



ASSOCIATION  
FRANCOPHONE  
DE TENNIS

**Jouez la sécurité et  
#rentrezchezvous !**

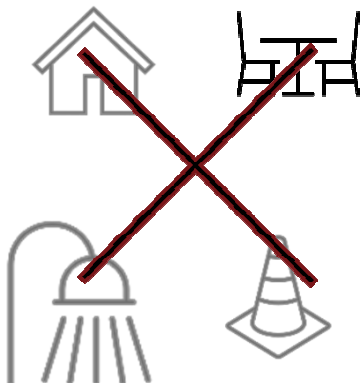
**Directives de sécurité pour la pratique du  
tennis en période de confinement**



# Règles pour les clubs

## Adaptez vos infrastructures au Covid 19.

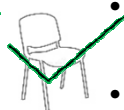
Veillez à respecter ce qui suit sur et aux abords des terrains



- Retirez toutes les poubelles.
- Retirez les piquets de simple sur les terrains.
- Retirez tout le mobilier de terrasse.
- Remplacez les bancs sur le terrain par des chaises de terrasse qui seront placées à 1m50 de distance.
- Retirez les bancs amovibles qui se trouveraient autour des terrains.
- Retirez tous les systèmes d'arrosage des terrains de tennis s'ils ne sont pas automatiques ou prévoyez une signalisation claire stipulant que les systèmes d'arrosage ne peuvent être utilisés par les joueurs.  
Par exemple : un panneau indiquant « INTERDICTION D'UTILISATION PAR LES JOUEURS – USAGE PAR LE CLUB EXCLUSIVEMENT + ruban de protection
- Fermez la cafétéria.
- Fermez l'accès à la terrasse.
  - Empilez le mobilier ou mettez-le sur le côté.
- Fermez les vestiaires.
- Interdisez l'accès au matériel didactique (ex.: cônes, cerceaux, etc.)
- **New** : Affichez de manière visible les règles d'hygiène de lavage des mains,

# Règles pour les clubs

Veillez à ce que ce qui suit soit disponible :



- Fournissez une pompe à main désinfectante sur chaque terrain.
- Placez des chaises sur les terrains.
- Affichez les directives de sécurité autour des terrains.



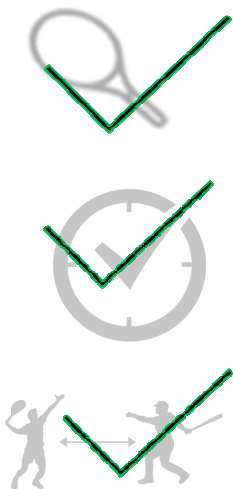
- La réservation des terrains est recommandée.
- **New:** laissez les toilettes et le défibrillateur accessibles.
- **New:** les distributeurs automatiques peuvent être accessibles.

# Règles pour les entraîneurs

- **New:** les entraînements individuels de tennis sont autorisés (1 entraîneur + 1 entraîné). ATTENTION, un entraîneur pourra assurer uniquement les entraînements de maximum 2 joueurs différents. L'entraîneur doit également respecter une distance sociale maximale.
- Evitez de toucher les balles, par exemple, en portant un gant à la main non-dominante.
- Respectez scrupuleusement les règles de sécurité et d'hygiène élémentaires.
- Respectez une distanciation sportive MAXIMALE.
- Veuillez disposer de désinfectant ou(et) gel hydroalcoolique de manière à désinfecter, après chaque entraînement, les éléments qui auraient pu être touchés par l'entraîné.
- Favorisez le renvoi ou(et) le ramassage des balles par la raquette ou par tout autre moyen évitant le contact avec la balle.

# Règles pour les joueurs

## Suivez les directives générales obligatoires



- Le club est uniquement utilisé pour la pratique du tennis, **à l'extérieur et en simple uniquement.**
- Les joueurs ne sont les bienvenus au club que durant la plage horaire réservée. Ceci signifie que les joueurs sont attendus au début de leur heure et rentrent directement chez eux après.
- La pratique du tennis est autorisée uniquement en simple. Maximum 2 personnes sont acceptées par terrain, peu importe si elles habitent sous le même toit ou pas.
- **New:** seuls les entrainements individuels de tennis sont autorisés. ATTENTION, un entraîneur pourra donc assurer uniquement les entraînements de maximum 2 joueurs différents.

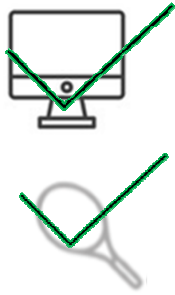
## Pensez aux règles d'hygiène avant, pendant et après avoir joué.



- Lavez-vous les mains au minimum 2 fois et séchez-les avec des mouchoirs en papier :
  - Avant de jouer
  - Après avoir joué
  - Après avoir passé le filet
- Ne donnez pas de poignée de main, ne faites pas de high five et ne vous embrassez pas.
- Si vous devez tousser ou éternuer, faites-le dans votre coude.
- **New:** munissez vous d'une gourde d'eau et d'un savon pour vous laver les mains directement après la partie et avant de mettre du gel hydroalcoolique.

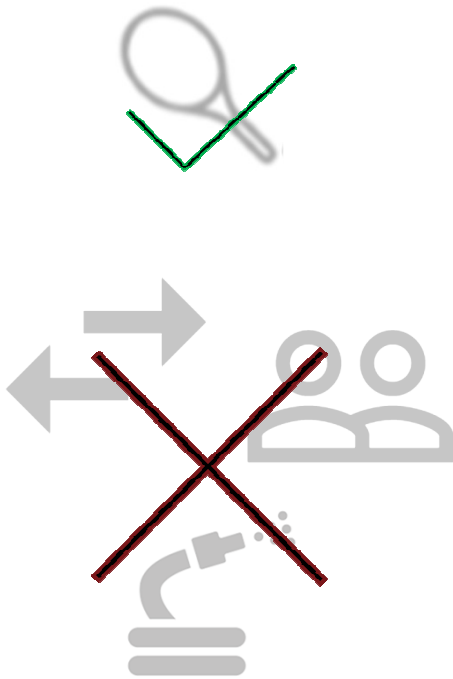
# Règles pour les joueurs

## Tenez compte des règles suivantes avant d'aller jouer



- Réservez votre terrain.
- **New:** chaque pratiquant pourra jouer uniquement en simple; avec maximum 2 personnes différentes en plus de celles qui vivent sous le même toit **MAIS TOUJOURS LES MEMES.**
- Prenez votre propre raquette et ne jouez qu'avec cette raquette.
- **New:** portez un masque en vous rendant et en revenant du club. Attendez 10 à 15min après l'activité avant de remettre votre masque le temps que la ventilation se normalise,

## Règles pendant le jeu



- **New:** marquez vos balles et celles de votre partenaire de manière distincte.
- Ne prenez pas en mains les balles provenant d'un autre terrain ou de votre partenaire.
- Jouez sans changer de côté.
- Evitez de vous toucher le visage si ce n'est pas nécessaire.
- Utilisez votre propre serviette pour essuyer votre transpiration.
- Evitez le rassemblement de plusieurs joueurs entre les terrains.
- N'arrosez pas les terrains vous-même. Seuls les responsables des clubs peuvent se servir du système d'arrosage. **New:** ou désinfectez le système après chaque utilisation là où vous l'avez touché.

# Règles pour les joueurs

## Règles après avoir joué



- Munissez-vous d'une pompe à main désinfectante.
- Le joueur qui a apporté les balles les ramène chez lui.
  - Vous ne pouvez plus jouer avec ces balles dans les 48h.
- Désinfectez le filet d'entretien et la chaise où vous vous êtes assis.
- Regagnez directement votre vélo/voiture après avoir joué. #rentrezchezvous

## Mesures d'hygiène générales

1

LAVEZ-VOUS RÉGULIÈREMENT LES MAINS.



2

UTILISEZ TOUJOURS DES MOUCHOIRS EN PAPIER. UN MOUCHOIR NE S'UTILISE QU'UNE FOIS. JETEZ-LE ENSUITE DANS UNE POUBELLE FERMÉE.



3

SI VOUS N'AVEZ PAS DE MOUCHOIR À PORTÉE DE MAIN, ÉTERNUEZ OU TOUSSEZ DANS LE PLI DU COUDE.



4

RESTEZ À LA MAISON SI VOUS ÊTES MALADE.



- Il n'y a pas de poubelles au club : reprenez les déchets chez vous !
- Suivez les règles qui empêchent la contamination.
- Ne faites pas du sport si vous êtes malade.
- Ne reprenez pas trop vite le sport après une période de toux ou de fièvre.