

新型コロナウイルス感染予防対策について 大切なことです。  
必ず守るようにして下さい。

#### 大会前日まで

- ① 1週間前から各自健康管理を行って下さい。

#### 大会入場前まで

- ① 「健康チェック表および参加承諾書」に全て記入の上、持参してください。  
これがないと入場することは出来ません。(1日1枚必要です)。ボールペンで記入の上、保護者・コーチのサインを忘れないよう気を付けて下さい。
- ② 水着は出来るだけ着た状態でプールに来てください。
- ③ マスクは必ず着用してきてください。招集に行く時も外さないでください。  
泳ぐ時以外は原則として外さないでください。  
また、予備のマスクも用意願います。
- ④ 早くから入り口に並ばないでください。
- ⑤ 入場待ちをするときは、前の人との間隔(1～2m)を空け、話をしないでください。
- ⑥ エレベータを使用するときは密にならないように人数を確認にして乗降してください。

#### 入場時

- ① お互いが手を伸ばしても届かない間隔(2m程度)を開けてゆっくり入場してください。
- ② 入場時に検温・手指消毒をしますので、必ず立ち止まって役員の指示にしたがってください。
- ③ 体温が37.5度以上の場合入場を拒否することがあります。
- ④ 「健康チェック表および参加承諾書」を入場時、提出してください。
- ⑤ 速やかに自チームの控え場所に移動してコーチの指示に従ってください。

#### 競技開始前のアップ

- ① 女子は更衣室(男子更衣室も女子更衣室として使用します)で、  
男子はスタンドで更衣してください。女子は更衣室に荷物を置かないようにしてください。
- ② アップは各レーン右側通行にします。
- ③ プールに入る前、入る時は、前の人と間隔を空けてください。
- ④ 各自のスタート練習は9時00分より9時30分までメインプールで行います。  
並ぶときは前の人との間隔を空けてください。

#### アップ終了後

- ① アップが終わり次第、速やかに更衣を済ませ、自チームの控え場所に戻ってください。

#### 控え場所にて

- ① 密にならないように前後左右1つ、間隔を空けて座ってください。
- ② 声を出すことや指笛などでの応援は禁止します。(拍手は可)
- ③ マスクは水分補給や補食などの場合を除いて外さないでください。

#### レース前アップ

- ① 更衣は朝のアップと同じです。
- ② 更衣室に荷物は置かないでください。
- ③ サブプールはレース前後のウォーミングアップとクールダウンのためにあります。アップやダウンが終わったらすみやかに移動してください。  
サブプールで絶対に遊ばないで下さい。

#### 招集場へ

- ① 連絡(放送・電光掲示板のテロップ)が有るまで、招集所には集まらないでください。
- ② マスクは付けたまま招集所に行ってください。レース直前までマスクを付け、外したマスクは袋に入れ自分のバッグに入れるなど管理を徹底してください。マスクを外したら話をしないようにしてください。
- ③ 招集所でも他の選手との距離を空け、話をしないで待ってください。
- ④ 役員の指示があるまで、移動しないでください。

#### レース終了後

- ① レースが終わり次第、速やかに、サブプール、更衣室、控え場所などに移動してください。
- ② 更衣を済ませたら、速やかに帰宅してください。
- ③ 各チームのコーチは、ミーティングなどはせず、レースが終わった選手から順次帰宅させてください。