

UDA **YELLOW PHASE** COMPLIANCE GUIDELINES FOR PLAYERS



PRE-TRAINING CHECKLIST

- Hand hygiene: Wash your hands (use hand sanitizer) before and after training and during breaks. Bring and use hand sanitizer at every training
- All players should wear new or clean face covering upon arrival, departure and when not physically active for any training.
- Players should pack at least two bottles of water for training to limit the need for refills. Clearly mark your name on your water bottle. You should not share water bottles.
- Players should wait in their cars until just before the beginning of training

GUIDELINES FOR TEAM TRAINING

- Where able, participants should not pick-up field equipment, move goals or handle other equipment.
- Participants are recommended to pack and bring to personal sanitizing supplies to training, including hand sanitizers, to be used before, during breaks and post-training. Sanitizing materials should be clearly marked and not shared.
- In general, maintain as much social distance as possible when not physically active (i.e. water breaks, tactical discussions, etc)
- Participants should avoid intentionally touching each other before or after competitions. This includes hugs, high-fives, or huddles.

POST-TRAINING CHECKLIST

- Every player will be required to wear a mask when leaving training
- No physical contact with other teammates when leaving
- Wash hands thoroughly after practice
- Wash and sanitize all equipment after every practice

Questions or Concerns?

Contact our COVID-19 Safety Officer: (385) 259-0772 or covid19safety@udasoccer.org

UDA **YELLOW PHASE** COMPLIANCE GUIDELINES PARA LOS JUGADORES



LISTA DE VERIFICACIÓN PREVIA AL ENTRENAMIENTO

- Higiene de manos: Lávese las manos (use desinfectante de manos) antes y después del entrenamiento y durante los descansos. Lleva y usa desinfectante para manos en cada entrenamiento.
- Todos los jugadores deben usar una mascarilla facial nueva o limpia a su llegada, salida y cuando no estén físicamente activos para ningún entrenamiento.
- Los jugadores deben empacar al menos dos botellas de agua para el entrenamiento para limitar la necesidad de recargas. Marque claramente su nombre en su botella de agua. No debes compartir botellas de agua.
- Los jugadores deben esperar en sus autos hasta justo antes del comienzo del entrenamiento.

REGLAMENTOS PARA LOS ENTRENAMIENTOS

- Cuando sea posible, los participantes no deben recoger equipo de campo, mover porterías ni manipular otro equipo.
- Se recomienda a los participantes empacar y llevar suministros de desinfección personal a la capacitación, incluidos desinfectantes de manos, para usar antes, durante los descansos y después de la capacitación. Los materiales desinfectantes deben estar claramente marcados y no compartidos.
- En general, mantenga la mayor distancia social posible cuando no esté físicamente activo (es decir, descansos para tomar agua, discusiones tácticas, etc.)
- Los participantes deben evitar tocarse intencionalmente antes o después de las competencias. Esto incluye abrazos, darse la mano o amontonarse.

LISTA DE VERIFICACION DESPUES DEL ENTRENAMIENTO

- Todos los jugadores deberán usar una máscara al salir del entrenamiento.
- Sin contacto físico con otros compañeros al salir
- Lávese bien las manos después de la práctica
- Lave y desinfecte todo el equipo después de cada práctica.

Preguntas o Preocupaciones?

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