

# jogos de super nintendo online

Independente de ser iniciante, praticante intermediário ou profissional no tênis, importante que ao praticar a modalidade alguns itens básicos sejam adotados, a fim de que a atividade possa ser realizada com toda segurança e conforto necessários, como a raquete, a bola, a roupa característica e claro, o tênis esportivo.

O tênis para jogar é diferente de outros sapatos e precisa ser escolhido conforme o piso em que a partida será jogada, ou seja, a superfície da quadra. Além disso, é importante que ele fique justo no pé e no tornozelo, sempre oferecendo o maior conforto ao atleta.

Tênis para jogar tênis: Como escolher o certo?

As superfícies para o jogo podem ser divididas da seguinte forma:

- Clay Court ou Saibro: Basicamente feita com argila e terra, essa quadra ainda recebe uma cobertura de pó de tijolo. O calçado ideal para ela é o mais baixo do que os de piso rívido e possui o padrão chevron no solado, que precisa ser aberto e profundo. O calçado para essa superfície requer cuidado na escolha, uma vez que precisa evitar que o jogador escorregue sobre o saibro.
- Grama ou Grass: Esse tipo de piso é feito de grama e, conseqüentemente, o mais rívido para o jogo. Para aumentar a tração e deixar o tenista prevenido contra escorregões, os calçados para jogar tênis nessa superfície devem conter birros no solado e feitos de forma a não prejudicar a grama.
- Piso duro, rívido ou hard court: Na verdade, diferentes tipos de quadras se encaixam nessa categoria, por exemplo: as com piso de madeira, tartan, grama artificial, cimento e asfalto.

Os tênis para essas superfícies são facilmente encontrados, uma vez que elas são as mais utilizadas para jogos.

Por necessitar de reforço em determinadas áreas como as laterais e as que