

持ち物

運動しやすい服装・短なわとび・体育館用シューズ・水分

申込方法

(一社)愛媛県なわとび協会ホームページ内の「申込フォーム」よりお申込みください。申し込み締め切りは10月29日(金)です。ただし、先着80名となった時点で締め切らせていただきます。



注意事項

- ・ 新型コロナウイルス感染症拡大の影響等により、イベントの内容の変更や中止の可能性があります。あらかじめご了承ください。
- ・ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、受付で健康チェックシートの記入をお願いします。また、下の項目の遵守をお願いします。

○参加前には検温、体調チェックを行うこと

○以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせること

・ 体調がよくない場合 (例:発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合)

・ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

・ 過去14日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、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

○マスクを持参すること(スポーツを行っていない際や会話をする際には マスクを着用すること)

○こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること

○他の参加者や指導者との距離(できるだけ2m以上)を確保すること

○感染防止のために主催者側が決めたその他の措置の遵守、指示に従うこと

- ・ 当イベントにおいて発生した一切の事故や怪我・病気などの責任を負いかねますことをあらかじめご了承ください。
- ・ イベント中の様子がテレビ放映や新聞等の報道、(一社)愛媛県なわとび協会ホームページ、SNS等に名前や写真が掲載されることがあります。
- ・ 駐車場は運動場をご利用ください。数に限りがありますので、なるべく乗り合わせてお越しください。

注目!

なわとびは、コロナ禍におけるソーシャルディスタンスでも取り組める運動として注目されています。特に短なわは、1人でいつでもどこでも取り組める手軽な運動です。また、1日10分のなわとびは、30分のジョギングと同じ効果があるという研究結果もあります。この交流会では、なわとびの基礎基本について学んだり、なわとびのいろいろな楽しみ方を学んだりすることができます!