No2
10. 2023



Are you getting enough exercise?

留学生のみなさん、運動していますか？



Are you getting enough exercise? Is just commuting between the lecture building and the dormitory enough? Kanazawa University has gymnasiums and training rooms that students can use. The gym can be used on Sundays and holidays, and the training room can be used on weekdays. Get more active in your free time!

留学生のみなさん、講義室と宿舎の往復ばかりで運動不足になっていませんか？

金沢大学には、学生が使うことのできる体育館やトレーニングルームがあります。体育館は予約をし日曜や祝日に使うことができます。トレーニングルームは予約不要で平日8:00-21:00に使用できます。空いた時間に積極的に身体を動かしましょう！

Please make a reservation for using the gym.

体育館は予約が必要です。

Gymnasium



Available on Sundays and public holidays.
日曜・祝日使用可能

There is no need to make a reservation for the training room.

トレーニングルームは予約不要です。

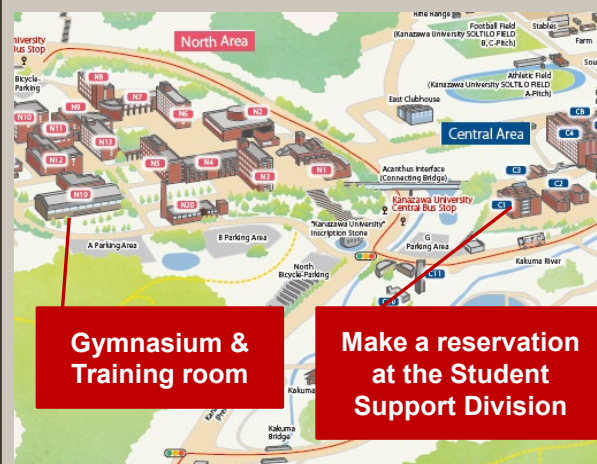
Training room



Available from 8:30-21:00 on weekdays.
平日8:30-21:00使用可能

Map

体育館・トレーニングルームと学生支援課
(予約場所)の地図

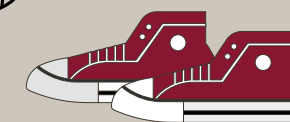


Gymnasium & Training room

Make a reservation at the Student Support Division

Please wear gym shoes, separate from outdoor shoes.

体育館やトレーニングルームでは内履きシューズを着用してください。外履きシューズは使用しないでください。



How to make a reservation for the gym

1. Go to the Student Support Division on the 2nd floor of the Administration building.
2. Fill out the application form and submit it.
3. Pick up the gym entrance key at the Student Support Division on Friday or the day before the holiday.
4. Return the key on the following Monday or the following day.

予約方法

1. 本部棟2階の学生支援課へ行ってください。
2. 申込書を記入し、提出してください。
3. 学生支援課で金曜または祝日前日に鍵を受け取ってください。
4. 月曜または祝日翌日に鍵を返してください。

Conditions and Rules for Use of Gymnasium

1. Usage of the gym is in this priority order.

1. Regular curricular classes
2. KU officially recognized circles
3. College or School officially recognized circles
4. KU students, faculty and administrative staff
5. A person or group who does not belong to KU

2. Usable dates

As a general rule, the gym is open only on Sundays and public holidays. Not available during long university holidays such as Golden Week, summer holidays, year-end and New Year holidays, etc.

3. Rules

After use, return it to its original state. Clean it when it gets dirty.

Beverages with closed lids are allowed to be brought into the gym. No open beverage containers.

4. How to make a reservation for the gym

To make a reservation, please go to the Student Support Division on the 2nd floor of the Administration building, fill out the application form, and submit it. Reservations can be made from the month before the desired date of use. Students cannot make reservations by email.

5. About the key

When you use the gym on a Sunday, please come to the Student Support Division on Friday to pick up the gym entrance key and be sure to return it on the following Monday.

When you use the gym on holiday, please come to the Student Support Division on the day before the holiday to pick up the gym entrance key and be sure to return it on the following day.

Conditions for Use of the training room

The training room can be used from 8:30 to 21:00 on weekdays with no reservation required.

However, it cannot be used during class hours. The class hours are posted on the entrance door.

体育館の使用条件・ルールについて

1. 使用条件について 優先順位

1. 正課授業
2. 全学公認課外活動団体
3. 学域・学類公認課外活動団体
4. 本学学生・教職員
5. 学外者

2. 使用可能日

原則として、日曜日、祝日のみ（GW、夏季一斉休業期間、年末年始等大学の長期休業中は不可）。

3. ルールについて

使用後は原状復帰をし、汚した場合は掃除をする
体育館内はフタのしめる飲料の持ち込みは可能。

4. 体育館の予約の仕方

予約する場合は、本部棟2階の学生支援課に行き、申請書に記入し提出する。
予約は使用希望日の前月から可能。学生はメールでの予約不可。

5. 鍵について

日曜日に体育館を使用する場合は、金曜日に体育館入口の鍵を学生支援課に取りに来て、週明け月曜日には必ず返却する。祝日に使用する場合は前日に取りに来て、翌日に返却する。

トレーニングルームの使用条件について

トレーニングルームは予約不要で平日8:30-21:00に使用できます。
ただし、授業で使用している時間は使用できません。入り口のドアに授業で使用する時間が書いてありますので確認してください。