

# パーソナルレッスンのご案内

9月13日(日)・20日(日)の記録会におきまして、  
外館 祥さん(2012年ロンドンオリンピック代表)にお越しいただきアッププールにおきまして、パーソナルレッスンを行っていただきます。  
この機会に是非、ご参加ください。

日 程： 2020年 9月 13日(日)  
2020年 9月 20日(日)

場 所： 東和薬品ラクタブドームサブプール

時 間： ①12:30~13:00  
②13:30~14:00

参加費： 1回 2,000円(当日お支払い)

定 員： 各10名

申し込み：メールまたはFAXにてお申し込みください。

当日受付にてお申し込みも可能です。事前に定員に達している場合もありますので、お早めのお申し込みをお勧めいたします。

MAIL：[taikai@swim-ms.com](mailto:taikai@swim-ms.com) FAX：06-6372-8125

①お名前 ②年齢 ③電話番号 ④参加日 ⑤参加時間 をご連絡ください。

※当日は、健康チェック表に必要事項を記入の上、ご持参ください。

※「新型コロナウイルス感染症拡大防止のための注意点」を必ず確認し、順守してください。

※レッスンまでは必ずマスクの着用をお願いいたします。

※参加される、時間の30分前より記録会受付(会場図参照)にて、入場手続きが可能です。

※レッスンのみ参加の方は、開始時間まではプールへの入水はできませんので予めご承知おきください。

## ★外館 祥 (そとだて しょう) さんプロフィール★

1991年8月5日生まれ

(北海道出身/近畿大学卒)

### 国際大会出場：

2005年 アジアエージ選手権(バンコク)

2009年 日豪対抗・ユース(キャンベラ)

2011年 ユニバーシアード(深圳)

2012年 ロンドン五輪

### ベストタイム：

50m 自由形 22" 72

100m 自由形 49" 43

200m 自由形 1' 47" 70

400m 自由形 3' 49" 03



## ～ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のための注意点および参加条件 ～

スイマーの皆様が健康で安心して泳げる環境を作ることに全力で取り組みたいと考えております。また、参加される皆様の協力が不可欠であり、これまで以上にルールとマナーが求められることが必至です。これから水泳の大会やスイムレッスンを持続的に開催するためには、ここで感染者を出すことは絶対にできません。皆様の前向きな姿勢と、ご協力をよろしくお願いいたします。

変化する状況を鑑みながら最新情報をホームページにてご案内させていただきますので、こまめにご確認ください。

### 【参加者の皆様へ】

申し込みにあたり、内容を必ず確認し了承のうえ、“うつさない”“うつらない”感染拡大防止対策に積極的にご協力いただきますようお願いいたします。なお、申し込み状況により安全を確保できないと判断した場合には、申し込み期間中でも締め切ります。

### 【参加条件】

下記の事項を確認・承諾のうえで申し込みをお願いいたします。

- (1) 下記の方は入場できません。
  - ① 大会日直前 2 週間において以下の事項に該当する方。
    - ・ 37.5 度を超える発熱がある
    - ・ 咳（せき）、のどの痛みなどの風邪の症状がある
    - ・ だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）がある
    - ・ 臭覚や味覚の異常がある
    - ・ 体が重たく感じる、疲れやすい等の症状がある
    - ・ 新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触がある
    - ・ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる
    - ・ 過去 14 日間以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等 への渡航または当該在住者との濃厚接触がある
  - ② 「7. 健康管理条件（4）」に記載の「健康チェック表」を当日入場時に提出されない方。
  - ③ 当日に①の症状がある方。
  - ④ 入場での検温（非接触体温計）により 37.5 度以上ある方。
  - ⑤ 参加者以外の方。
  - ⑥ マスクを着用していない方。（入水する間際まで）
  - ⑦ 感染拡大防止（3 密対策）に協力しない方。
- (2) その他の下記の注意事項についてお守りください。
  - ① 入場の際は必ず手指消毒を行ってください。
  - ② 貴重品ロッカーを有料（500 円）でお貸しします。それ以外のロッカーは利用できません。ロッカーの共用はおやめください。
  - ③ 大声および対面しての会話はご遠慮ください。
  - ④ 感染拡大防止のため、通行方法やゾーンなどの様々な規制がありますので、必ず主催者および競技役員の指示に従ってください。
  - ⑤ 絶えず人との距離を取るようになしてください。
  - ⑥ 内容が変更になる場合がありますので、案内をこまめに確認してください。
- (3) レッスンの中止について
  - ① 国・都道府県において、県境をまたぐ往來の自粛要請が一地域でも出た場合は中止いたします。
  - ② 記録会期間中に感染が認められた場合には、その時点で中止いたします。

## パーソナルレッスンのみ参加の方専用

### 健康チェック表

月 日	<input type="checkbox"/> 12:30~	<input type="checkbox"/> 13:30~
マスタース登録	<input type="checkbox"/> あり ・ <input type="checkbox"/> なし (下記個人ID・チーム名記入不要)	
チームID		
チーム名		
氏 名		
緊急連絡先	お名前	TEL
当日の体温	℃	

※1週間前より起床時に体温を計り記入してください。

| 月 日( ) |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| ℃      | ℃      | ℃      | ℃      | ℃      | ℃      |

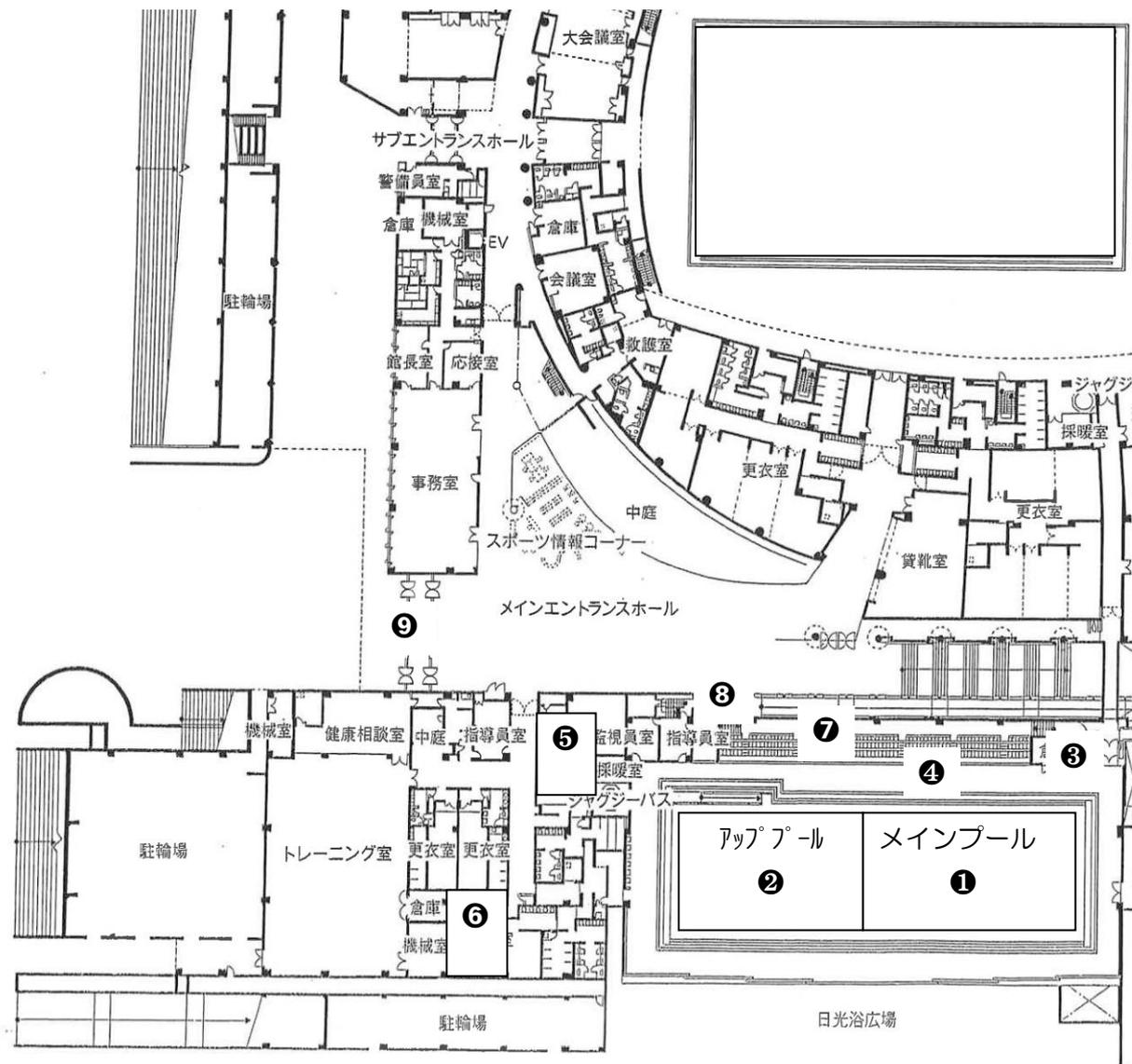
下記をご確認の上、14日間以内に該当するところにチェックをお願いします。

- 平熱を超える熱がない
- 咳・のどの痛みなどの風邪の症状がない
- だるさ(倦怠感等)・息苦しさ(呼吸困難)がない
- 嗅覚や味覚の異常がない
- 体が重く感じる、疲れやすい等がない
- 新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触はない
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がない
- 過去14日以内に政府からの入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、施設等への渡航または当該在住者との濃厚接触はない

※「新型コロナウイルス感染症拡大防止のための注意点および参加条件」に遵守し参加をお願いします。

※本票により収集した個人情報については、事務の目的を達成する上で必要なものであり、個人情報保護条例に基づき適正に管理するとともに目的以外の利用・保有はいたしません。

# 会場図



- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| ① メインプール       | ⑤ 男子更衣室         |
| ② ウォーミングアッププール | ⑥ 女子更衣室         |
| ③ 本部・救護席       | ⑦ 観覧席(選手控え室)    |
| ④ 招集席          | ⑧ 大会受付(記録証お渡し所) |
|                | ⑨ 玄関出入口         |