REGRAS DO MINI TÊNIS DE QUADRA

1º QUADRA

- Dimensões: aproximadamente 12 a 18 metros de comprimento por 6 a 8 metros de largura, dependendo da idade.
- Pode ser montadas em quadras de tênis tradicionais, usando fitas, cones ou linhas adesivas para delimitar.
- Pode ser jogado transversalmente numa quadra oficial.

2º REDE

- A altura da rede ajustada em torno de 80cm a 90cm
- Pode ser uma rede portátil ou fita elástica.

3º RAQUETES

- Raquetes menores e mais leves, conforme a idade da criança
- 4 a 6 anos: 43 a 49cm
- 7 a 8 anos: 50 a 58cm
- 9 a 10 anos: 58 a 63cm

4º BOLAS

- Bolas de baixa compressão, mais lenta:
- Vermelhas: 75% mais lenta (espuma ou feltro) para iniciantes
- Laranja: 50% mais lenta intermediário
- Verde: 25% mais lenta avançando para o tênis tradicional

5º SAQUE

- Pode sacar por baixo ou por cima
- 2 chances para acertar o saque
- Saque feito atrás da linha de base adaptada.

6º PONTUAÇÃO

- Pode variar de acordo com o nível. Os formatos mais comuns:
- Um set curto de 4 games (sem vantagem)
- Games rápidos até 7 ou 10 pontos corridos
- Pode-se usar a pontuação simples (1,2,3...) ao invés da tradicional (15, 30, 40)

7º REGRAS SIMPLES

- A bola pode quicar uma vez antes de ser rebatida
- Encoraja-se o fair play e o entendimento básico das regras
- Árbitros geralmente são instrutores ou monitores

8º BENEFÍCIOS DO MINI TÊNIS

- Desenvolve coordenação motora, agilidade e percepção espacial
- Estimula o gosto pelo esporte desde cedo
- Respeita o estágio de desenvolvimento físico e cognitivo da criança
- Aprende Jogando com diversão e participação.