

PROTOCOLO TENIS.

Objetivos

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 de este deporte.

Todos los actores que practican o se vinculan al tenis (jugadores, profesores, preparadores físicos, personal de mantenimiento de canchas, personal administrativo de tenis, dirigentes) serán responsables de familiarizarse con el protocolo y salvaguardar su cumplimiento y aplicación.

Se desarrolla Protocolo propio, adaptado a las recomendaciones del Municipio de Coronel Pringles y basadas en el protocolo confeccionado por la Asociación Argentina de Tenis (AAT).

Instrumentación de la actividad.

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES:

- El tenis respeta naturalmente la distancia recomendada por los Organismos de la Salud bajo la situación particular del COVID 19.
- Se recomendará evitar la práctica en canchas indoor o espacios cerrados.
- 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.

Beneficios del tenis en la salud.

Se ha demostrado una asociación entre la práctica regular del tenis y los beneficios positivos para la salud, desarrollando una mejor forma aeróbica, un aumento de la masa muscular, mejora del perfil lipídico, una óptima salud ósea y un menor riesgo de enfermedades cardiovasculares.

La intensidad del ejercicio durante el juego de tenis cumple con las recomendaciones de ejercicio de ACSM (Colegio Americano de Medicina del Deporte) y jugarlo regularmente contribuirá a mejorar los niveles de condición y aptitud física.

Mantener a largo plazo esta práctica deportiva, aumenta la densidad mineral ósea de la columna lumbar, las piernas y del brazo hábil predominantemente.

A nivel global, se observan beneficios en la coordinación general de todo el cuerpo dando agilidad y mejorando el equilibrio.

En cuanto a los beneficios mentales, este deporte requiere de mucha disciplina, construye valores, fortalece la personalidad y forja el carácter.

Las habilidades sociales que se desarrollan en la cancha de tenis repercuten de manera positiva en la vida.[1]

Dra. Alejandra Hintze.

Lic. Diego Rivas.

Espacio físico de la práctica de tenis-infraestructuras.

Recomendaciones Administrativas:

- Utilizar medios electrónicos (transferencias) para el pago de servicios.
- Apelar a las aplicaciones de reserva de cancha y/o clases on line a través del WhatsApp.
- Evitar que los jugadores sean atendidos personalmente por consultas de información u otras cuestiones (Atención Remota).
- Se colocará cartelera didáctica con el fin de evacuar la mayor cantidad de consultas posibles, así como el presente u otros protocolos con información necesaria 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.

Higiene

Se recomienda una completa desinfección con productos y normas homologadas bajo criterio de cada Institución y sus sistemas de mantenimiento y limpieza.

Se sugiere poner en conocimiento de cada tenista la necesidad de contar con:

Kit de Higiene: alcohol al 70%, alcohol en gel, jabón y toalla que posibiliten la correcta higiene de manos, preferentemente descartable.

Kit de Protección: barbijo y/o mascarilla hasta el ingreso a la cancha. No así durante la actividad física ya que éstos no permiten que se pueda respirar con normalidad, referido al mecanismo de inhalar (tomar el oxígeno) y exhalar (largar el aire CO₂). Puede traer problemas pulmonares.

Elementos de Canchas – DESINFECCIÓN

Se recomienda que los mismos se desinfecten de conformidad con las normativas internas de mantenimiento y control de cada Club. A modo indicativo señalamos los siguientes elementos: Rastra-Escoba-Pisón-Rodillo-Manguera-Carretilla-Pala-Puertas Polveras, etc.



Asimismo las medidas de desinfección y limpieza deberán ajustarse a las disposiciones que las autoridades nacionales, provinciales y/o municipales dispongan en la apertura de los espacios deportivos.

ESPECÍFICAMENTE SE RECOMIENDA:

Ingreso y salida de las canchas.

- La limpieza del 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. En canilla de entrada a canchas, con el jabón indicado.
- 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.

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. (A disposición de lo aconsejado por el Municipio).

Tiempo: El turno de asignación de cancha será de 60 minutos. El tiempo de juego será de 45 minutos, destinando un período de 15 minutos a higienizar la cancha y el material utilizado.

Horario: La Institución 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.

Pelotas: Se limitará el uso excesivo de pelotas así como el material didáctico. Se deberán identificar las pelotas con una marca distintiva.

Clase de tenis esencial.

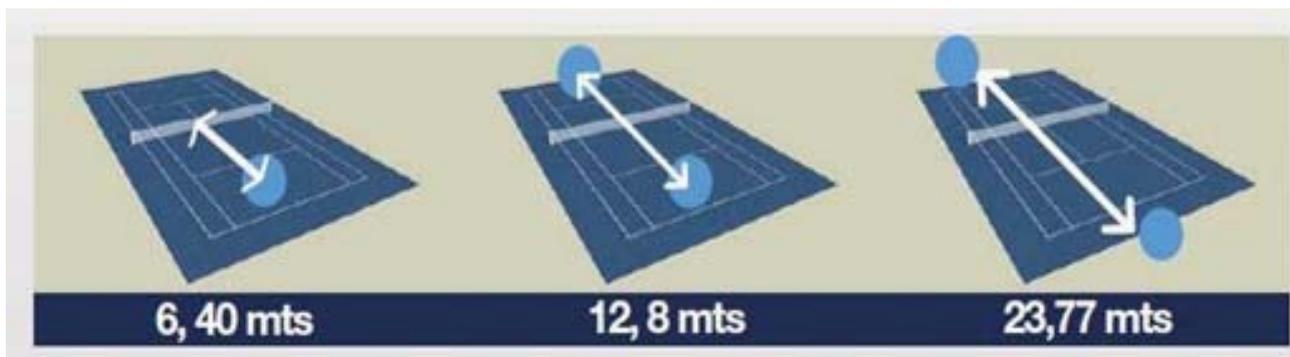
Práctica entre dos jugadores/as:

- Sólo estará permitida la modalidad en formato single (1 vs. 1) en caso de solicitud de canchas.
- Utilizar un máximo de (6) 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.
- Los cambios de lado deberán ser realizados uno por cada extremo de la red.

Clase de tenis esencial

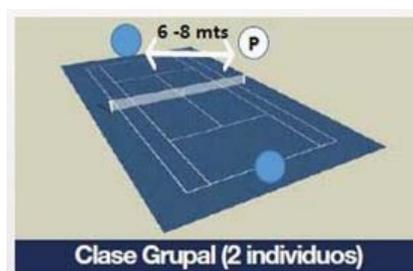
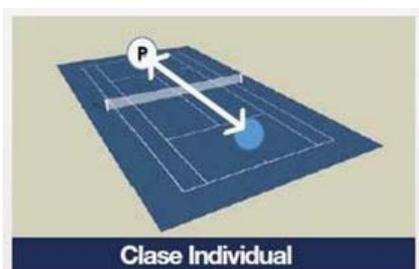
- Modalidad de juego sin profesor: sólo estará permitida la modalidad de single con un máximo de seis pelotas preferentemente nuevas o en su defecto, previamente desinfectadas.
- Modalidad de juego con profesor: sólo estarán permitidas las clases individuales (Profesor +1) y clases grupales de un máximo de dos alumnos (Profesor + 2) hasta modificación de decreto.
- 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.



Clase de tenis

Ejemplo de distancias recomendadas

Ejemplo distancia mínima en clases



- Se utilizarán 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.
- Para recoger las pelotas se utilizarán los tubos recoge pelotas, debidamente desinfectados entre clase y clase, éstos no permiten el contacto directo de los alumnos con las pelotas, sólo el profesor podrá tocarlas con la mano.
- No se permitirá el ingreso a cualquier otra persona ajena a la clase durante el periodo de duración de la misma.

Personal Docente

El personal docente estará capacitado en los cuidados y normas de prevención, asimismo se solicita en caso de ser necesario la presencia de un profesional de la salud idóneo para evaluar las normas de cuidado e higiene.

Uso de Canchas

La Institución y los Profesores se comprometen al cumplimiento del presente protocolo en el uso de las cinco (5) canchas y conforme a los Reglamentos Internos vigentes.

ADVERTENCIA

para Jugadores, Profesores, Dirigentes o Socios y Personal de mantenimiento.

RECUERDE QUE USTED NO PUEDE

PRACTICAR TENIS, COORDINAR LA PRÁCTICA DE TENIS, CONCURRIR AL CLUB O LUGAR DE PRÁCTICA DE TENIS SI:

- Ha dado positivo a un test de COVID-19 y no ha recibido aún el alta médica correspondiente;

- Ha estado en contacto con alguna persona infectada con COVID-19 en los últimos 14 días;
- Tiene cualquiera de los síntomas informados por el Ministerio de Salud y/o por la Organización Mundial de la Salud;
- Es parte de los grupos de riesgos definidos por el Ministerio de Salud y/o por la Organización Mundial de la Salud

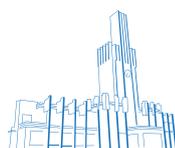
ES SU OBLIGACIÓN RESPETAR TODAS LAS INDICACIONES DE LAS AUTORIDADES DEL CLUB SOCIAL, DONDE UD. PRACTICARA TENIS.

LAS CONDICIONES DE JUEGO PODRÁN VERSE AFECTADAS, MODIFICADAS O RESTRINGIDAS SIN NOTIFICACIÓN PREVIA, POR LO QUE INSTAMOS A LOS USUARIOS A LEER ESTRICTAMENTE LAS RECOMENDACIONES Y SEÑALIZACIONES PERTINENTES

Coronel Pringles, 12 de junio de 2020.

En el día de la fecha, se reúnen en Casa del Deporte el Sr. Director de Deportes, Sebastián Querejeta; el Coordinador de Eventos y Polideportivo, Sr. Saúl Etchart y representantes del deporte TENIS, para acordar puntos respecto a la conformación del protocolo sanitario que posibilite la reapertura deportiva. **Se dejan en claro los siguientes:**

- 1) Canchas habilitadas únicamente para la práctica deportiva.
- 2) Turnos de 45 minutos, más 15 de desinfección y desalojo.
- 3) Se permitirá jugar la modalidad DOBLES Y SINGLES.
- 4) Se recomienda a los mayores de 60 años abstenerse de la práctica deportiva.
- 5) Elementos de higiene e hidratación personales.
- 6) Llegar sobre la hora del turno, con la indumentaria y elementos para la práctica.
- 7) Cerrados vestuarios y club house.
- 8) Se prohíbe la realización de torneos, competencias o similares.
- 9) Llevar registro estricto de los asistentes por día, turno y cancha. Dicha planilla deberá permanecer en el complejo y debe contar con nombre y apellido, dirección, DNI y número telefónico.
- 10) En el predio sólo permanecerán los jugadores, profesor y/o personal de limpieza.
- 11) Evitar reuniones antes y después de los partidos.
- 12) Los organismos de control serán: Secretaría de Salud, Dirección de Deportes y Policía Comunal.
- 13) En caso de que surja alguna situación no prevista en la siguiente acta/protocolo, se volverán a juntar las partes para dialogar y resolver dicha situación.



MUNICIPIO DE
CORONEL PRINGLES