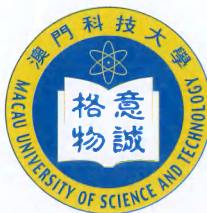




澳門氹仔偉龍馬路
電話：(+853)2888 1122 傳真：(+853)2888 0022



Avenida Wai Long, Taipa, Macau
Tel: (+853)2888 1122 Fax: (+853)2888 0022

MUST/21/002/SA/N

通告 J座健身室重新開放

致全體學生/教職員：

茲通知J座健身室 J216 室於1月5日起重新開放，開放時間及使用辦法詳見下表。使用者需遵守大學場地使用守則。

活動設施	位置	開放時間	使用辦法
健身室	J座室內體育館 J216 室	週一至週日 上午9時至晚上9時	須攜帶學生證/職員證，穿著運動服裝及運動鞋前往。

1. 使用時應注意個人衛生，尤其要經常洗手，打噴嚏或咳嗽時應用紙巾或衣衫遮掩口鼻等。
2. 任何時候發現自身出現發熱(體溫高於或等於 37.5 度)、急性咳嗽等不適，應戴上口罩及早就醫並暫緩健身訓練。
3. 健身室內提供消毒清潔物品，請於使用前自行擦拭器材，以確保衛生
4. 使用任何器材前需做好熱身運動，並先閱讀器材上的指引，按自己的身體狀況適當地鍛煉。使用健身器材時必需注意安全。
5. 訓練時如有任何不適，包括胸口陣痛、關節及肌肉痛、暈眩、噁心、呼吸困難等，請立即停止訓練。
6. 如遇上緊急情況，可按健身室內的警報鈴求助。

(以上資訊如有更改，以最新公佈為準)

特此通告



2021年1月4日