

# Tênis

## PROTOCOLO NOVAS REGRAS

Atualizado em 07/2020

### PREPARAÇÃO ANTES DO JOGO

- Horário de funcionamento: De terça a domingo de 8h até 20h. Vestiários fecharão pontualmente às 20h30;
- Marcação de quadra: presencialmente no Setor de Tênis por ordem de chegada, conforme regulamento;
- Mediante a redução do horário de funcionamento do tênis, as quadras 1, 2, 3, 7 e 8 serão destinadas aos jogos de duplas. Conforme Art. 4 do regulamento;
- Lavar sempre as mãos antes de entrar na quadra ou utilizar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Trazer todo seu equipamento higienizado. Não compartilhar raquetes, munhequeiras, overgrips, bonés, toalhas, etc;
- Levar sua própria garrafa de água e/ou isotônico para evitar tocar em torneiras ou botões de bebedouros;
- OBRIGATÓRIO: usar máscara antes da partida. Considerar precauções adicionais como o uso de luvas;
- Chegar no clube próximo ao horário marcado. Evitar a circulação na Sede Lagoa;
- Evitar tocar em portões, grades, bancos, etc;
- Caso apresente algum sintoma de Covid-19, é fundamental que desmarque o jogo.

### DURANTE O JOGO

- Tentar manter pelo menos 2 metros de distância do outro jogador. Evitar o contato físico (como aperto de mãos);
- Evitar contato incidental nos jogos de duplas. Evitar ao máximo chegar perto do seu parceiro;
- Evitar tocar em seu rosto durante o jogo. Evitar mudanças de lado durante o jogo;
- Manter-se afastado de outros associados quando fizer uma pausa no jogo;
- Caso uma bola de outro jogo entre na quadra em que estiver, devolva com a raquete, evitando tocar com as mãos.

### APÓS O JOGO

- Sair da quadra o mais rápido possível para manutenção;
- Recolocar a máscara e lavar bem as mãos após o jogo ou usar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Vestiários liberados para banhos: respeitando o limite máximo de 15 pessoas com tempo limite de 15 minutos de uso dos chuveiros por pessoa;
- PROIBIDO: atividades sociais ou aglomerações nas dependências da Sede Lagoa;
- NÃO cumprimentar o parceiro. Inove o cumprimento usando as raquetes ou cotovelos;
- É recomendável que os associados deixem as instalações do clube imediatamente após os jogos.

### MANUSEIO DE BOLAS

- Preferencialmente usar bolas novas. Não compartilhar bolas após os jogos.

### AULAS DE TÊNIS

- Horários das aulas: De 8h às 20h (Quadras 9, 10 e 11); De 8h às 17h (Quadra 6).

### PADRÕES RECOMENDADOS

- Se algum associado apresentar qualquer sintoma, este protocolo indica a procura imediata ao auxílio de profissionais da saúde, e sob hipótese alguma indica o seu retorno à prática esportiva no clube;
- Se algum associado tiver sintomas de Covid-19 dentro de 14 dias após a prática do tênis, deverá informar imediatamente a todos agentes envolvidos, adversários, além da administração do clube e seguir as recomendações das autoridades locais;
- Não poderá ter acesso ao clube o associado que tenha sintomas ou que esteve com contato com alguém com sintomas nos últimos 14 dias;
- Caso faça parte do grupo de risco indicado pelas autoridades competentes, evite a ida ao clube;
- É obrigação de todos seguir as restrições e recomendações governamentais, além de respeitar as regras do Setor de Tênis do Jockey Club Brasileiro.

