

2021年11月 日程表(総合体育館)

11月

火曜日	2日	9日	16日	30日
土曜日	6日	20日		

検 温 は

練習開始15分前から始めます

	火曜日	土曜日		火曜日	土曜日
a	15:30~16:20	11:30~12:20	A	15:40~16:30	11:30~12:20
B	16:00~16:50	11:00~11:50	C	16:40~17:30	10:40~11:30
D	17:00~17:50	10:10~11:00	e	17:30~18:20	9:50~10:40
E	17:50~18:40	9:20~10:10	F	18:20~19:10	9:00~9:50

注 意 点

プールへ来る前に 熱 咳 具合が悪い時は 無理をせず休んで下さい

体温チェックで 37度以上が 何度か出た場合は 電話をしますので

緊急連絡先が変更した場合はお知らせください

下記の点はご家庭でもご指導お願い致します

- ・ロッカー室で マスクなしでは 話をしない
- ・マスクは 泳ぐ準備が出来るまで外さない
- ・マスクは 練習が終わり シャワーを浴び頭と顔を拭いて速やかにつける
- ・プールサイドでは 人との距離をとる
- ・練習後 館内でお菓子等は食べない

冷水機は使用出来ないなので水分は各自で用意してください

靴袋は必ずお持ちください