

第34回茨城県ベンチプレス選手権大会運用ガイドライン

(公社)日本パワーリフティング協会 新型コロナウイルス感染症対策運営ガイドライン参考

本大会開催において、新型コロナウイルスの感染に配慮し、大会運営ガイドラインは下記のとおりとなります。

参加される選手・役員は、ガイドラインを遵守し、クラスター(感染者集団)の発生リスク低減のため、出来る限りの努力とご協力をお願いいたします。

また、会場入口にて茨城県が推奨する感染拡大の防止を目的とした「いばらきアマビエちゃん」に登録いただきます。

[「いばらきアマビエちゃん」アプリについて](#) [アプリの使用方法](#)

◎大会当日及び過去2週間以内に以下のような事例があった場合は参加を見合わせてください。

- 体調がよくない場合(例:発熱・咳・咽頭痛・味覚異常などの症状がある場合)
- 同居家族や身近な人に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいるもしくは、感染が疑われる人と接触した場合。
- 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や地域等への渡航または、当該在住者との濃厚接触がある場合。

【会場において】

1. 入室

- 参加選手・役員は大会当日の朝、会場入口にて検温と体調確認をしてください。

注) 検査の結果、発熱があると認められた方、体調不良と思われる方には入場をお断わりしお帰り頂くなど必要な感染予防の措置を講じる場合がありますので、予めご承知ください。

- 競技フロア/観覧席の出入口は、1ヶ所で通行証を配付します。

2. 受付

- 受付の際、事前配付した健康チェックシートを会場入口にて提出してください。
健康チェックシートは各自でプリントアウトし自宅で記入して持参

- 受付では、大会プログラム、試技カード(重量申請)、通行証を配付します。
※ 個人の筆記用具をご使用ください。

3. 検量

- 検量は三密の起こりやすい場面です。ソーシャルディスタンスを守り、手指の消毒を心掛け、マスク着用の上で会話は最小限にしてください。
- 受付終了後、全ての選手は観覧席で待機してください。
- 放送で指示のあった者から順に検量室に移動してください。
- 靴下着用を任意対応とします。
但し、検量体重ギリギリの人、戦略的に体重を軽くしたい選手は脱いでもよい。
裸足の選手検量後は、ペーパータオルで拭く。

4. コスチュームチェック

- 検量同様コスチュームチェックは三密の起こりやすい場面です。ソーシャルディスタンスを守り、手指の消毒を心掛け、マスク着用の上で会話は最小限にしてください。
- 選手は放送の指示があるまで、観覧席で待機してください。

5. アップ場

- ウォームアップ中・試技中以外は、マスク(口や鼻を完全に覆うもので緑は肌に密着するもの)を着用し、手指の消毒・手洗いをまめに行ってください。
- アップ場へは、時間(タイミング)を決め、試合中のグループ選手・セコンドのみアップ場へ入場可能とし、デッドリフト最終グループ試技開始より、次のグループ入場を可とする。

6.競技中

- 参加選手であっても、ご自分の試技またはアップ時以外は、観覧席での待機となりますので予めご了承ください。
- 飛沫感染防止のため、通常大会で使用している炭酸マグネシウム(粉タイプ)は使用いたしません。代わりに液体タイプを用意しますので、個人の持ち込みはご遠慮ください。
- ベビーパウダーを使用する選手は、固形タイプのベビーパウダーをご用意ください。
- フルギア参加選手は、セコンド1名帯同可。ノーギア参加選手は基本セコンド無しでお願いします。

7.その他

- 会場への入場時間、退場時間を厳守してください。会場内に同時に多くの人が留まらないようにします。応援はすべて禁止とします。
- 茨城県の緊急事態措置等の強化・緩和に関する判断指標(茨城版コロナNextの対策Stage)がStage4になったら、大会は中止となります。
- 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、国が開発した接触確認アプリ「COCOA」も積極的な利用をお願いします。
- 感染予防に関して、係員の指示に従ってください。

第1回土浦市民ベンチプレス大会運用ガイドライン

(公社)日本パワーリフティング協会 新型コロナウイルス感染症対策運営ガイドライン参考

本大会開催において、新型コロナウイルスの感染に配慮し、大会運営ガイドラインは下記のとおりとなります。

参加される選手・役員は、ガイドラインを遵守し、クラスター(感染者集団)の発生リスク低減のため、出来る限りの努力とご協力をお願いいたします。

また、会場入口にて茨城県が推奨する感染拡大の防止を目的とした「いばらきアマビエちゃん」に登録いただきます。

[「いばらきアマビエちゃん」アプリについて](#) [アプリの使用方法](#)

◎大会当日及び過去2週間以内に以下のような事例があった場合は参加を見合わせてください。

- 体調がよくない場合(例:発熱・咳・咽頭痛・味覚異常などの症状がある場合)
- 同居家族や身近な人に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいるもしくは、感染が疑われる人と接触した場合。
- 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や地域等への渡航または、当該在住者との濃厚接触がある場合。

【会場において】

1. 入室

- 参加選手・役員は大会当日の朝、会場入口にて検温と体調確認をしてください。

注) 検査の結果、発熱があると認められた方、体調不良と思われる方には入場をお断わりしお帰り頂くなど必要な感染予防の措置を講じる場合がありますので、予めご承知ください。

- 競技フロア/観覧席の出入口は、1ヶ所で通行証を配付します。

2. 受付

- 受付の際、事前配付した健康チェックシートを会場入口にて提出してください。

健康チェックシートは各自でプリントアウトし自宅で記入して持参

- 受付では、大会プログラム、試技カード(重量申請)、通行証を配付します。

※ 個人の筆記用具をご使用ください。

3. 検量

- 検量は三密の起こりやすい場面です。ソーシャルディスタンスを守り、手指の消毒を心掛け、マスク着用の上で会話は最小限にしてください。

- 受付終了後、全ての選手は観覧席で待機してください。

- 放送で指示のあった者から順に検量室に移動してください。

- 靴下着用を任意対応とします。

但し、検量体重ギリギリの人、戦略的に体重を軽くしたい選手は脱いでもよい。

裸足の選手検量後は、ペーパータオルで拭く。

4. コスチュームチェック

- 検量同様コスチュームチェックは三密の起こりやすい場面です。ソーシャルディスタンスを守り、手指の消毒を心掛け、マスク着用の上で会話は最小限にしてください。

- 選手は放送の指示があるまで、観覧席で待機してください。

5. アップ場

- ウォームアップ中・試技中以外は、マスク(口や鼻を完全に覆うもので緑は肌に密着するもの)を着用し、手指の消毒・手洗いをまめに行ってください。

- アップ場へは、時間(タイミング)を決め、試合中のグループ選手・セコンドのみアップ場へ入場可能とし、デッドリフト最終グループ試技開始より、次のグループ入場を可とする。

6.競技中

- 参加選手であっても、ご自分の試技またはアップ時以外は、観覧席での待機となりますので予めご了承ください。
- 飛沫感染防止のため、通常大会で使用している炭酸マグネシウム(粉タイプ)は使用いたしません。代わりに液体タイプを用意しますので、個人の持ち込みはご遠慮ください。
- ベビーパウダーを使用する選手は、固形タイプのベビーパウダーをご用意ください。
- フルギア参加選手は、セコンド1名帯同可。ノーギア参加選手は基本セコンド無しでお願いします。

7.その他

- 会場への入場時間、退場時間を厳守してください。会場内に同時に多くの人が留まらないようにします。応援はすべて禁止とします。
- 茨城県の緊急事態措置等の強化・緩和に関する判断指標(茨城版コロナNextの対策Stage)がStage4になったら、大会は中止となります。
- 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、国が開発した接触確認アプリ「COCOA」も積極的な利用をお願いします。
- 感染予防に関して、係員の指示に従ってください。