

Pautas Covid-19 para el Regreso

Al Entrenamiento Atlético

8 de junio: Fase 1:

* Todas las sesiones de entrenamiento en la Fase 1 se llevarán a cabo al aire libre o en gimnasios.
* Los entrenamientos serán solo de fuerza y acondicionamiento, sin pelotas o equipo deportivo específico.
* Cada escuela seguirá el Plan de Prevención de Enfermedades Infecciosas de HCSD.
* El personal y los estudiantes deportistas serán evaluados antes de cada entrenamiento (controles de temperatura y encuesta de salud).
* Los grupos de entrenamiento constarán de 20 participantes, incluidos los entrenadores.
* Los grupos serán las mismas personas (incluidos los entrenadores) para cada sesión con el fin de limitar el riesgo de exposición. Los estudiantes atletas y entrenadores NO PUEDEN cambiar de grupo mientras dure esta guía.
* Los vestuarios y las duchas están cerrados. Los estudiantes atletas deberán presentarse en la instalación vestidos para entrenar y deberán ducharse en casa.
* El equipo se limpiará antes de cada entrenamiento y se desinfectará entre el uso individual de cada estudiante-atleta.
* Cada estudiante atleta debe tener su propia botella de agua personal. No está permitido el uso de fuentes de agua u otras fuentes compartidas.
* Se mantendrá el distanciamiento social en todo momento.
* Se programará un tiempo de espera de al menos 15 minutos entre las sesiones de entrenamiento para permitir la desinfección de las instalaciones y el equipo.
* No se permitirán visitantes en las sesiones de entrenamiento.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\* Todas las sesiones de entrenamiento de verano son voluntarias. Además, cualquier entrenador o atleta que se sienta enfermo no debe asistir a sesiones de entrenamiento. \*