

## **Normas de los buenos tenistas**

El Xpress Tennis Cup es un torneo para disfrutar del tenis mientras aprendes y compites con amigos.

- Cumpló con las recomendaciones para la prevención del Covid-19, así como también intento que lo hagan mis compañeros.
- Respeto al adversario tanto si gano como si pierdo. Tan importante, o más, es saber perder como saber ganar.
- Sigo el reglamento de la competición y las reglas de juego y hago un buen uso del material de juego y las instalaciones.
- Acepto las recomendaciones que hace mi entrenador/a para mejorar.
- Soy puntual.
- Animo y aplaudo las buenas jugadas y el esfuerzo del rival, así como también el mío.
- Dar lo mejor de mí mismo es más importante que el resultado. El esfuerzo me hará mejor jugador, no el resultado.
- Intento ser mejor deportista y persona posible.

## **Consejos para los padres y madres de los tenistas**

- Estimulo la participación de mi hijo/a siempre cuidando el lenguaje y el nivel de exigencia.
- Hago que mi hijo/a tome conciencia de la importancia de seguir las recomendaciones en las medidas para prevenir el Covid-19.
- Transmito a mi hijo/a el respeto a los principales valores del deporte, como el respeto al rival, la deportividad y el esfuerzo.
- No exijo a mi hijo/a demasiado ni tampoco lo comparo, puede hacer disminuir su autoestima.
- No proyecto en él/ella mis aspiraciones tenísticas.
- Animaré a mi hijo/a y su equipo, pero nunca les gritaré ni daré órdenes.
- Respeto el trabajo del entrenador y sus decisiones.
- Soy el primero/a en respetar las decisiones arbitrales. Esto dará un perfecto ejemplo a seguir a mi hijo/a.