



# CENTRO UNIVERSITARIO SPORTIVO TORINO

## NON VOGLIAMO TORNARE IN QUARANTENA

### Regole per i partecipanti:

- 1** ALL'INTERNO DELL'IMPIANTO è obbligatorio indossare la mascherina che puoi togliere solo dopo essere entrato nel campo da gioco, rimettila prima di uscire dallo stesso.
- 2** AL SUONO DELLA CAMPANELLA devi interrompere il gioco e passare la stuoia. **NON PUOI** entrare in campo prima che siano usciti tutti i giocatori
- 3** **NON DIMENTICARE** di mettere nel portaracchette guanti e gel igienizzante
- 4** LA DISTANZA DI SICUREZZA consigliata mentre giochi a tennis è di **DUE METRI**
- 5** DURANTE IL GIOCO: **MEGLIO** avere il guanto nella mano non dominante con cui lanci la palla al servizio o raccogli le palline
- 6** SE **NON RIESCI** a giocare con il guanto, perchè giochi il rovescio a due mani, utilizza il gel disinfettante ad ogni cambio di campo
- 7** CAMBIA CAMPO sempre dal lato opposto rispetto al tuo avversario
- 8** SOSTITUISCI con un tocco della punta della racchetta il "batti cinque", così come la stretta di mano al termine
- 9** TOGLI l'overgrip finito l'incontro o **LAVALO BENE** con il gel igienizzante
- 10** PRIMA E DOPO la tua ora di tennis lavati accuratamente le mani e se non puoi utilizza il gel igienizzante. Lascia al più presto l'impianto senza soffermarti oltre

**LA DIREZIONE**