

# UDA **YELLOW PHASE** COMPLIANCE GUIDELINES FOR ORGANIZATION



## PRE-TRAINING CHECKLIST

- Coaches will be required to wear a face covering during the duration of trainings
  - Face coverings should cover the nose and mouth, be breathable, consist of cotton or wick-type material and follow CDC guidelines.
- Coaches should conduct the Health Check through TeamSnap at home before trainings
  - including a temperature check for low grade fever (>100.4). If you have a fever, do not go to training.
- Coaches may take "PPE breaks" throughout trainings
  - To take a PPE break, simply ensure you are more than 10 feet away from another participant and remove your mask.
- Field set-up for trainings should aim to use minimal equipment to limit exposure and transmission of COVID-19.
- All equipment (e.g. flags, balls and cones) should be disinfected prior to the start of trainings.
- Where possible, general team bibs should not be used for training
  - a. The coach is recommended to make a plan in advance of training and as necessary suggest a specific training gear color for players to arrive in.
  - b. Alternatively, clubs could temporarily issue team bibs to players. Participants would be responsible for bringing these bibs to training and washing them after training. Issued bibs should be clearly labeled and not shared or rotated amongst participants during training.
  - c. If team bibs are used, they should only be used by one participant and not shared or rotated amongst participants.
  - d. If team bibs are used, they should be placed at personal station ahead of participant arrivals, instead of handed out by coaches/staff.
  - e. Any team bibs used should be washed by the club afterwards in order to decrease the transmission of COVID-19.
- For arrival to both trainings, coach should setup socially distanced "personal prep stations"
  - individual areas for each player to set their bag/water bottle.
- Limit of 50 people at each training including coaches and safety coordinator

## GUIDELINES FOR TEAM TRAINING

- It is not necessary to socially distance as part of training exercises. Conditioning games of different lengths, across different field sizes, and with varying player densities can be incorporated.
  - Acknowledge that these activities are not socially distanced. Players may come in contact with one another and should be vigilant about following hand hygiene to promote the safety of all those involved in the activity.
  - If a player does not feel comfortable participating, do not pressure the player to join. Allow the player to watch from a socially distanced vantage point where he or she can still learn from the training activity.
- Coaches should reinforce that players remain socially distanced. (i.e. during explanation of the activity or during any break in play).

## POST-TRAINING CHECKLIST

- Clean and disinfect all equipment used during practice
- For contact tracing purposes, maintain a list of all participants and attendees at trainings in TeamSnap.

# UDA YELLOW PHASE COMPLIANCE GUIDELINES PARA LA ORGANIZACION



## LISTA DE VERIFICACIÓN PREVIA AL ENTRENAMIENTO

- Se requerirá que los entrenadores usen una mascarilla facial durante la duración de los entrenamientos.
  - Las mascarillas faciales deben cubrir la nariz y la boca, ser transpirables, estar hechas de algodón o material tipo mecha y seguir las reglas del CDC.
- Los entrenadores deben realizar el Health Check a través de TeamSnap en casa antes de los entrenamientos.
  - incluyendo un control de temperatura para fiebre baja (> 100.4.). Si tienes fiebre, no vayas a entrenar.
- Los entrenadores pueden tomar "descansos del PPE" durante los entrenamientos
  - Para tomar un descanso del PPE, simplemente asegúrese de estar a más de 10 pies de distancia de otro participante y quítese la mascarilla.
- La configuración de campo para los entrenamientos debe utilizar un equipo mínimo para limitar la exposición y transmisión de COVID-19.
- Todo el equipo (por ejemplo, banderas, pelotas y conos) debe desinfectarse antes del inicio de los entrenamientos.
- Siempre que sea posible, los dorsales generales del equipo no deben usarse para entrenar.
  - a. Se recomienda al entrenador que haga un plan antes del entrenamiento y, según sea necesario, sugiera un color de equipo de entrenamiento específico para que lleven los jugadores.
  - b. Alternativamente, los clubs podrían entregar temporalmente dorsales de equipo a los jugadores. Los participantes serían responsables de llevar estos dorsales al entrenamiento y lavarlos después del entrenamiento. Los dorsales emitidos deben estar claramente etiquetados y no deben compartirse ni rotarse entre los participantes durante la capacitación.
  - c. Si se utilizan dorsales de equipo, solo debe ser utilizado por un participante y no debe compartirse ni rotarse entre los participantes.
  - d. Si se usan dorsales del equipo, deben colocarse en el puesto personal antes de la llegada de los participantes, en lugar de ser entregados por los entrenadores/personal.
  - e. Cualquier dorsal de equipo que se use debe ser lavado por el club posteriormente para disminuir la transmisión de COVID-19.
- Para llegar a ambos entrenamientos, el entrenador debe configurar "estaciones de preparación personal"
  - áreas socialmente distanciadas individuales para que cada jugador coloque su bolsa/botella de agua.
- Límite de 50 personas en cada entrenamiento, incluidos los entrenadores y el coordinador de seguridad

## REGLAMENTOS PARA LOS ENTRENAMIENTOS

- No es necesario distanciarse socialmente como parte de los ejercicios de entrenamiento. Se pueden incorporar juegos de acondicionamiento de diferentes longitudes, en diferentes tamaños de campo y con diferentes densidades de jugadores.
  - Reconozca que estas actividades no están socialmente distanciadas. Los jugadores pueden entrar en contacto y deben estar atentos a la higiene de manos para promover la seguridad de todos los involucrados en la actividad.
  - Si un jugador no se siente cómodo participando, no lo presione para que se una. Permita que el jugador mire desde un punto de vista socialmente distanciado donde aún pueda aprender de la actividad de entrenamiento.
- Los entrenadores deben reforzar que los jugadores permanezcan socialmente distanciados. (es decir, durante la explicación de la actividad o durante cualquier interrupción del juego).

## LISTA DE VERIFICACION DESPUES DEL ENTRENAMIENTO

- Limpiar y desinfectar todo el equipo utilizado durante la práctica.
- Para fines de rastreo de contactos, mantenga una lista de todos los participantes y asistentes a los entrenamientos en TeamSnap.

Preguntas o Preocupaciones?

Contacte nuestro Oficial de Seguridad COVID-19: (385) 259-0772 o [covid19safety@udasoccer.org](mailto:covid19safety@udasoccer.org)