

自由研究の心得

本部道場を暫定的に再開するにあたり、下記の注意を払って行いますので、会員のみなさまのご理解とご協力を何卒よろしくお願い致します。

1、入り口

- ・道場に入る前に指導員が体温を測らせていただきます。
- 37度5分以上の方の稽古はご遠慮いただきます。
- ・設置しています除菌ジェルで手の消毒、除菌スプレーで洋服の除菌を行ってください。

2、道場内

- ・着替えは、ひとりひとり、間隔をとって行ってください。順序良く行いましょう。
- ・道場、更衣室は指導員が2時間ごとに消毒いたします。こまめな手洗いなど、みなさまのご協力をよろしくお願い致します。

3、稽古

- ・開館時間内は、基本的に窓を全開にします。防寒対策はしっかりとってきてください。
(お稽古は道着でなくてもかまいません。暖かい格好でいらしてください。)
- ・お稽古はマスク着用のみでも構いません。
- ・会員および指導員は1メートル以上の間隔をあげ、密接、密着を防ぐよう、互いに心がけましょう。
- ・対面、接触する組手稽古は原則禁止です。
- ・当面の間、気合い無しの自主研究および稽古となります。

その他

- ・過去14日以内に、入国制限、入国後の観察期間を必要としている国・地域へ渡航した方ご家族の中で、37.5度以上の熱が続いている方がいる場合も、お稽古を自粛してください。
- ・最新情報により嗅覚、味覚などに異常を感じる方もご遠慮ください。
- ・政府および報道機関より新しい情報が入り次第、適宜、心得を更新させていただきます。

以上

気持ちよく使用できるよう、お互いが「優」の一字でお稽古に励んでいただけたら幸いです。時節柄、さまざまなお不便をおかけいたしますが、力を合わせ、みんなで乗り越えましょう！

どうぞよろしくお願い致します。

空優会 代表 高橋優子
指導員一同