



## AMÉRICA TENIS CLUB

### CÓDIGO DE CONDUCTA Y NORMAS DE CORTESÍA

#### Introducción

Se han estipulado unos estándares razonables de conducta para todos aquellos jugadores que practican y participan en los torneos internos y externos, con el fin de tener una buena práctica deportiva e incentivar una sana competencia en el América Tenis Club.

Este Código será aplicado a todos los jugadores y representantes del Club en los eventos deportivos internos y externos.

Asimismo, se han definido unas Normas de Cortesía para el buen funcionamiento de las diferentes actividades de tenis.

#### Conductas Deportivas

1. Los jugadores deben comportarse en todo momento de manera educada y cortés dentro y fuera de la cancha.
2. Los jugadores deben ser puntuales a la hora de usar los turnos, al asistir a los torneos internos, externos y cuando participe en prácticas programadas.
3. Está prohibido en todo momento el uso de palabras inapropiadas. Estas se refieren al uso de cualquier vocabulario obsceno que se exprese con claridad y en tono suficientemente alto que pueda ser escuchado por cualquier persona presente.
4. Está prohibido hacer gestos ofensivos. Estas son señales o gestos que un jugador haga con las manos o la raqueta.
5. Se debe evitar golpear la raqueta o las bolas como señal de molestia y/o frustración.

6. En ningún momento se podrá presentar maltrato físico durante un partido. Se refiere a agredir físicamente al jugador, caddie o juez con la raqueta o pelotas.
7. Los jugadores deben respetar las reglas y condiciones de los torneos internos y externos, como también las decisiones tomadas por el Director del Torneo y los Jueces de Campo, quienes están calificados para aplicar debidamente el reglamento. El Director del torneo al final de cada evento deberá pasar un informe escrito.
8. Cuando un jugador sea seleccionado para representar al Club en un torneo externo, debe hacerlo de una forma respetable y responsable; siempre guardando las mínimas normas de cortesía, educación y espíritu deportivo.

Las penalizaciones impuestas por el Director o Juez del torneo se determinarán teniendo en cuenta el Reglamento Internacional de la Federación de Tenis. El juez de silla está autorizado para llamar la atención, quitar un punto, quitar un game y descalificar a un jugador en caso de faltar al reglamento.

El Comité de Tenis velará por el cumplimiento del presente Código. Cualquier incumpliendo de los puntos establecidos en el Código representa una falta, la cual será analizada por el Comité de Tenis, y presentada a la Junta Directiva para su respectivo tramite.

Se sancionará de la siguiente manera:

- a) Un llamado de atención verbal (Comité de Tenis).
- b) Un llamado de atención por escrito (Comité de Tenis).
- c) Una sanción estipulada por la Junta Directiva.

**Nota:** La Comisión Técnica tendrá en cuenta el cumplimiento de este Código y el comportamiento del jugador en los torneos internos como externos a la hora de realizar la selección del equipo para representar al Club en los diferentes torneos.



## NORMAS DE CORTESÍA

1. El jugador debe vestirse de forma apropiada y utilizar el calzado tenis adecuado para la práctica de este deporte de acuerdo con las normas y reglamento. En caso de representar al Club en torneos externos, se debe utilizar el uniforme determinado para el equipo.
2. Al momento del sonido del timbre para el cambio de turno, los jugadores deben terminar de jugar para que se realice el adecuado mantenimiento. El jugador del siguiente turno debe esperar a que el caddie realice el mantenimiento respectivo del campo antes de ingresar a la cancha. Le recordamos que el turno empieza a la hora en punto.
3. Permita que el caddie recoja las bolas y se ubique en su lugar (centro del campo o en una esquina), antes de iniciar un punto.
4. Sea responsable de señalar los puntos, ya sean buenos o malos en ausencia del juez de silla.
5. Respete las decisiones del juez de silla y/o su adversario. Es de mala cortesía pasarse al lado contrario a revisar el punto.
6. Sea cortés y amable con su contendor(es) y/o con su compañero de dobles, si está jugando esta modalidad.
7. Los jugadores deben cumplir con el compromiso de pago que adquieren con los caddies, jueces, monitores y profesores, una vez terminado el turno o el partido; en caso de no tener efectivo, en la recepción del Club se puede cancelar el servicio mediante la firma de un vale. En caso de no efectuar el pago en el día del servicio, la recepción está autorizada para emitir un vale por el cobro del servicio el cual tendrá un recargo del % y será pasado en la facturación del mes.
8. Si usted está de espectador, evite hablar en un tono de voz alto y el uso del celular cuando estén jugando.
9. Respete y promueva el buen cumplimiento del Reglamento de Tenis del América Tenis Club.

## DECÁLOGO DEL BUEN TENISTA

Por: Miguel R. Jiménez

El buen tenista confía porque está seguro de que sus pensamientos pueden cambiar el curso de un partido de una situación, y, si está seguro del triunfo, éste llegará.

Un buen tenista analiza cada estrategia y pregunta; « ¿Qué haría si tuviera qué jugar conmigo mismo?» Así descubre sus puntos débiles.

Un buen tenista sabe perder; no es indiferente ante la derrota como para decir, «bien, esto no era importante,» o, «a decir verdad, realmente yo no quería ganar,» o, «pasé mala noche, comí demasiado, etc., » simplemente acepta la derrota como tal, sin transfórmala en victoria ni hallarle excusas.

Luché por algo y no lo conseguí, perdí mi primera batalla.

El buen tenista conmemora el partido que gana. Esta victoria tuvo sus dificultades, noches de duda, interminables días de espera; desde tiempos antiguos, la celebración de un triunfo forma parte del ritual de la vida. Los amigos ven la alegría del triunfador y se preguntan ¿por qué hace esto? Puede llevarse una decepción en su próximo partido.

El buen tenista sabe el motivo de su actitud. Se beneficia del mejor regalo que la victoria puede darle: la confianza. Celebra hoy la victoria de ayer para tener más fuerzas en el partido de mañana. El buen tenista sabe que las cuerdas que siempre están tensas terminan desafinando. Los tenistas que están en continuo entrenamiento pierden espontaneidad en la competencia. Los caballos que siempre están saltando, terminan rompiéndose una pata. Los arcos que son curvados todos los días, ya no lanzan sus flechas con la misma fuerza.

Por eso, aunque no sienta el deseo, el buen tenista procura divertirse con las pequeñas cosas de la vida. Él no cuenta sólo con sus fuerzas, sino que también usa la energía de su adversario. Al iniciar el partido, todo lo que posee es su entusiasmo y el aprendizaje adquirido mientras entrena. A medida que el partido avanza, descubre que el entusiasmo y el entrenamiento no son suficientes; para vencer se necesita experiencia, pues sin inspiración ni experiencia ningún entrenamiento da resultado.

Un buen tenista jamás hace trampa, pero sabe confundir a su adversario; por más ansioso que esté, juega con los recursos de la estrategia para alcanzar su objetivo. Cuando ve que se están acabando sus fuerzas, hace que el adversario piense que no tiene prisa y es cuando hace fluir de su interior ese gran espíritu de lucha, acompañado de una gran dosis de paciencia; eso hará que el adversario pierda la prudencia y ataque antes de tiempo. En un partido, la capacidad de sorprender al adversario es la clave de la victoria.

El buen tenista sabe que es imposible vivir en estado de completa relajación; el arquero, para disparar su flecha a distancia, necesita mantener su arco bien estirado; el caballo, para superar un obstáculo contrae todos sus músculos, pero no confunde tensión con nerviosismo.

El buen tenista, para alcanzar su sueño, necesita una voluntad firme y una inmensa capacidad de entrega, aunque tenga un objetivo, no siempre el camino para lograrlo es el que se imaginó. La disciplina y entrega lo harán entusiasta en la rutina y podrá dirigir movimientos importantes.

El buen tenista no es indiferente ante la injusticia. Sabe que debe aceptar con altura las decisiones del juez, pero cuando ve que tiene razón en una decisión injusta, sabe reclamarle al juez con respeto, carácter y firmeza. Ante los momentos difíciles y dolorosos, encara la situación desventajosa con heroísmo, resignación y coraje.

El buen tenista nunca se acobarda. Su comportamiento dentro de la cancha es digno de todos los elogios, sabe aplaudir una buena jugada de su adversario y acepta sus virtudes con gestos amables sin recurrir jamás a gestos y acciones bajas con el fin de subestimar el buen juego de su contrincante.

Un buen tenista sabe dar ejemplo fuera de la cancha, mostrando en todas sus acciones una actitud equilibrada. Es un buen amigo de sus amigos, un buen compañero de sus adversarios y un buen miembro de familia.

Un buen tenista sabe que el fracaso no existe, sino que es un juicio que proyectamos sobre una acción determinada, y, en lugar de juzgarla, hace suya esta actitud: «¿Qué hacer con los resultados?» En vez de «no puedo fracasar, debo producir y resaltar.»

El buen tenista sabe que es mucho mejor jugar y producir resultados que le permitan crecer como persona, que escuchar sus pensamientos y vivir con temor. Sabe que los errores son precisamente la única cosa que puede ayudarle a aprender y a desarrollarse como persona. Nunca emplea el término «fracaso» con él mismo ni con otra persona; simplemente recuerda que cuando las cosas no salen como las ha planeado. No ha fracasado sino producido un resultado, y es entonces cuando se hace la pregunta: «¿Qué voy a hacer con los resultados obtenidos?»

El buen tenista nunca piensa como ganador o perdedor; ambas situaciones le ayudan a reflexionar; si pierde, qué ha aprendido, y gana, cómo controlar su ego para que no se infle demasiado.

Un buen tenista sabe muy bien que el mayor peligro para la mayoría de los jugadores no es que la meta sea demasiado alta para alcanzarla, sino que sea tan baja que la consiga.