

## REGOLE DEL TENNIS SICURO PER I PRATICANTI

- L'ingresso all'impianto sportivo è consentito ai soli giocatori, non sono ammessi accompagnatori;
- L'ingresso in campo deve avvenire non per gruppi ma singolarmente
- In prossimità dei campi devi arrivare sempre con mascherina, guanti e gel igienizzante nel porta-racchette;
- Mantieni sempre la distanza di sicurezza di almeno un metro prima, durante e dopo aver giocato a tennis;
- Evita di toccare le recinzioni e gli eventuali arredi del campo, in caso di contatto usa il gel igienizzante;
- Quando giochi, ricordati di indossare il guanto con la mano non dominante con cui lanci la palla nel servizio o raccogli le palline;
- Se non riesci a giocare con il guanto, poiché giochi il rovescio a due mani, utilizza il gel igienizzante ad ogni cambio campo;
- Sarà necessario abbandonare il campo 10 minuti prima per consentire di liberare tranquillamente i campi ed evitare assembramenti;
- È assolutamente vietato l'uso degli spogliatoi, bagni e macchinette caffè e bibite;
- La stretta di mano, o il "batti cinque" puoi sostituirla con un tocco della punta della racchetta con quella del tuo compagno di gioco;
- Prima e dopo il match lavati accuratamente le mani e appena puoi utilizza il gel igienizzante;
- Cambia campo dal lato opposto rispetto al tuo avversario; se non è possibile ricordati la distanza di sicurezza;
- Si raccomanda di frequentare i campi solo se nell'ultima settimana non si è avuta una temperatura corporea superiore a 37,5°;
- Si raccomanda di igienizzare all'ingresso e all'uscita dai campi gli arredi che sono stati utilizzati o che si prevede di utilizzare;
- Togli l'over-grip al termine di ogni incontro e rimettine uno nuovo prima del successivo;
- Porta con te i tuoi rifiuti al termine dell'incontro e smaltiscili presso il tuo domicilio.

Per ogni aspetto non contemplato si rimanda alle norme nazionali e regionali per il contenimento del contagio da corona virus COVID-19.