

every テニスクラブ 熱中症対策について

5月ですでに北海道から西日本にかけて35度を超える猛暑日が発生しました。今年の夏も非常に暑くなることが予想されます。

皆様に健康で楽しくテニスをプレーして頂く為に下記注意事項を守って頂くようお願いいたします。

事故が起こってしまう前に注意喚起・予防対策を行いたいと思います。

1. こまめな休憩・水分補給

レッスン中に休憩と給水時間を取ります。また、ご自身でも意識的に休憩・水分補給をお願いします。

2. 扇風機の設置

クラブハウス側に扇風機を用意しますのでご利用ください。

3. 服装

できるだけ薄着で、吸湿性や通気性の良い素材のものを着用してください。

日中は帽子をかぶるようにしてください。

4. 体調不良

体調が少し悪いかな？と思われた時は休むようにしてください。

5. クラブハウスでのクールダウン

クラブハウスのクーラーの効いた環境でしっかりとクールダウンしてください。

レッスン中での利用もかまいません。

6. シャワーの利用

レッスン終了を冷たいお水でシャワーを浴びて汗を流してクールダウンしてください。

7. 日曜日プレイコートの中止

日曜日のプレイコートは7月1日～8月31日までクローズとします。

7/14、7/21、8/4、8/18はクローズとします。その他はイベントを行います。

