

FASE 2

Recomendacións para a práctica do tenis



- Respecta as normas das autoridades e os protocolos da instalación e do club en todo momento.



- Mantén a distancia de 2 m. coas persoas.



- Usa máscara ata entrar na pista.
- Lava e desinfecta as túas mans antes e despois de xogar.



- Intenta tocar o menos posible as zonas de acceso e zonas comúns nas instalacións.



- Leva a tua bebida e a toalla, non compartas.



- Limpa o equipo de xogo antes e despois de xogar.



- Non toques a cara coas mans.



- Xoga con pelotas novas, si hai posibilidade.

- Usa a raqueta e pé para recoller a pelota e mandarlla ao adversario.

- Cruza a pista polo lado oposto do teu compañeiro.

- Non permanezas na instalación despois de xogar.

- Limpa as zonas de acceso a instalación que tocas ao saír.