

# 新型コロナウイルス感染予防対策 レッスン受講マニュアル

2021年4月15日

## ①マスクの着用必須

かならず鼻まで着用し、館内では外さないでください。  
マスク未着用のフェイスシールド・マウスシールドの使用は禁止と致します。

## ②身体に触れ合うコミュニケーションの禁止

レッスンの際の身体の使い方を覚える時、  
レッスン時間外にプライベートの会話をされる際、  
スタッフとやりとりをする際など  
互いの身体に触れあうコミュニケーションは当面禁止とさせていただきます。

## ③立ち位置を必ず守って、 ご予約いただいた立ち位置印の上で受講

1.1m～1.2mの距離が保てるよう立ち位置の指定をしております。  
必ず印の上での受講をお願い致します。  
\*クラスによって受講人数が少ない場合は講師の指導の元  
安全確保のため受講間隔をさらに広くとってください。

## ④大きな発声の禁止

大きな声を発する場合、フィジカルディスタンスを  
2m以上とらなくてはなりません。  
大きな発声はお控えください。（例：空手の際の掛け声のような声）

## ⑤スタジオ内での水分補給禁止

水分補給はスタジオ内で行わず廊下にて  
お互いに手を伸ばして触れ合わない距離に立ち  
壁に向かって黙って行なってください。  
これからの時期、熱中症対策のためにもこまめに水分補給を行なってください。

# 新型コロナウイルス感染予防対策 レッスン受講マニュアル

2021年4月15日

## ⑥水分補給中の会話禁止

マスクを外した状態になるため、絶対に会話をしないでください。  
水分補給の際は廊下、エントランス全てを利用して  
間隔をあけて行なってください。  
会話をする際は必ずマスクを着用した状態で行なってください。

## ⑦レッスン前後の廊下での立ち話は5分まで

講師・スタッフ・会員さま同士での会話を館内でする場合、  
互いにしっかりマスクを鼻までつけた状態で  
手を伸ばして届かない位置で5分以内にとどめてください。  
それ以上の時間を要する会話は安全のため店舗外にて行なってください。

## ⑧館内での食事の禁止

館内での食事は全面禁止とさせていただきます。

## ⑨更衣室の同時使用は 男性3名・女性8名まで

更衣室内での密を避けるため、1度にご入室いただける人数を  
定めさせていただきます。順番に譲り合って、距離を保ちながらご使用ください。

## ⑩レッスン終了後は20分以内に退店

館内の密をさけるため、レッスン終了後はすみやかに退店をお願い致します。  
廊下での長期滞在は絶対にお控えください。

ご面倒をおかけしますが、ご受講の際には以上のことを必ずお守りください  
これらを守らない場合、万が一無症状陽性患者がいた際は、濃厚接触者となり2週間の経過観察が必要となります  
感染させない、感染しないためにも皆様のご協力をよろしくお願いいたします