PROTOCOLO DE RETORNO À PRÁTICA DO TÊNIS NO RIO DE JANEIRO

* Como retornar ao tênis com cuidado

Iniciamos ratificando que toda e qualquer decisão e recomendação do governo, seja ele na esfera municipal, estadual ou federal, está acima de nós Tênis RJ, e que nada relacionado ao tênis deva ser organizado enquanto governos demandam "lockdown". Uma vantagem importante de nosso esporte é que ele pode ser praticado respeitando o "distanciamento social", assim vamos estar sempre consultando regularmente as autoridades, de modo a garantir as mais recentes e atualizadas informações no combate a pandemia, assim podendo organizar com segurança o retorno as quadras, logo retiradas as restrições impostas.

* Regras para o retorno do Tênis

Com as restrições impostas pelos governos no combate a pandemia do Covid-19, o tênis também foi impactado, desde a suspensão dos calendários estaduais, nacional e internacional, até o fechamento de quadras em clubes, condomínios e academias.
Elaboramos esse documento com base no que foi elaborado pela CBT, e a mesma o fez com base nas instruções da Organização Mundial da Saúde (OMS), com anuência do Diretor da Comissão de Medicina e Ciência do Esporte da ITF (*International Tennis Federation*), e tem como objetivo definir regras e padrões mínimos para a volta da prática do Tênis.
Reiteremos que qualquer restrição de movimento ou medida – seja ela municipal, estadual ou federal - de combate a pandemia que impeça a prática do Tênis, deverá ser seguida. As recomendações e medidas das autoridades governamentais estão acima dos protocolos aqui descritos.

* Padrões mínimos e recomendados

A tabela abaixo descreve os padrões para a organização de competições de tênis no Estado do Rio de Janeiro. Essas regras somente diminuem o risco de infecção de COVID-19 - não eliminam. Qualquer retorno à prática do tênis e implementação dessas regras deve ser feita em conjunto das autoridades governamentais.

- Padrões Mínimos:

Ações	Comentários
Implementar distanciamento social: modificar a troca de lados.	Jogadores trocam por lados opostos da quadra. Manter o distanciamento mínimo de 2 metros entre os indivíduos.
Manter jogadores separados.	Não dividir bancos e/ou cadeiras e manter uma distância mínima de 2 metros de um para o outro. Evitar aquecimentos junto a rede.
Eliminar o contato físico.	Não apertar mãos com jogadores/oponentes ou ter qualquer tipo de contato físico antes, durante ou depois da partida. Sorteio feito a distância.

Jogadores usam bolas diferentes. Cada tenista deve usar somente as bolas designadas para ele(a).	Identificar bolas para cada jogador, seja com marcações ou através na numeração vinda de fábrica. Cada jogador deverá utilizar 1 (um) par de bolas, sendo que cada par terá a numeração diferente do outro. Deste modo, cada jogador utilizará o seu par de bolas no seu game de saque. Ex: Jogador "A" sempre irá sacar com as bolas Nº 1; Jogador "B" sempre irá sacar com as bolas Nº 2. Evitando assim o contato indireto.
Utilizar preferencialmente toalhas e papeis descartáveis, em hipótese alguma compartilhar seus materiais e itens.	Providenciar um local para itens descartáveis.
Jogadores devem chegar ao local perto do horário da partida já arrumados e preparados e ir embora logo após os treinos/jogos (sem vestiário). Utilização de máscara conforme recomendação das autoridades locais.	Recomendamos que apenas o atleta compareça ao local de jogo. Em caso de menor, recomendamos apenas 1 responsável acompanhando.
Sem divisão de equipamentos e itens	Alimentos e bebidas individuais.
Implementar regras de higiene: desinfecção e limpeza de todos os equipamentos pré e pós prática do esporte, desde os bancos/cadeiras até raquetes, mochilas, cadeira de jogo, calçados e materiais de manutenção de quadra.	Evitar se possível, tocar em superfícies; Lavar as mãos regularmente, principalmente antes e depois da prática do Tênis; Quando tossir, utilizar um lenço e descartar imediatamente; Não tocar na face.
Preparadores Físicos, Treinadores e jogadores seguindo as normas de utilização de máscaras do local.	

- Padrões Recomendados:

Ações	**Comentários**
Todos os padrões mínimos, mais:	
Utilização de ambientes externos	Quadras descobertas.
Partidas/Treinos de simples somente.	Máximo de 3 indivíduos em cada quadra na configuração de um treinador/preparador + dois Jogadores.
Materiais para os jogadores: lenços, sacolas plásticas, máscaras, copos descartáveis, álcool 70%.	

- E mais:

- Se você apresentar qualquer tipo de sintoma, este protocolo indica a procura imediata ao auxílio de profissionais da saúde, e sob hipótese alguma indica o seu retorno à prática esportiva. Terá desclassificação imediata em caso de estar inscrito;
- Se você tiver sintomas de COVID-19 dentro de 14 dias após a prática do Tênis, você deverá informar a todos os agentes envolvidos (adversário/parceiro) além da administração da quadra e seguir a recomendação das autoridades locais;
- Não praticar caso você tenha tido sintomas ou esteve em contato com alguém com sintomas nos últimos 14 dias;
- Optar pela reserva de quadras de forma online/remota evitando o contato com outros indivíduos;
- Evitar a prática caso você faça parte dos grupos de riscos indicados pelas autoridades competentes;
- É sua obrigação seguir e cumprir todas as restrições e recomendações governamentais, além de respeitar todas as restrições e recomendações de clubes/academias ou local de prática do Tênis.

Contatos:

Ministério da Saúde: Telefone: 136
Site: https://coronavirus.saude.gov.br/

Dúvidas

Se você tiver qualquer dúvida com relação às diretrizes deste documento, por favor entrar em contato com a Tênis RJ : deptecnico@tenisrj.rio

Rio de Janeiro, 25 de Junho de 2020.

José Mauro de Farias Junior

José Mauro de Farias Júnior
Presidente
Associação Desportiva de Tênis, Beach Tennis e Tênis em Cadeira de Rodas do Rio de Janeiro