

1月練習計画表

	活動内容	時間	場所	備考
8(土)	通常コース 選手コース 体操教室	16:30~17:30 17:40~19:15 19:15~20:15	菅田公民館	
9(日)	プレ大会	13:00~15:00	国立大洲青少年 交流の家体育館	※希望者のみ
12(水)	お休み			※会場使用不可
15(土)	通常コース 選手コース 体操教室	16:30~17:30 17:40~19:15 19:15~20:15	菅田公民館	
16(日)	お休み			※会場使用不可
19(水)	選手コース	18:30~20:00	菅田公民館	
22(土)	通常コース 選手コース 体操教室	16:30~17:30 17:40~19:15 19:15~20:15	菅田公民館	
23(日)	選手コース(自主練習)	17:00~18:30	菅田公民館	16:00~自主練可
26(水)	選手コース	18:30~20:00	菅田公民館	
29(土)	通常コース 選手コース	16:30~17:30 17:40~19:15	菅田公民館	
30(日)	選手コース(自主練習)	17:00~18:30	菅田公民館	16:00~自主練可

コロナウイルス感染症拡大防止のため、次のことに御協力ください。

【参加者の遵守事項】

- 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