

## ◆個人開放（各競技）について◆

※2021年9月10日(金)掲載

【競技名】剣道			※新型コロナウイルス感染防止に伴う、緊急事態宣言延長につき、9月30日(木)まで夜間枠に変更あり。						※印 次回優待券配布対象		
対象者	利用曜日	時間帯	臨時 1枠分割 運営時間	臨時 1枠分割運営 入場制限人数	臨時 1枠分割運営 利用時間	運営方法	受付場所	受付方法	整理券 配布時間	待機場所	
区民・区民外	火曜、木曜	夜間	18:00~20:00	24人	1時間程度	入替えなし	1F特設受付	定員打ち切り	17:30	なし	
		夜間	18:00~20:30	24人	1時間程度	—		—	—		
	第1・3・4土曜	午後①部	①13:00~14:30	24人	1時間程度	①部・②部入替え制		①部は定員打ち切り	12:30		
		午後②部	②15:00~16:30	24人	1時間程度			②部は整理券発行	—		
		夜間	18:00~20:00	24人	1時間程度	入替えなし		定員打ち切り	17:30		
	第1・4日曜	夜間	18:00~20:30	24人	1時間程度	—		—	—		
		午前	9:00~12:00	24人	3時間	入替えなし		定員打ち切り	8:50		
		午後①部	①13:00~14:30	24人	1時間程度	①部・②部入替え制		①部は定員打ち切り	12:30		
		午後②部	②15:00~16:30	24人	1時間程度			②部は整理券発行	—		

※夜間時間帯が変更になります。夜間18:00~20:00の時間で開催いたします。

※新型コロナウイルス感染状況によっては、都度、変更する場合がございます。ご注意ください。

練習内容について						注意事項				
<ul style="list-style-type: none"> <li>・当面の間、稽古時間を短縮で行う時間帯がございます。</li> <li>・一般的な自由稽古は行っていません。</li> <li>・稽古中の発声を慎んでください。</li> <li>※指導員の指示にしたがってご参加願います。</li> </ul>						<ul style="list-style-type: none"> <li>・原則フェイスシールド、マスク着用をお願いします。</li> <li>※新型コロナウイルス感染対策を実施しています。</li> <li>・午後、夜間開催について、時間を修正</li> <li>※終了後、利用者は着替え、指導員による場内整備などのため</li> </ul>				

【競技名】柔道			※新型コロナウイルス感染防止に伴う、緊急事態宣言延長につき、9月30日(木)まで夜間枠に変更あり。						※印 次回優待券配布対象		
対象者	利用曜日	時間帯	臨時 1枠分割運営 時間	臨時 1枠分割運営 入場制限人数	臨時 1枠分割運営 利用時間	運営方法	受付場所	受付方法	整理券 配布時間	待機場所	
区民・区民外	火曜・木曜	夜間	18:00~20:00	30人	2時間	入替えなし	1F特設受付	定員打ち切り	17:30	なし	
		夜間	18:00~21:00	30人	3時間	—		—	—		
	第1・4日曜	午前	9:00~12:00	30人	3時間	入替えなし		定員打ち切り	8:50		
		午後①部	①13:00~15:00	30人	2時間	①部・②部入替え制		①部は定員打ち切り	12:30		
		午後②部	②15:00~17:00	30人	2時間			②部は整理券発行	—		

※夜間時間帯が変更になります。夜間18:00~20:00の時間で開催いたします。

※新型コロナウイルス感染状況によっては、都度、変更する場合がございます。加えて、ご注意ください。

練習内容について						注意事項				
<ul style="list-style-type: none"> <li>・コロナ対策をしての稽古を行います。</li> <li>・受け身、筋力トレーニング、一人打ち込みに重点を置き練習を行います。</li> </ul>						<ul style="list-style-type: none"> <li>・夜間開催について、時間を修正</li> </ul>				

【競技名】空手			※新型コロナウイルス感染防止に伴う、緊急事態宣言延長につき、9月30日(木)まで夜間枠に変更あり。						※印 次回優待券配布対象	
対象者	利用曜日	時間帯	臨時 1枠分割運営 時間	臨時 1枠分割運営 入場制限人数	臨時 1枠分割運営 利用時間	運営方法	受付場所	受付方法	整理券 配布時間	待機場所
区民・区民外	第1・3・4土曜	午後①部	①13:00~14:40	24人	1時間40分	①部・②部入替え制	1F特設受付	①部は定員打ち切り	12:30	なし
		午後②部	②15:00~16:40	24人	1時間40分			②部は整理券発行	17:30	
		夜間	18:00~20:00	24人	2時間	入替えなし		定員打ち切り	—	
		夜間	18:00~20:30	24人	2時間30分	—		—	—	

※夜間時間帯が変更になります。夜間18:00~20:00の時間で開催いたします。

※新型コロナウイルス感染状況によっては、都度、変更する場合がございます。ご注意ください。

練習内容について						注意事項				
<ul style="list-style-type: none"> <li>・午後開催は、②部制にて開催。</li> <li>1、基本練習 / 2、移動基本 / 3、組手の分解移動 / 4、型 ※組手は行いません。</li> <li>・稽古中の発声は慎んでください。</li> </ul>						<ul style="list-style-type: none"> <li>・原則、マスク着用とします。</li> <li>・夜間開催について、時間を修正</li> </ul>				