



Da lunedì **18** maggio su tutto il territorio nazionale potranno tornare ad allenarsi tutti i giocatori appassionati di Tennis.

**Potete** effettuare le prenotazioni tramite l'App **“PRENOTAunCAMPO”** oppure tramite Whatsapp  al n° **339 509 0033**



E' il momento dunque di avere tutti ben chiare alcune norme di sicurezza che possono consentire a chiunque di giocare in sicurezza, tenendo presente che il tennis è di per sé lo sport più sicuro in quanto il distanziamento dei due giocatori in singolare è ben oltre quello di due metri considerato “di sicurezza” tra due persone che praticano attività motoria o sportiva.

**Ecco i consigli** che la Federazione Italiana Tennis pone all'attenzione di tutti per tornare in campo (o per provare a cimentarsi per la prima volta) con la racchetta in pugno.

## **PRIMA DI GIOCARE**

- Rispetta le disposizioni Statali, Locali e del Circolo
- Pulisci a fondo il tuo materiale di gioco
- Lava o disinfetta le mani
- Mantieni sempre la distanza di sicurezza dagli altri giocatori
- Porta in campo la tua bottiglia d'acqua e bevi solo da quella
- Non toccare le recinzioni prima di entrare in campo

## **MENTRE GIOCHI**

- Indossa un guanto sulla mano non dominante *oppure* disinfetta le mani ogni fine game
- Non toccarti la faccia con le mani
- Usa racchetta e piede per raccogliere le palline e mandarle all'avversario
- Panchine ai lati opposti
- Saluta e ringrazia usando soltanto la racchetta

## **DOPO AVER GIOCATO**

- Cambia subito l'over-grip della racchetta
- Lava o disinfetta le mani
- Fai la doccia a casa

# PLAY ▶



# I CONSIGLI DELLA FIT

## PRIMA DI GIOCARE



Rispetta le disposizioni statali, locali e del Circolo



Pulisci a fondo il tuo materiale da gioco



Lava o disinfetta le mani



Mantieni sempre la distanza di sicurezza dagli altri giocatori



Porta in campo la tua bottiglia d'acqua e bevi solo da quella



Non toccare le recinzioni prima di entrare in campo

## MENTRE GIOCHI



Indossa un guanto sulla mano non dominante

OPPURE



Disinfetta le mani a ogni fine game



Non toccarti la faccia con le mani



Usa racchetta e piede per raccogliere le palle e mandarle all'avversario



Panchine ai lati opposti



Saluta e ringrazia usando soltanto la racchetta

## DOPO AVER GIOCATO



Cambia subito l'overgrip della racchetta



Lava o disinfetta le mani



Fai la doccia a casa