



PROTOCOLO PARA LA PRÁCTICA DE TENIS

El objetivo del presente protocolo es proporcionar las guías básicas para la práctica de tenis en el entorno actual de afectación global por la pandemia COVID-19, definiendo las pautas de aplicación antes, durante y después de la práctica del deporte.

Su implementación se dirige a todas aquellas personas que estén relacionadas con la práctica del tenis (jugadores, profesores, preparadores físicos, personal de mantenimiento de canchas, personal administrativo de tenis, dirigentes), por lo que serán responsables de familiarizarse con el protocolo y salvaguardar su cumplimiento y aplicación.

El tenis presenta características naturales que le facilitan cumplir con las normativas de higiene y prevención solicitadas:

- El tenis respeta naturalmente la distancia recomendada por los Organismos de la Salud bajo la situación particular del COVID 19.
- La práctica se realiza en canchas al aire libre o cubiertas con excelente ventilación.
- No existe el roce ni el mínimo contacto entre quienes lo practican.
- La práctica puede desarrollarse sin público presente ni aglomeración de personas, salvo las que se encuentran en cancha.
- El saludo característico de “darse la mano” al finalizar la práctica bajo estas circunstancias, será removido o reemplazado por nuevas modalidades (por ejemplo, “chocar las raquetas”).

Teniendo en cuenta los beneficios que brinda el tenis, y el deporte en general, a la salud de las personas, es que la **FEDERACION ENTRERRIANA DE TENIS** se compromete a establecer el siguiente protocolo de higiene, sobre la base de las recomendaciones más recientes publicadas por el gobierno federal y el estatal, con el objeto de, bajo una serie de pautas, lograr la práctica segura del tenis.





PAUTAS INSTITUCIONALES-ADMINISTRATIVAS

SE SUGIERE A LOS CLUBES

- Implementar un sistema de reserva de cancha y/o clases on line a los fines de evitar el uso de casilla de tenis.
- Evitar que los jugadores sean atendidos personalmente por consultas de información u otras cuestiones (Atención Remota).
- Colocar cartelera didáctica con el fin de evacuar la mayor cantidad de dudas posibles, así como el presente u otros protocolos con información sobre las medidas de seguridad y salud de los actores implicados en la vida de las instituciones deportivas.
- Cartelera informativa con asignación previa de canchas tales como pizarras indicativas en el ingreso a las mismas con determinación horaria
- Ofrecer jabón, desinfectante de manos o toallitas húmedas en todos los puntos de contacto, como en la recepción, bar/cantina y club house.
- Limpiar todas las superficies, como mostradores, mesas, picaportes, griferías de baños, baños.
- Limpiar las superficies en las que pueda haber sangre, fluidos corporales, o secreciones o excreciones
- Usar equipo de protección personal, incluidos delantales, guantes y máscaras, durante la permanencia dentro del club
- Recordar a diario sobre la necesidad de lavarse las manos y adoptar los demás principios de buenas técnicas de higiene, y alentar a todos, en especial a los menores, a ponerlos en práctica
- Colocar letreros sobre las técnicas de lavado de manos e higiene en puntos estratégicos, como en todos los lavatorios, comedores, bares/cantinas y junto a las canchas
- El gimnasio cubierto permanecerá cerrado.
- Los espacios sociales, incluidas tribunas y zonas de asiento a la sombra, permanecerán cerrados o delimitados.
- El club house o instalaciones contiguas se usarán SOLO para fines administrativos.
- Las duchas y vestuarios permanecerán cerrados.
- Los baños se usarán solo para casos de urgencia.
- La cantina permanecerá cerrada; solo podrá ofrecer servicio de comida para llevar.
- Se deben colocar letreros junto a las entradas con las normas de distanciamiento social y los protocolos correspondientes.





- Se implementará una política de puertas abiertas, con el fin de que no sean manipuladas constantemente por todos los actores que concurren al club.

Organización de actividades relacionadas con el tenis

- Acortar los tiempos de los entrenamientos y partidos para que haya un margen entre ellos
- Limitar la cantidad de alumnos/jugadores por cancha de 2 a 4 personas como máximo (además del entrenador, en caso de que sea un entrenamiento)
- Recomendar a los jugadores que no cambien de lado.
- Siempre que sea posible, dejar una cancha libre entre medio de dos canchas o dejar una distancia de 10 metros como mínimo entre los grupos que estén jugando partidos o entrenando.
- Promover técnicas de prevención y dar el ejemplo.
- Implementar maneras de minimizar el contacto de los jugadores y entrenadores
- Mantener al equipo y a los jugadores informados sobre las medidas que se tomen
- Llevar un registro de quiénes asisten a las actividades y su información de contacto
- Dejar las puertas/los portones abiertos mientras el establecimiento esté abierto para que los jugadores no necesiten usar los picaportes para ingresar

PAUTAS PARA EL SOCIO-JUGADOR

Estas pautas serán comunicadas en redes sociales y con cartelería en las instalaciones del club (ver ANEXO 1)

Antes de ir a jugar

Quédate en casa si:

- Has estado en contacto con alguna persona con COVID-19 en los últimos 14 días
- Has estado en el extranjero o expuesto a alguna persona con COVID-19 en los últimos 14 días
- Tienes síntomas gripales
- Si estás en una categoría de alto riesgo, no debes dar clases de tenis ni jugar al tenis en ningún momento durante este período. El gobierno federal incluye las siguientes categorías en la definición de categoría de alto riesgo:
- Personas con sistemas inmunitarios debilitados
- Personas mayores de 70 años
- Personas con diagnóstico de afecciones médicas crónicas (como enfermedades pulmonares o insuficiencia renal)
- Personas con diabetes
- Niños pequeños (menores de 5 años) y bebés





A la hora de ir a jugar

- Siempre se deben cumplir todos los protocolos de distanciamiento social y los procedimientos de limpieza e higiene habituales.
- Solo deben estar en la cancha las personas que van a jugar o entrenar.
- Se debe llegar al lugar sobre la hora en la que se jugará o se entrenará y retirar del lugar apenas finalizada la actividad.
- A efectos de cumplir con las directrices de seguridad infantil correspondientes, al menos un padre o tutor debe acompañar a los niños pequeños y quedarse mientras dure la actividad.
- Se debe limpiar el calzado antes y después de la práctica.
- Evitar los sistemas de cierre de puertas de acceso a las canchas con picaportes o pasadores.
- El lavado de manos es obligatorio antes e inmediatamente después de haber realizado la actividad.
- La desinfección del material personal de juego y de cualquier otro material auxiliar (bancos, sillas, etc).
- Uso individual y personal de alcohol en gel durante práctica

Comportamientos

Para evitar contagiarte, debes:

- Lavarte o esterilizar las manos antes y después de jugar, y evitar tocarte la cara mientras juegas
- No compartir botellas de agua y llevar tu propia botella
- Lavarte las manos frecuentemente con agua y jabón o desinfectante de manos antes y después de comer, y después de ir al baño, estornudar y toser
- Cubrirte cuando toses y estornudas, y desechar de inmediato el pañuelo descartable que utilices
- Evitar tocarte la cara
- Prestar atención a las superficies que tocas

Clase de tenis esencial

Edades: Rigen en la práctica las disposiciones y recomendaciones del Ministerio de Salud de la Nación con respecto a las edades vulnerables.

Tiempo: El turno de asignación de cancha será de 60 minutos. El tiempo de juego será de 55 minutos, destinando un período de 5 minutos a higienizar la cancha y el material utilizado.

Horario: Se establecerá su política de apertura y cierre, así como la distribución horaria bajo criterio de evitar superposición de turnos y aglomeración de personas.





Equipamiento: Se recomienda el ingreso con la menor cantidad de elementos posibles e identificar la zona donde pueden dejar dichos elementos. Se desalienta el uso de muñequeras, vinchas.

Pelotas: Se recomienda limitar el uso excesivo de pelotas, así como el material didáctico. Se recomienda identificar las pelotas con una marca distintiva.

Modalidad de juego con profesor:

- Sólo estarán permitidas las clases individuales (Profesor +1) y clases grupales de un máximo de dos a cuatro alumnos. En el caso de la clase grupal, el ingreso a la cancha deberá realizarse de a un alumno por vez manteniendo el distanciamiento correspondiente, cada alumno deberá ubicarse en extremos opuestos de la cancha para dejar sus pertenencias.

- Los alumnos deberán mantener en todo momento la distancia mínima entre ellos. El profesor utilizará la misma referencia de 6-8 metros de distancia aproximada con respecto a los alumnos

- Deben evitarse los trabajos muy cercanos a la red. En el caso de peloteos entre los alumnos/jugadores, se recomienda que cada uno esté en el fondo de cancha

- Se recomienda la utilización de pocas pelotas para el dictado de la clase, a fin de mantener el control de las mismas.

- El único responsable de recoger las pelotas será el profesor, sólo el/ella podrá tocarlas con la mano.

- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase durante el período de duración de la misma.

Práctica entre Socios dos jugadores/as:

- Sólo estará permitida la modalidad en formato single.

- Utilizar un máximo de seis pelotas preferentemente nuevas, o en su defecto, previamente desinfectadas.

- Cada jugador tocará con sus manos únicamente las tres pelotas identificadas con una marca propia.

- El ingreso a la cancha deberá realizarse de a un jugador por vez manteniendo el distanciamiento correspondiente, cada jugador deberá ubicarse en extremos opuestos de la cancha para dejar sus pertenencias.

- Se recomienda realizar peloteos desde el fondo de cancha, evitando aproximarse a la red.

- Evitar los cambios de lado.

- Una vez que se termina el horario de práctica asignado, retirarse inmediatamente de las instalaciones.





ANEXO 1:

CARTELERÍA PARA COLOCAR EN INSTALACIONES DEL CLUB

ESTIMADO SOCIO

Para poder disfrutar de nuestro deporte favorito debemos seguir el protocolo impuesto de Seguridad e Higiene y así, evitar contagiarnos, para eso debes:

- Lavarte o esterilizarte las manos antes y después de jugar, y evitar tocarte la cara mientras juegas



Con agua



y jabón



palma con palma



en los dorsos de las palmas



entre los dedos



frotá el dorso de los dedos



frotá los pulgares



enjuagá con agua



secá tus manos con tu toalla



cerrá la canilla, sin tocarla, con tu toalla

No compartir botellas de agua, traé tu propia botella

- Lavarte las manos frecuentemente con agua y jabón o desinfectante de manos antes y después de comer, y después de ir al baño, estornudar y toser
- Cubrirte cuando toses y estornudas, y desechar de inmediato el pañuelo descartable que utilices
- Prestar atención a las superficies que tocas
- Evitar tocarte la cara



Muchas gracias





ESTIMADO SOCIO

Para poder disfrutar del tenis,
cumplir el protocolo impuesto de
Seguridad e Higiene y evitar contagiarnos,
debes tener en cuenta lo siguiente:



- Sólo estará permitida la modalidad en formato single.
- Utilizar un máximo de seis pelotas preferentemente nuevas, o en su defecto, previamente desinfectadas.
 - Cada jugador tocará con sus manos únicamente las tres pelotas identificadas con una marca propia.
 - El ingreso a la cancha deberá realizarse de a un jugador por vez manteniendo el distanciamiento correspondiente, cada jugador deberá ubicarse en extremos opuestos de la cancha para dejar sus pertenencias.
 - Se recomienda realizar peloteos desde el fondo de cancha, evitando aproximarse a la red.
 - Evitar los cambios de lado.



Muchas gracias





ESTIMADO SOCIO

Para poder disfrutar del tenis,
en **MODALIDAD CON PROFESOR**
cumplir el protocolo impuesto de
Seguridad e Higiene y evitar contagiarnos,
debes tener en cuenta lo siguiente:

- Sólo estarán permitidas las clases individuales (Profesor +1) y clases grupales de un máximo de cuatro alumnos (Profesor + 4). En el caso de la clase grupal, el ingreso a la cancha deberá realizarse de a un alumno por vez manteniendo el distanciamiento correspondiente, cada alumno deberá ubicarse en extremos opuestos de la cancha para dejar sus pertenencias.
- Los alumnos deberán mantener en todo momento la distancia mínima entre ellos. El profesor utilizará la misma referencia de 6-8 metros de distancia aproximada con respecto a los alumnos
- Deben evitarse los trabajos muy cercanos a la red. En el caso de peloteos entre dos jugadores, se recomienda que cada jugador esté en el fondo de cancha.
- Se recomienda la utilización de pocas pelotas para el dictado de la clase, a fin de mantener el control de las mismas. Éstas deberán estar previamente identificadas con una marcación que las distinga.
- El único responsable de recoger las pelotas será el profesor, sólo el/ella podrá tocarlas con la mano.
 - No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase durante el período de duración de la misma.



Muchas gracias

