



2021東京都協会主催秋季パワー、ベンチ大会出場選手各位

本大会参加に際し、お守りいただきたいこと、制限させていただくこと

- 以下の事項に該当するときは、参加を見合わせてください
 - ①体調がよくない（発熱、咳、咽頭痛等）
 - ②同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる
 - ③過去14日以内に入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航または当該居住者との濃厚接触がある。
- 必ずマスクを着用してください。
 - *試技の時以外はマスクを着用してください。ウォーミングアップもマスク着用をお願い致します。
- 非常口以外からの会場の出入りは厳禁です。施設を利用する一般のお客様との導線を分けるためです。ご協力ください。
- タオル・ウェアなど私物をアップエリア、試合前に待機するスペース等、共有スペースに持ち込む際、または置くときは、まとめてビニール袋などに入れて他の方の荷物と混在してしまうことが無いようにお気を付けください。
- こまめな手洗い、アルコールでの手指消毒をお願いいたします。
- なるべく社会的距離（最低1m）を確保してください。アップ中、競技中もお願い致します。
- パウダー状のすべり止め（炭酸マグネシウム）の利用は一切禁止とさせていただきます。液体チョークは使用可能です。他人との貸借りは控えていただき、ご自身用の液体チョークをご用意ください。メーカー、商品は問いません。
- 試技中の大声はお控え下さい。また応援をされる方も声出しは一切禁止です。
- 握手やハイタッチ、ハグなど、他の方との身体的接触はお控えください。
- 館内は検量室を除き、休憩室含めて食事禁止です。飲み物摂取は可能です。食事をとられる場合は、館外に出てお取りください。
- ごみは必ずお持ち帰りください。
- 新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」（COVID-19 Contact Confirming Application）のお客様のご利用を推奨します。



新型コロナウイルス
接触確認アプリ
厚生労働省公式

Android
Google Play



iOS
App Store

