



# 新型コロナウイルス感染拡大防止を目的とした 練習会ガイドライン

2020年7月1日



# 練習会ガイドライン

①緊急事態宣言が発令されていない事

②練習会開始時間

7時～、8時～2部制

③健康チェックシートの提出

「WEB」or「用紙」に記入。非接触体温計準備。練習会前に提出。

※日本陸連ガイドライン参照

④アルコール消毒液の使用

給水時は必ず使用

⑤給水(基本は各自準備)

これまで通り給水は準備するがマイコップは当面中止。紙コップ使用。

⑥ソーシャルディスタンス確保、少集団(目安5名以下)毎の練習

⑦マスク着用の推奨

本練習前、後の着用。本練習は任意。※スポーツ庁HP参照

⑧非接触アプリ推奨

厚生労働省から発表されたアプリ(通称COCOA)のダウンロード推奨。

⑨ランナーのマナー10箇条の遵守

アールビーズ社公表の10箇条を参考。

⑩その他

・体調管理はあくまで「自己責任」でお願いします。

・ペットボトルキャップ運動は継続します」が自宅から持参した「乾いたもの」だけとします。

・他チームの事例で公園利用に関してクレームが上がったとの話あり。状況によっては練習場所の変更も検討しています。

・荷物は車で来場の方は極力車の中に。公園内保管の荷物を少なくします。

・(特にペース走時)競技場が使用できる場合は競技場を検討。手賀沼の場合、歩行者の多い1km折り返しコースは避け2km、5kmの折り返しを検討します。