

## 選手各位

### 本大会参加に際し、お守りいただきたいこと、制限させていただくこと

本大会は、日本ボディビル・フィットネス連盟の感染拡大予防ガイドラインに沿って運営いたします。

選手の皆様におかれましては、ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

- 以下の事項に該当するときは、参加を見合わせてください
  - ①体調がよくない（発熱、席、咽頭痛等）
  - ②同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる
  - ③過去14日以内に入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域への渡航または当該居住者との濃厚接触がある
  
- 必ずマスクを着用してください。
  - \*ステージ上は外す
  - \*熱中症に注意
  
- パンプは個人で行い、器具の使いまわしはお控え下さい。
  
- 待機中またはパンプする際も十分な距離を保ち、タオル・ウェアなど私物を共有スペースに持ち込むまたは置くときは、まとめてビニール袋などに入れてください。
  
- こまめな手洗い、アルコールでの手指消毒をお願いいたします。
  
- 社会的距離（最低1m）を確保してください。
  - \*バックステージ、競技中も適用
  
- 握手やハイタッチ、ハグなど、他の方との身体的接触はお控えください。
  - \*特に審査終了後、バックステージ、控室等
  
- トイレを流す際は、必ず蓋を閉めてから行ってください。
  
- ごみは必ずお持ち帰りください。
  
- 新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」（COVID-19 Contact Confirming Application）のお客様のご利用を推奨しています。



# 新型コロナウイルス 接触確認アプリ

厚生労働省公式

**Android**

**Google Play**



**iOS**

**App Store**

