

14. 飲食

食事は、許可された座席で行ってください。水分補給は、各自の判断で適宜行ってください。

15. 階段

プールサイドへ下りる階段では、競技役員が誘導を行います。係の指示に従ってください。階段を下りた時・上がる前に毎回、必ずトイレで手洗い・うがいをお願いします。必ず石けんと水で30秒以上かけて手を洗ってください。



16. 更衣室

更衣のみを使用できます。定員を設けますので、速やかに更衣を行ってください（5分以内）。なお、ロッカー・ドライヤーの使用はできません。係の案内に従い、更衣室を使用してください。



17. 女子専用荷物置場

通常の競技会では、女子専用荷物置場を設置してありますが、感染症対策が難しいため設置できません。各自の荷物には十分に気を付けてください。

18. アップ

入館後、競技が始まる10分前まで、メインプール（電光表示側）・B面（ダイビング塔側）・サブプール・ダイビングプールを利用できます。なお、競技中は、サブプール・ダイビングプールの利用ができません。三密回避のため、1レーンに入る人数を制限します。

19. 練習道具

練習道具の共有はしないでください。

20. ストレッチ

ダイビングプール横に利用人数を制限して、ストレッチ・体操等を行うスペースを設けます。1人1回あたり30分を目安に、係の案内に従い利用してください。ストレッチスペース利用後は除菌作業を行います。マット等が必要な場合は各自準備をしてください。定められた場所以外でのストレッチ等は禁止します。ボックス席・通路の利用はできません。



21. 招集

マスクを着用し人と人との間隔を必ず保って、競技開始時刻（自分の泳ぐ組に合わせて）の10分前に集合してください。荷物を入れるビニール袋と、マスクを入れるビニール袋を渡します。指示があるまではマスクを外さないでください。

