

# FASE 1

– A partir del 11 de mayo –

# Recomendaciones para la práctica del Tenis

## FASES de la desescalada tras el COVID19



○ Respetar las normas de las autoridades y los protocolos del Club en todo momento.



○ Llegar vestido de juego con el tiempo justo para salir a jugar.



○ Mantén la distancia de 2 m. con las personas.



○ Usar mascarilla y guantes hasta entrar a la pista.



○ Lavar y desinfectar tus manos antes y después de jugar.



○ No tocar las vallas o la puerta de acceso a la pista.



○ Llevar tu bebida y toalla, no compartas.



○ Limpiar el equipo de juego antes y después de jugar.



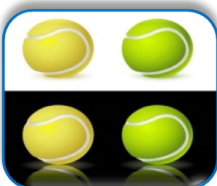
○ No te toques la cara con las manos.



○ Usar pañuelos desechables al estornudar o limpiarte.



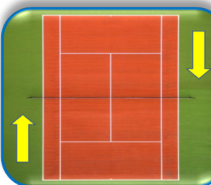
○ Cubrir tus toses y estornudos.



○ Jugar con pelotas nuevas a ser posible.



○ Usar raqueta y pie para recoger la pelota y mandársela al adversario.



○ Cruzar la pista por el lado opuesto de tu compañero.



○ Evitar el saludo al final del encuentro.



○ No utilizar las duchas ni vestuarios del Club.



○ No permanecer en el Club después de jugar.