



MEMORÁNDUM



FECHA: 24 de junio de 2020

PARA: Familias y atletas de MHS

CC: Entrenadores de MHS

DE: Evan Brown, director atlético de MHS

RE: Entrenamientos de verano - Orientación e información de atletismo

Gracias por su paciencia al esperar nuestra comunicación sobre nuestras actividades deportivas de verano. Estamos ansiosos por darles la bienvenida a sus estudiantes a los entrenamientos en equipo. Haga clic [aquí](#) para completar una exención COVID para que su atleta pueda participar. La siguiente información es para su referencia cuando volvamos a abrir.

- Los entrenadores estarán en contacto con los estudiantes atletas a través de SportYou (aplicación), Facebook y / o el sitio web del equipo en www.madrasathletics.org si va a realizar ejercicios de verano.
- Si no tiene noticias de nadie, comuníquese conmigo a ebrown@509j.net y le enviaré su información al entrenador y les pediré que se comuniquen con usted.
- Los entrenamientos de verano son opcionales, no obligatorios. La participación se limitará a estudiantes atletas de edad avanzada de HS y será supervisada por el personal de entrenamiento con licencia actual de MHS.
- Los estudiantes atletas solo pueden practicar una vez al día. No doblar con las prácticas.
- Cuando lleguen los estudiantes atletas, deben permanecer en sus vehículos hasta que su entrenador los retire. No se congrega por la entrada o salida. Los entrenadores y estudiantes atletas deben mantener 6 pies de separación en todo momento.
- Los estudiantes atletas pueden usar una máscara si lo desean. No es requerido. Los entrenadores también pueden usar una máscara. Si un entrenador está trabajando con más de una cápsula, o una cohorte de estudiantes atletas, deberán usar una máscara.
- Los estudiantes atletas deben traer su propia botella de agua. Las fuentes de agua no estarán disponibles para su uso. La hidratación es muy importante. Sin botella de agua, sin práctica.
- Los baños y vestuarios no estarán disponibles. Cuide sus necesidades personales antes de venir al entrenamiento.
- Los entrenamientos se limitarán a 60 minutos las primeras dos semanas, 75 minutos a la semana 3. Las prácticas tendrán un período de calentamiento de 10 minutos y un período de enfriamiento / estiramiento de 10 minutos. Debido a que la mayoría de los estudiantes atletas han sido sedentarios durante gran parte de los últimos meses, seguiremos las estrictas pautas de la Federación Nacional de Escuelas Secundarias para ponerse en forma.
- Higiene personal. Los estudiantes deben lavarse las manos antes de venir a practicar. A su llegada, deberán desinfectar sus manos antes de comenzar cualquier actividad. Pueden traer su propio desinfectante. También tendremos algunos en el sitio.
- Los entrenadores tendrán desinfectante y toallas para limpiar el equipo después de su uso.
- Tenga en cuenta que no habrá ningún entrenador atlético de turno.
- No se permitirán espectadores en las prácticas. Esto incluye, padres, atracciones o estudiantes atletas lesionados. Las únicas personas que pueden congregarse en el momento de los entrenamientos son las que participan en los entrenamientos.
- No dude en contactar a su entrenador directamente con preguntas específicas.

DISTRIBUTION: Facebook, Blackboard, Webpage, Email

2020-2021 HEAD COACHES

Football - Kurt Taylor - ktaylor@509j.net

Track - Eddie Adams - jeadams@509j.net

Boys Basketball - Nick Brown - nbrown@509j.net

Girls Basketball - Jerin Say - jsay@509j.net

Girls Soccer - Shawn Darrow - sdarrow@509j.net

Boys Soccer - Clark Jones - cjones@509j.net

Girls Tennis - Dave Jordan - kumu@crestviewcable.com

Boys Tennis - Margaret Kincaid - mkincaid@509j.net

Cross Country - Brian Martz - bmartz@509j.net

Softball - Shawna McConnell - smcconnell@509j.net

Wrestling - Brad Padgett - bpadgett@509j.net

Baseball - Jerry Shaw - jshaw@509j.net

Volleyball - Natalie Villanueva - nataliescheller@gmail.com

Cheer - Brittany Killion - britkillion@gmail.com

Athletic Secretary - Zuleyma Canales - zcanales@509j.net