

## **CONCERNE : ALERTE CANICULE**

Cher responsable de club,  
Cher juge-arbitre,  
Cher joueur,

Même si la participation aux compétitions tennistiques est de la responsabilité de chacun, l'Association Francophone de Tennis tient à vous informer par la présente de dispositions particulières à prendre en cas de fortes chaleurs comme nous les connaissons actuellement.

Veillez prendre connaissance ci-dessous de quelques recommandations utiles par ces conditions météorologiques extraordinaires (28 degrés et plus au début de la rencontre).

### Juge arbitre/ Responsable interclubs/responsable clubs :

- Pour les tournois, veillez, tant que possible, à adapter la programmation des rencontres afin de permettre leur tenue durant les périodes de la journée les moins chaudes : tôt le matin et en soirée.
- Prévoir une zone sur chaque terrain permettant aux joueurs de se tenir à l'ombre lors des changements de côtés, soit en plaçant des parasols de manière adéquate, soit en déplaçant les chaises vers des zones d'ombre naturelles.
- Adaptez et favorisez un temps de récupération plus long (15 min) après chaque set si la température extérieure est égale ou supérieure à 28 degrés.
- Si possible, mettez de l'eau fraîche à disposition permanente des joueurs ou du moins un espace réfrigéré (glacière ou frigo) leur permettant de tenir leur boisson au frais durant la rencontre. Prévoyez également des glaçons.
- Acceptez toute demande de break (10 min max par joueur par set) effectuée par un joueur qui en ressent le besoin suite aux conditions de chaleur extrême.

### Joueur :

- Portez des vêtements blancs.
- Portez une casquette.
- Emportez suffisamment de boissons fraîches et si possible, tenez-les au frais dans une glacière.
- N'hésitez pas à profiter du temps de repos exceptionnel prévu entre chaque set (15 min) lors de températures exceptionnelles (28 degrés et plus).
- Si vous ressentez des difficultés physiques dues aux chaleurs extrêmes, n'hésitez pas à demander un break de 10 min (1 break par set autorisé par joueur).