

【参加者が厳守すべき事項】

【重要】当日に下記の内容を参加者全員で必ず確認して下さい

- マスクを持参すること(競技中以外は全てマスク着用すること)

- こまめな手洗い、アルコール等による手や指の消毒を実施

- 他の参加者、主催者スタッフ等との距離(2m以上)を確保すること(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く)

- 競技中に選手同士でのハイタッチやハグ、大きな声での会話、応援等はしないこと

- 競技終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、速やかに濃厚接触者の有無の報告をすること

- 競技前後のミーティングなどでも“3つの「密」”を避けること

【参加者が運動・競技を行う際の留意点】

【重要】当日に下記の内容を参加者全員で必ず確認して下さい

- 運動や競技に応じて十分な距離の確保
 - ・運動や競技の種類に関わらず、運動や競技をしていない間も含め、感染予防の観点から周囲の人と距離を空けること
 - ・強度が高い運動・競技の場合は呼気が激しくなるため、より一層の距離をなるべく空けること
 - ・水泳時などでマスクをしていない場合には、十分な距離を空けるように特に留意をする必要があること

- 運動や競技中に、唾や痰をはくことは極力行わないこと

- タオルは共用しないこと

- 飲食については、指定場所以外で行わず、周囲の人となるべく距離を取り対面を避け、会話は控えめにすること

- 飲料水については、回し飲みをしないこと(水筒・ペットボトルなど)

- 飲みきれなかった飲料水等は指定場所以外には捨てないこと(例えば、走路上・グラウンド内)

<備考欄>