



PROTOCOLO DE RETORNO
DAS AULAS (E TREINOS) DE BEACH TENNIS
NAS PRAIAS DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

CARACTERÍSTICAS

DO BEACH TENNIS EM PROL DE SUA INSERÇÃO

NA REABERTURA DE ATIVIDADES

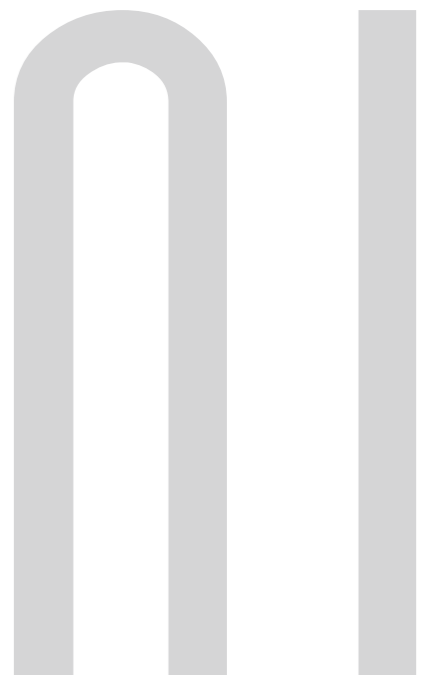
O BEACH TENNIS vem sendo praticado nas praias do Rio de Janeiro desde 2008. Sua evolução e popularização ocorreram rapidamente devido a facilidade do aprendizado e por agregar praticantes de ambos os sexos, idades e características diferentes. Pode-se afirmar que tem presença de destaque nas areias cariocas e é a opção de seus praticantes para cuidar da saúde física, psicológica e mental.

O BEACH TENNIS se assemelha ao jogo de tênis, sendo praticado em quadras de areia, medindo 16m x 8m e com rede na altura de 1,70m. Pode ser jogado na categoria simples, com um jogador de cada lado da quadra (esporte individual) ou na categoria de duplas, com duas pessoas de cada lado da quadra.

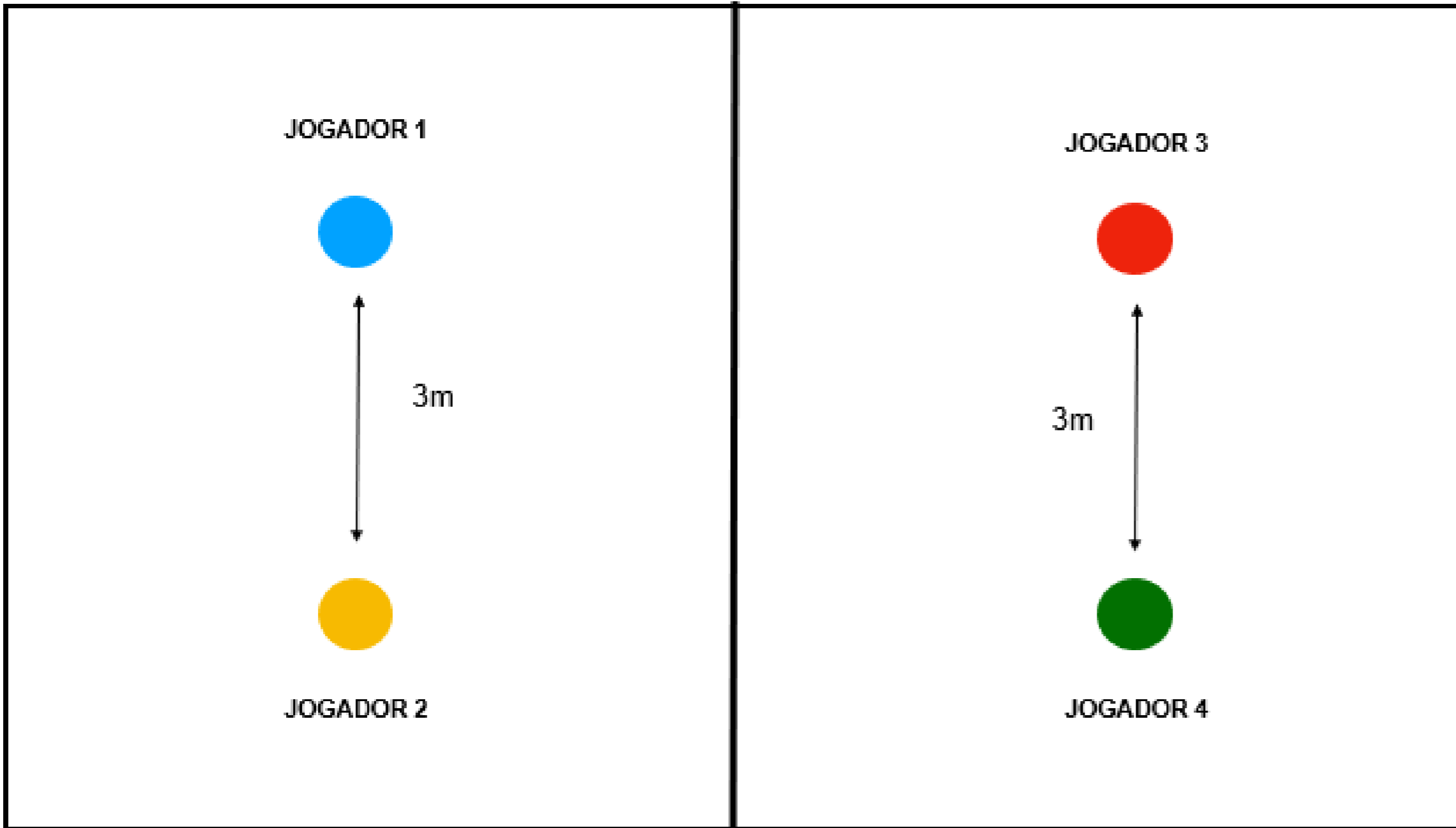
Não há contato físico e cada lado da quadra mede 8m x 8m, o que garante uma boa área para o distanciamento seguro. Não há troca de passes, não há marcação corpo a corpo. A forma de jogar exige que cada jogador rebata a bola com sua raquete para o outro lado, por vez.

Assim, se torna um esporte de fácil controle em tempos nos quais deve-se prezar pelo distanciamento entre as pessoas para a manutenção da saúde.

O quadro a seguir demonstra as dimensões da quadra e como os alunos são distribuídos nos espaços durante o jogo.



16m



8m



CUIDADOS INDIVIDUAIS

PARA ALUNOS, PROFESSORES, ASSISTENTES E BOLEIROS



Não ir aos treinos se estiver com febre, sintomas de gripe, ou problemas respiratórios.



Usar máscaras adequadamente cobrindo queixo, boca e nariz.



Manter máscaras reservas disponíveis para troca sempre que a de uso ficar umedecida. Garantir que as máscaras reservas e as usadas serão acondicionadas em sacos diferentes.



Evitar colocar as mãos no rosto - sobretudo, boca, nariz e olhos.



Recomenda-se o uso de óculos (escuros ou não).



Fazer higienização das mãos com álcool 70% (ou Lysoform ou água com sabão) constantemente.



Cumprimentar sem contato físico, mantendo o distanciamento de no mínimo 2 metros.



Proibido compartilhar objetos pessoais: raquetes, garrafas d'água, toalha, óculos, bonés ou viseiras, etc.



Manter distanciamento de 2 metros entre os pertences de cada um: cadeiras, barracas, mochila, garrafa d'água, cangas, toalhas.



CUIDADOS GERAIS DURANTE AS AULAS



Aulas individuais, em dupla ou em grupo com o máximo de 4 pessoas por professor / quadra.



Todo o material deverá ser higienizado com álcool 70% (ou Lysoform ou água com sabão) antes de cada aula: redes, postes, raquetes de uso dos alunos, canos para catar bolas, cesto de bolas, bolas, cones e outros materiais necessários às aulas .



Manter distanciamento de no mínimo de 3 metros entre os alunos e entre aluno-professor durante os exercícios.



Respeitar as demarcações de espaço indicadas pelo professor durante a aula.



É recomendada que a troca de lado seja feita sempre em sentido horário.



Catar bolas - cenário 1 (sem boleiro): Disponibilizar e identificar os canos para catar bolas de forma que cada aluno possa tocar em apenas um cano durante a aula.



Catar bolas - cenário 2 (com boleiro): Apenas o boleiro recolhe as bolas durante toda a aula.



Apenas os professores deverão tocar nas bolas durante as aulas.

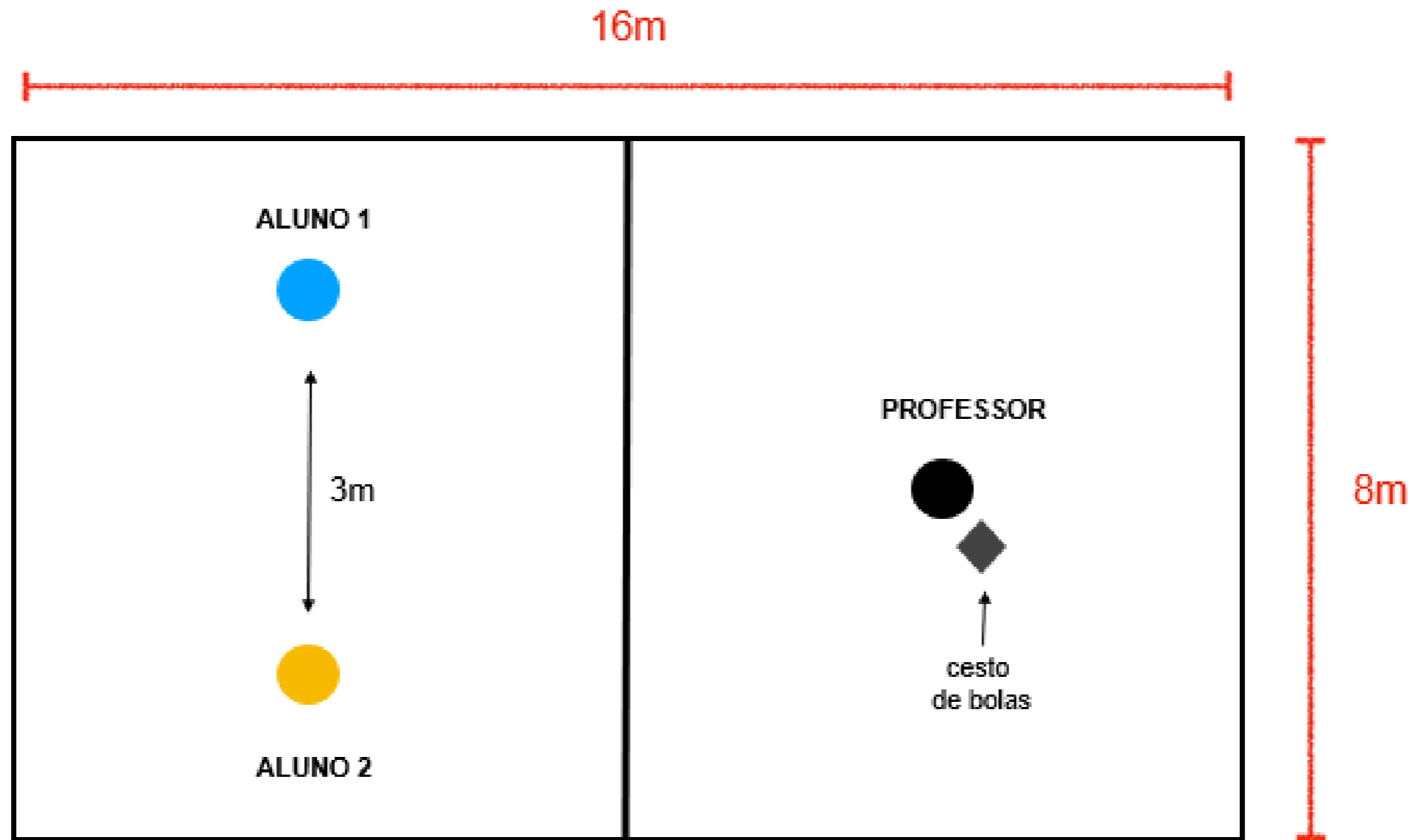


Durante o treinamento de saques, única exceção que exige que o aluno toque na bola, deverá haver nova higienização das mãos e das bolas a serem utilizadas. Cada aluno trabalhará com um número limitado de bolas. Recomenda-se que as bolas sejam anteriormente identificadas para que cada aluno só utilize as mesmas. Ao o aluno deve voltar a higienizar as mãos.



Cenário 1: Aula com 2 alunos + 1 Professor

Ilustração do Item 1

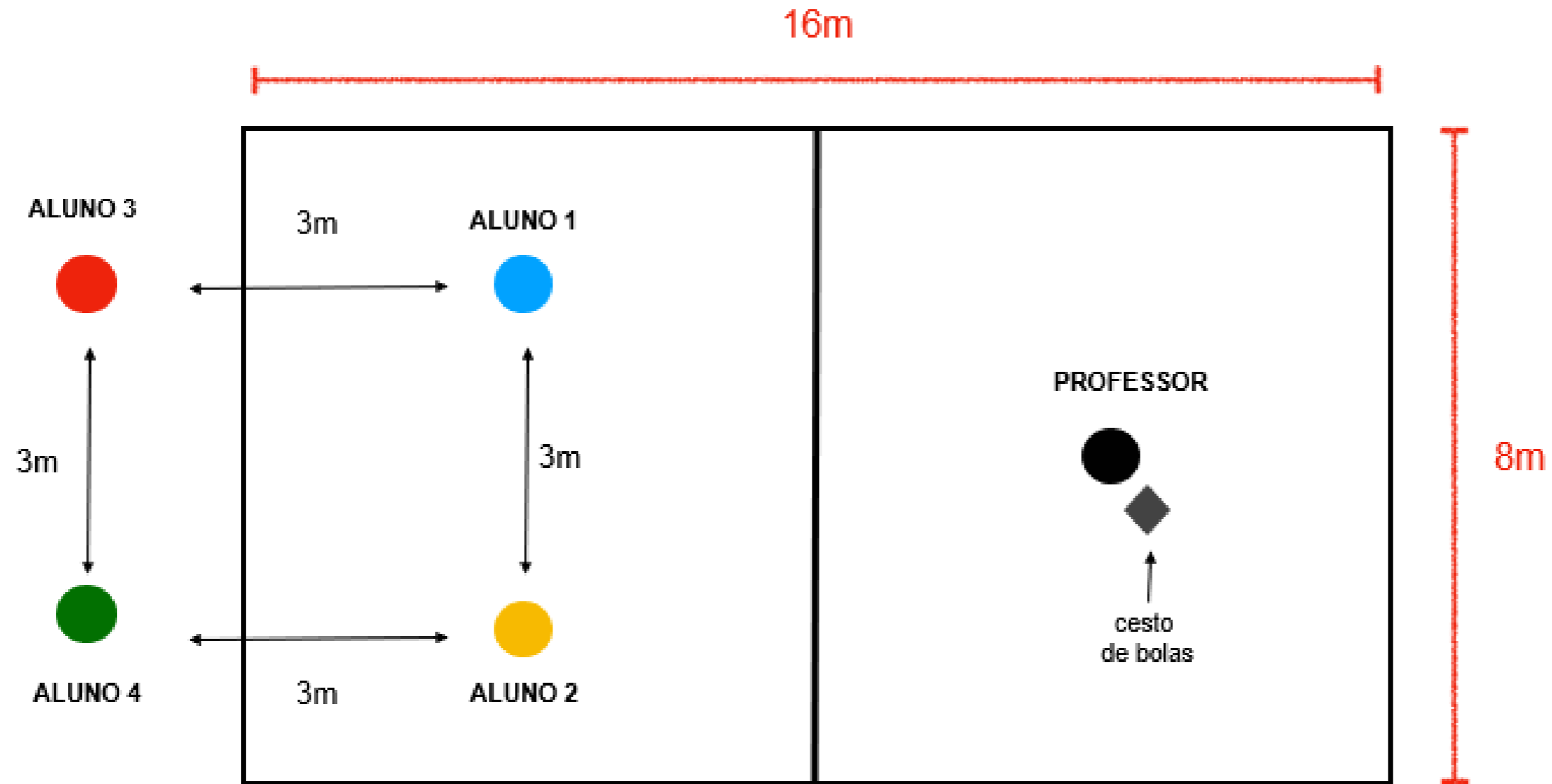


divisão de espaços dos materiais individuais



Cenário 2: Aula com 4 alunos + 1 Professor

Ilustração do Item 1



divisão de espaços dos materiais individuais



Ilustração do Item 5



RESPONSABILIDADES DOS ALUNOS



Utilizar máscara obrigatoriamente.



Levar máscaras reservas para troca, sempre que a de uso ficar umedecida.



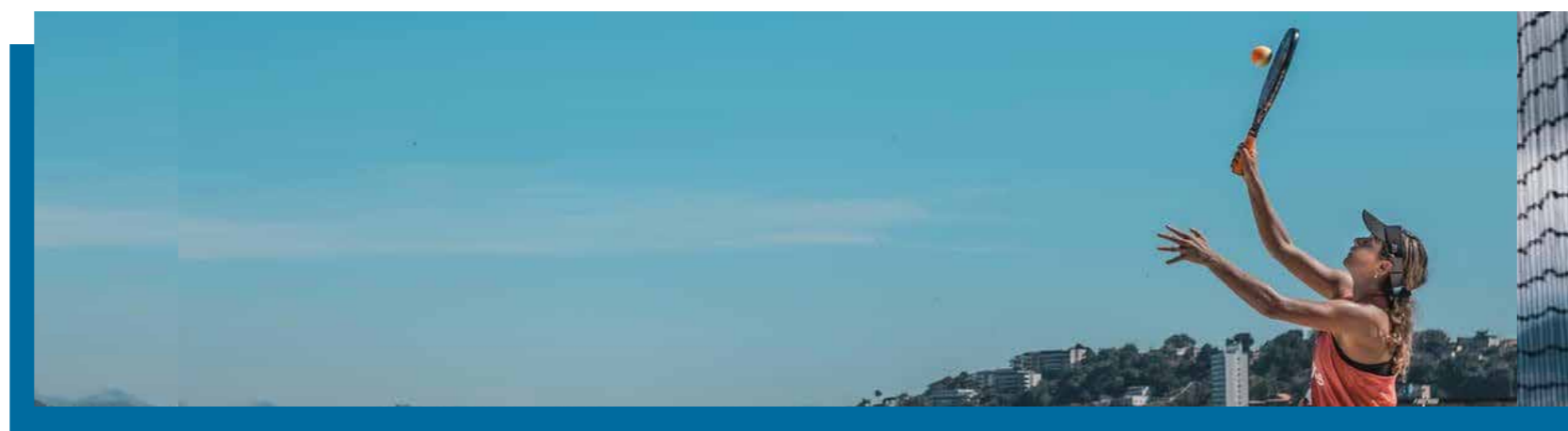
Levar todo o material necessário para sua higiene pessoal: álcool 70% (ou Lysoform, ou água com sabão), papel toalha, toalha, etc.



Respeitar as orientações de seu professor durante as aulas quanto à cuidados individuais e durante as aulas.



Recomenda-se levar apenas o material estritamente necessário para as aulas.



RESPONSABILIDADES DOS PROFESSORES



Utilizar máscara obrigatoriamente.



Garantir que todos os alunos estejam utilizando máscaras. O aluno sem máscara não poderá fazer aula.



Disponibilizar álcool 70% (ou Lysoform ou água com sabão) e papel toalha, para o caso do aluno não ter em mãos.



Higienização de todo o material antes de cada aula: redes, postes, raquetes de uso dos alunos, canos para catar bolas, cesto de bolas, bolas, cones e outros materiais que se façam necessários às aulas.



Garantir que todos os cuidados individuais e os cuidados durante as aulas listados acima estejam sendo cumpridos.



Desmontar as redes utilizadas na aula ao final do período de aulas.



CUIDADOS APÓS AS AULAS



Recomenda-se a higienização do grip das raquetes a cada aula.



Recomenda-se que o aluno, após seu horário de aula, deixe o local da aula a fim de garantir as recomendações oficiais dos órgãos governamentais de utilização da areia bem como para evitar aglomerações.



Após todas as aulas concluídas, a rede deverá ser desmontada a fim de não incentivar o uso fora dos horários de aulas, onde a escola não poderá se responsabilizar pelos cuidados descritos neste protocolo.



PROFESSORES DE BEACH TENNIS DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

Adão Chagas

adaochagas@hotmail.com

Alessandro Esteves

alessandro.btennis@gmail.com

Anderson Alves

andersonalves92@outlook.com

Anthony Wilson Costa

thonycost@hotmail.com

Antonio Costa Vollmer

kutvollmer@gmail.com

Berg Nascimento

bergnascimento33@gmail.com

Carla Bergamini

carla.bergamini@gmail.com

Catharina Minervini

cacaminervinipuc@gmail.com

Claudia Joppert

joppertclaudia@gmail.com

Cleidson Lima

lima.btenis@gmail.com

Daniel Senges Fink

dsfink@gmail.com

Diego Mendes Barral Vidal

equipediegovidal@gmail.com

Everaldo Miranda

evescareca@hotmail.com

Fabio Vieira

fabio07652@gmail.com

Felipe Toledo

toledotbt@gmail.com

Flavia Muniz

flaviamunizbeachtennis@gmail.com

Gabriel Araújo de Lima

gabriel.araujolima09@gmail.com

Gabriel Carballido Motta Veiga

mottaveiga@hotmail.com

Gerardo Araújo

gerardo_tennis@hotmail.com

Guilherme Prata

guiprata@hotmail.com

Hugo Prazeres

huguga@gmail.com

Ian Matheus Samis de Albuquerque

atleta.ian@gmail.com

Joana Cortez

cortezbrasil@gmail.com

Josué

romarinhotennis@gmail.com

Leonardo Pereira

professorleopereira@gmail.com

Livia Fernandes

liviapf@globo.com

Luciana Fernandes

lucianafds19@hotmail.com

Luiz Augusto Notare Gimpel

luizng@terra.com.br

Luiz Eduardo Coutinho

lduducoutinho@bol.com.br

Magno (Natalicio Ferreira)

magnotenis@hotmail.com

Marcelo Medeiros

medsbeachtennis@gmail.com

Maria Carolina Ceballos

macarolcb@gmail.com

Mauro Ferreira

mauro.cariocabt@gmail.com

Monica Castro

mscastro6209@gmail.com

Monica Rodrigues

monica.flamengo@gmail.com

Narck Rodrigues

narck.rodrigues@g.globo

Natalicio Cosmo Ferreira

magnotenis@hotmail.com

Norma Granha

norma.granha@gmail.com

Pablo Mendes Barral Vidal

pablovidalbeachtennis@gmail.com

Patrick Matias

patrickmatias2@gmail.com

Paula Cortez

paulacortez77@hotmail.com

Paulo Carneiro

carneiro.paulo@globo.com

Ralf Abreu

ralfcalazans@hotmail.com

Rejane Batalha

rebatalha@hotmail.com

Roberto Meirelles

prof.betomeirelles@hotmail.com

Samantha Barijan

barijanbrasil@gmail.com

Vanderlei Silva

silvaavanderlei@hotmail.com

Wagner Fidelis

fidelisports@gmail.com