

TÊNIS E BEACH TENNIS



PROTOCOLO NOVAS REGRAS

PREPARAÇÃO ANTES DO JOGO

- O associado deverá estar apto clínica e fisicamente a prática de esportes e exercícios físicos.
- Tempo de utilização 90 minutos.
- Evitar a circulação nas dependências do Clube;
- Lavar sempre as mãos antes de entrar na quadra ou utilizar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Trazer todo seu equipamento higienizado. Não compartilhar raquetes, munhequeiras, overgrips, bonés, toalhas, etc.;
- Levar sua própria garrafa de água e/ou isotônico para evitar tocar torneiras ou botões de bebedouros;
- **OBRIGATÓRIO:** usar máscara antes da partida. Considerar precauções adicionais como o uso de luvas;
- Evitar tocar em portões, grades, bancos, etc.;

DURANTE O JOGO

- É recomendada a utilização de mascarar durante os jogos.
- Permitido somente o jogo de simples;
- Evitar os contatos físico e incidental.
- Evitar tocar em seu rosto durante o jogo;
- Evitar mudanças de lado durante o jogo;
- Manter-se afastado de outros associados quando fizer uma pausa no jogo;
- Caso uma bola de outro jogo entre na quadra em que estiver, devolva com a raquete, evitando tocar com as mãos;

APÓS O JOGO

- Sair da quadra o mais rápido possível para manutenção;
- É recomendável a substituição da máscara;
- Lavar bem as mãos após o jogo ou usar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Vestiários ficarão fechados, sendo autorizado somente o uso dos sanitários e os lavatórios para lavar as mãos. (BANHO NÃO SERÁ PERMITIDO);
- **PROIBIDO:** atividades sociais ou aglomerações nas dependências do TRIANON CLUBE;
- **NÃO** cumprimentar o parceiro. Inove o cumprimento usando as raquetes ou cotovelos;
- É recomendável que os associados deixem as instalações do clube o após os jogos;

MANUSEIO DE BOLAS

- Preferencialmente usar bolas novas;
- Não compartilhar bolas após os jogos;
- Cada associado deverá identificar as bolas do jogo, seja com marcação própria ou numeração vinda de fábrica;
- Cada associado deverá utilizar um terno de bolas, sendo que um terno precisa diferente do outro. Deste modo, cada associado utilizará o seu terno de bolas no seu game de saque.

PADRÕES RECOMENDADOS

- Se algum associado apresentar qualquer sintoma, este protocolo indica a procura imediata ao auxílio de profissionais da saúde, e sob hipótese alguma indica o seu retorno à prática esportiva no clube;
- Se algum associado tiver sintomas de Covid-19 dentro de 14 dias após a prática do tênis, deverá informar imediatamente a todos agentes envolvidos, adversários, além da administração do clube e seguir as recomendações das autoridades locais;
- Não poderá ter acesso ao clube o associado que tenha sintomas ou que estiveram com contato com alguém com sintomas nos últimos 14 dias;
- Caso faça parte do grupo de risco indicado pelas autoridades competentes, evite a ida ao clube;

PREPARAÇÃO ANTES DA SESSÃO

- Utilização da Pista: Será permitida a utilização da pista por 03 skatistas por sessão de 01h30min
- O associado deverá estar apto clínica e fisicamente a prática de esportes e exercícios físicos;
- Evitar a circulação nas dependências do Clube;
- Lavar sempre as mãos antes de entrar na pista ou utilizar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Trazer todo seu equipamento higienizado. Não compartilhe o celular ou qualquer outro objeto pessoal. Isso inclui o skate e os equipamentos de segurança, etc.;
- Levar sua própria garrafa de água e/ou isotônico para evitar tocar torneiras ou botões de bebedouros;
- **OBRIGATÓRIO:** usar máscara antes da sessão. Considerar precauções adicionais como o uso de luvas;
- Evitar tocar em portões, grades, bancos, etc.;

DURANTE A SESSÃO

- É recomendada a utilização de mascarar durante a sessão.
- Tentar manter pelo menos 2 metros de distância do outro skatista.
- Evitar o contato físico (como aperto de mãos);
- Evitar tocar em seu rosto durante a sessão;
- Manter-se afastado de outros associados quando fizer uma pausa na sessão;

APÓS A SESSÃO

- Sair da pista o mais rápido possível para manutenção;
- É recomendável a substituição da máscara;
- Lavar bem as mãos após a sessão ou usar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Vestiários ficarão fechados, sendo autorizado somente o uso dos sanitários e os lavatórios para lavar as mãos. (BANHO NÃO SERÁ PERMITIDO);
- **PROIBIDO:** atividades sociais ou aglomerações nas dependências do TRIANON CLUBE;
- **NÃO** cumprimentar o parceiro. Inove o cumprimento usando os pés ou cotovelos;
- É recomendável que os associados deixem as instalações do clube após a sessão;

PADRÕES RECOMENDADOS

- Se algum associado apresentar qualquer sintoma, este protocolo indica a procura imediata ao auxílio de profissionais da saúde, e sob-hipótese alguma indica o seu retorno à prática esportiva no clube;
- Se algum associado tiver sintomas de Covid-19 dentro de 14 dias após a prática do skate, deverá informar imediatamente a todos agentes envolvidos, colegas de sessão, além da administração do clube e seguir as recomendações das autoridades locais;
- Não poderá ter acesso ao clube o associado que tenha sintomas ou que estiveram com contato com alguém com sintomas nos últimos 14 dias;
- Caso faça parte do grupo de risco indicado pelas autoridades competentes, evite a ida ao clube;

FUTEVÔLEI

PROTOCOLO NOVAS REGRAS



PREPARAÇÃO ANTES DO JOGO

- O associado deverá estar apto clínica e fisicamente a prática de esportes e exercícios físicos.
- Tempo de utilização 90 minutos.
- Evitar a circulação nas dependências do Clube;
- Lavar sempre as mãos antes de entrar na quadra ou utilizar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Preferencialmente os jogadores deverão vir ao Clube com roupas apropriadas para a prática do futevôlei.
- Levar sua própria garrafa de água e/ou isotônico para evitar tocar torneiras ou botões de bebedouros;
- OBRIGATÓRIO: usar máscara antes da partida.
- Evitar tocar em portões, grades, bancos, etc.;

DURANTE O JOGO

- É recomendada a utilização de máscara durante os jogos.
- Permitido somente o jogo de simples;
- Evitar os contatos incidentais durante as partidas.
- Evitar tocar em seu rosto durante o jogo;
- A troca de lados deverá ser feita pelos lados opostos da quadra;
- Manter-se afastado de outros associados quando fizer uma pausa no jogo;

APÓS O JOGO

- Sair da quadra o mais rápido possível para manutenção;
- É recomendável a substituição da máscara;
- Lavar bem as mãos após o jogo ou usar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Vestiários ficarão fechados, sendo autorizado somente o uso dos sanitários e os lavatórios para lavar as mãos. (BANHO NÃO SERÁ PERMITIDO);
- PROIBIDO: atividades sociais ou aglomerações nas dependências do TRIANON CLUBE;
- NÃO cumprimentar o parceiro. Inove o cumprimento usando os pés ou cotovelos;
- É recomendável que os associados deixem as instalações do clube após os jogos;

A ESPERA

- Durante a espera para entrar na quadra os jogadores, deverão estar usando máscaras e mantendo o distanciamento de 02 (dois) metros;
- Não poderá haver compartilhamento de equipamentos e objetos de uso pessoal;

PADRÕES RECOMENDADOS

- Se algum associado apresentar qualquer sintoma, este protocolo indica a procura imediata ao auxílio de profissionais da saúde, e sob-hipótese alguma indica o seu retorno à prática esportiva no clube;
- Se algum associado tiver sintomas de Covid-19 dentro de 14 dias após a prática do tênis, deverá informar imediatamente a todos agentes envolvidos, adversários, além da administração do clube e seguir as recomendações das autoridades locais;
- Não poderá ter acesso ao clube o associado que tenha sintomas ou que estiveram com contato com alguém com sintomas nos últimos 14 dias;
- Caso faça parte do grupo de risco indicado pelas autoridades competentes, evite a ida ao clube;

PROTOCOLO NOVAS REGRAS

PREPARAÇÃO ANTES DO JOGO

- O associado deverá estar apto clínica e fisicamente a prática de esportes e exercícios físicos.
- Tempo de utilização 90 minutos.
- Evitar a circulação nas dependências do Clube;
- Lavar sempre as mãos antes de entrar na cancha ou utilizar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Trazer todo seu equipamento higienizado.
- Levar sua própria garrafa de água e/ou isotônico para evitar tocar torneiras ou botões de bebedouros;
- **OBRIGATÓRIO:** usar máscara antes da partida. Considerar precauções adicionais como o uso de luvas;
- Evitar tocar em portões, grades, bancos, etc.;
- Deverá ser feita a limpeza das Canchas e das bolas utilizando produtos para desinfecção;
- Serão colocados panos de chão umedecidos com produtos de desinfecção na entrada das canchas.

DURANTE O JOGO

- É recomendada a utilização de máscara durante o jogo.
- Permitido somente o jogo de simples;
- Evitar o contato físico e incidental.
- Evitar tocar em seu rosto durante o jogo;
- Evitar mudanças de lado durante o jogo;
- Manter-se afastado de outros associados quando fizer uma pausa no jogo;

APÓS O JOGO

- Sair da cancha o mais rápido possível para manutenção;
- É recomendável a substituição da máscara;
- Lavar bem as mãos após o jogo ou usar álcool em gel disponível nos dispensers locais;
- Vestiários ficarão fechados, sendo autorizado somente o uso dos sanitários e os lavatórios para lavar as mãos. (BANHO NÃO SERÁ PERMITIDO);
- **PROIBIDO:** atividades sociais ou aglomerações nas dependências do TRIANON CLUBE;
- **NÃO** cumprimentar o parceiro.
- É recomendável que os associados deixem as instalações do clube após os jogos;

PADRÕES RECOMENDADOS

- Se algum associado apresentar qualquer sintoma, este protocolo indica a procura imediata ao auxílio de profissionais da saúde, e sob hipótese alguma indica o seu retorno à prática esportiva no clube;
- Se algum associado tiver sintomas de Covid-19 dentro de 14 dias após a prática do tênis, deverá informar imediatamente a todos agentes envolvidos, adversários, além da administração do clube e seguir as recomendações das autoridades locais;
- Não poderá ter acesso ao clube o associado que tenha sintomas ou que estiveram com contato com alguém com sintomas nos últimos 14 dias;
- Caso faça parte do grupo de risco indicado pelas autoridades competentes, evite a ida ao clube;