

# TÉNIS



LAMBERT CLUBE  
PADEL & TÉNIS

## Não devem jogar as pessoas que:

- Tenham estado em contacto com alguém infetado nos últimos 14 dias
- Tenham sintomas de doença, nomeadamente, tosse, febre, dificuldade respiratória, dor de garganta, dores musculares, alterações do paladar e/ou do olfato
- Pertencam a um grupo considerado de risco (contacto com doente COVID-19 ou comorbilidades)

## Antes de vires jogar/ter aula:

- Acede ao campo de ténis e à receção pela entrada mais próxima do campo de ténis
- A circulação no clube, deve ser feita respeitando na íntegra todas as recomendações da DGS, nomeadamente a distância mínima de 2m entre as pessoas. Cede a passagem sempre que necessário.
- Lava as mãos antes de qualquer jogo/aula. As casas de banho devem ser usadas por 1 pessoa de cada vez.
- É fornecido desinfetante de mãos no campo, usa-o sempre que inusitadamente tenhas tocado em algo que não te pertence.
- Espera que todos os jogadores que estão no campo saiam antes de entrares, mantendo sempre a distância regulamentar.
- A porta deve ficar sempre aberta, mesmo quando terminares o jogo/aula.
- Pousa o material que tenhas apenas quando fores jogar e a 2m de distância do material de outros praticantes.
- Neste período não alugamos bolas, e o aluguer de raquetes obriga a colocação/compra de grip (1,5€/cada) que deve ser colocado e retirado pelo jogador após desinfeção das mãos e a raquete entregue na receção para desinfeção. A raquete é de uso pessoal e não deve ser partilhada.

## DURANTE a aula:

- Não esqueças o distanciamento social de 2m também durante o treino.
- As raquetes não devem ser partilhadas em nenhum momento.
- No final do treino, caso tenhas usado tubo de recolha de bolas, debes entrega-lo na receção para higienização.
- Lava as mãos no fim da aula!



**LAMBERT CLUBE**  
PADEL & TÊNIS

## DURANTE o jogo:

- Só podem estar em campo 4 pessoas no máximo.
- Não feches a porta do campo depois de entrares e não a feches quando terminares o jogo.
- Tenta manter ao máximo a distância de 2m nos jogos a pares.
- Passa o álcool gel que disponibilizamos no campo sempre que toques em algo que não te pretende.
- As raquetes não devem ser partilhadas em nenhum momento!
- Evita contactos desnecessários em qualquer superfície do campo (rede de jogo ou vedação).
- Lava as mãos no fim do jogo!

## Receção / Pagamentos

- Privilegia o pagamento por transferência bancária (basta enviares comprovativo para [info@lambertclube.com](mailto:info@lambertclube.com)) ou Multibanco. Se não for possível tenta trazer a quantia certa.
- Deve entrar apenas 1 pessoa de cada vez na receção.
- É fornecido desinfetante de mãos na receção. Usa-o antes e depois do pagamento.

Obrigado!!!