

Guidelines to Playing it Safe!



Practice Good Hygiene



Stop hand shakes and use **non-contact methods**; this includes post-game handshakes



Wash hands **regularly** for at least 20 seconds; Use sanitizing wipes after contact with **shared equipment**; Shower and wash clothes **immediately** following practices/games



Disinfect surfaces like doorknobs, gates, and shared equipment



Avoid touching your face and cover your coughs and sneezes



Players/Coaches must bring their own water/beverage to consume. **No shared fountains/stations/coolers may be used**

Sanitize Regularly

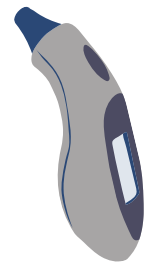
Coaches should **sanitize** shared equipment before and after each practice/game

Players are encouraged to use sanitizer **before and after** each at bat and **when going out to, and coming in from,** the field

Maintenance equipment and dugouts should be sanitized daily

Stay home if...

- You are **feeling sick**
- You have a **sick family member** at home
- Your temperature is **100.4 or above**



Practice Social Distancing



- **Players/coaches** should space their items at least six feet apart along a fence during practice
- Players should remain spaced out as much as possible during practices; **workout pods/groups** are encouraged
- Use of bleachers should be **limited**
- Dugouts are permitted **during games only**; players/coaches should spread out as much as possible unless actively participating in the game
- Fans should **bring their own chair or stand** while practicing social distancing
- **Use of masks** should follow local school district policies

¡Pautas para ir a lo seguro!



Practicar buena higiene



Deje de temblar las manos y use **métodos sin contacto**; esto incluye apretones de manos después del juego



Lávese las manos regularmente durante al menos 20 segundos; Use toallitas desinfectantes después del contacto con el **equipo compartido**; Ducharse y lavar la ropa **inmediatamente** después de las prácticas y juegos



Desinfecte superficies como pomos de puertas, puertas y equipos compartidos



Evite tocarse la cara y cubrirse la tos y los estornudos.



Los jugadores y entrenadores deben traer su propia agua o bebida para consumir. **No se pueden usar fuentes, estaciones o enfriadores compartidos**

Desinfectar regularmente

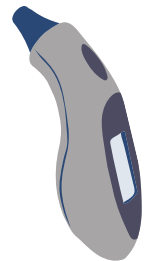
Los entrenadores deben **desinfectar** el equipo compartido antes y después de cada práctica y juego

Se alienta a los jugadores a usar desinfectante **antes y después** de cada turno al bate y cuando **salen y entran** del campo.

Los equipos de mantenimiento y las piraguas deben desinfectarse diariamente.

Quédate en casa si...

- Te sientes **enfermo**
- Tienes un **familiar enfermo** en casa
- Su temperatura es de **100.4 o más**



Practica el distanciamiento social



- **Los jugadores y entrenadores** deben espaciar sus elementos al menos a seis pies de distancia a lo largo de una cerca durante la práctica
- Los jugadores deben permanecer separados tanto como sea posible durante las prácticas; Se recomiendan **grupos de ejercicios**
- El uso de gradas debe ser **limitado**
- Las piraguas están permitidas **solo durante los juegos**; los jugadores y entrenadores deben extenderse tanto como sea posible a menos que participen activamente en el juego
- Los fanáticos deben **traer su propia silla o pararse** mientras practican el distanciamiento social
- **El uso de máscaras** debe seguir las políticas del distrito escolar local