



## 2021-22 INFORMACIÓN DEPORTIVA DE VERANO Y OTOÑO

### Campo-travesía, Fútbol, Tenis y Voleibol

Todos los estudiantes que participen en Lesher Athletics deben completar el **Registro Atlético En Línea (anualmente)** como se detalla a continuación, entregar una copia impresa del **Examen físico PSD (válido por 364 días)** y pagar una **Cuota Atlética (\$120;** a menos que el estudiante sea elegible para el almuerzo gratuito o reducido la cuota se exime de escuela privada, chárter o estudiante de escuela en casa - \$132) ;**ANTES DEL CAMPAMENTO DE PRETEMPORADA!**

**Toda la información pertinente sobre deportes de la escuela secundaria se encuentra en línea en:**

**<https://www.psdathletics.org/msreg>**

PSD ofrece un programa deportivo integral para estudiantes de 7º a 8º grado y los estudiantes de 6º grado pueden participar en campo travesía, golf y atletismo. Para todos los demás deportes del nivel de 6º grado, la programación se ofrece a través del [Departamento de Recreación de la Ciudad de Fort Collins](#) o a través de múltiples clubes competitivos en todo el Norte de Colorado. Los estudiantes de escuela de casa /chárter/privada deben comunicarse con la Oficina Atlética del Distrito al (970) 490-3332 para solicitar la colocación formal para el atletismo.

**Información deportiva sobre medicamentos:** Si su estudiante está planeando inscribirse en deportes este año y utiliza medicamentos de emergencia como un inhalador de rescate, pluma epi, medicamentos diabéticos, o de convulsión recomendamos encarecidamente tener un segundo paquete para los entrenadores. El auto cargar es una opción para inhaladores de rescate y plumas epi. Creemos que esta es una práctica mucho más segura que tener medicamentos para viajar de un lado a otro para cada práctica y partidos/partidos fuera. Por favor, también tenga la documentación correcta de PSD en la oficina de salud con cada medicamento prescrito por el médico. Vaya a la pestaña programas y servicios en el sitio web de PSD, luego haga clic en el bienestar de los estudiantes, luego en la salud de los estudiantes y desplácese hacia abajo hasta el #6 para obtener las formas correctas. Puede obtener copias impresas en la oficina de salud.

#### **\*\* Requisitos de INSCRIPCIÓN ATLÉTICA \*\***

Antes de participar en cualquier deporte, los estudiantes de secundaria que participen en Atléticos de PSD deben:

1. Complete el **registro de Lesher en:** [www.tinyurl.com/crosscountry7-8](http://www.tinyurl.com/crosscountry7-8); [www.tinyurl.com/football7-8](http://www.tinyurl.com/football7-8); [www.tinyurl.com/tennis7-8](http://www.tinyurl.com/tennis7-8); or [www.tinyurl.com/volleyball7-8](http://www.tinyurl.com/volleyball7-8)
2. Completar la **inscripción atlética en línea:** <https://www.psdathletics.org/msreg>
3. Entregue una copia impresa del **PSD examen médico** de su consultorio médico a la señora Downing en la oficina principal. Los exámenes físicos no se pueden cargar ni completar en línea. Un examen físico es vigente durante 364 días.
4. Pague la **tarifa atlética** de \$120 a menos que sea estudiante de escuela chárter / privada / escuela en casa - la tarifa es \$132, o se exime la tarifa si es estudiante es elegible para el almuerzo gratuito o reducido \*\*.

**\*\*Si usted está exento de cargos, debe volver a solicitar este verano el estado de la tarifa exenta en la siguiente dirección:** <https://www.myschoolapps.com/Application>. Una vez que haya calificado para cargos renunciados, debe iniciar sesión en Parent Vue, hacer clic en formularios y hacer clic en permiso para compartir bajo el nombre de su estudiante. Esto nos permite renunciar a la tarifa atlética. Si usted está en cuotas eximidas todavía debe procesar un pago a través del pago escolar (iniciar sesión en el pago de la escuela, seleccionar su deporte de los estudiantes, agregar ese deporte al carro y aparecerá en \$0.00 dólares adeudados), procesar el pago y traer recibo con el físico firmado por su médico a la oficina principal de Lesher.

**¿Preguntas?** Póngase en contacto con el entrenador que aparece a continuación, Subdirector/Director Deportivo- Waren Morrow en [wmorrow@psdschools.org](mailto:wmorrow@psdschools.org), 472-3802; Secretaria de Atletismo- Karen Downing en [kdowning@psdschools.org](mailto:kdowning@psdschools.org), 472-3801; o Verónica Carrillo para (Español) en [veronicc@psdschools.org](mailto:veronicc@psdschools.org), 472-3853.

#### **OPORTUNIDADES ATLÉTICAS DE VERANO**

- ✓ Lesher estará cerrada para su construcción (conseguir pisos nuevos) durante la mayor parte de este verano. El próximo verano, 2022, planeamos ofrecer muchas ofertas atléticas competitivas. ¡Vamos Vikingos!
- ✓ **Exámenes Físicos Atléticos** para Estudiantes de Lesher que necesiten: **Martes y jueves, 3 y 5 de agosto, de 8:30AM-5PM. Llame HOY para una cita** en The Health and Wellness Center en Centennial High School, 488-4950, 330 East Laurel Street - justo al final de la calle de Lesher, \$0 a \$40 precio para el examen físico.



## **CAMPO TRAVIESA/CROSS-COUNTRY (6° 7 y 8° grado)**

### **CONTACTO:**

Ben Mayer, Co-Head Cross-Country Coach, 472-3829, [bmayer@psdschools.org](mailto:bmayer@psdschools.org)  
 Jo Dixon, Co-Head Cross-Country Coach, 472-3844, [jonetted@psdschools.org](mailto:jonetted@psdschools.org)  
 Josh Swann, entrenador asistente de Campo Traviesa, 472-3837, [jswann@psdschools.org](mailto:jswann@psdschools.org)  
 Ashley Broody, Asistente de Entrenador de Campo Traviesa, 472-3851, [abroody@psdschools.org](mailto:abroody@psdschools.org)

### **OPORTUNIDADES DE VERANO:**

¡Lo mejor que puedes hacer para la próxima temporada es empezar a entrenar este verano! Ya sea que salgas a trotar un par de días a la semana o entres en algunas carreras de la ciudad, todo lo que hagas ahora te ayudará en otoño. Contacta a los entrenadores de Campo Traviesa si estás interesado en un plan de entrenamiento de verano - tenemos un montón de maneras divertidas que puedes obtener una ventaja. Estas son algunas divertidas carreras 5K a las que todavía puedes participar este verano:

1. **Día del Padre 5K** el 20 de junio de las Tiendas del Mall Foothills, en Fort Collins
2. **FireKracker 5K** el 4 de julio en el City Park, en Fort Collins
3. **La Carrera Humana 5K** el 1 de agosto (fecha de la carrera) Centro de Fort Collins (Hecha un vistazo al desafío "Hombre contra máquina")
4. **El Festival del Melocotón 1 mi, 5/10K, 1/2 maratón** el 17 de agosto (fecha de la carrera) en Civic Center Park, Fort Collins
5. **Be a Hero 5K** el 29 de agosto en Rolland Moore Park, Fort Collins
6. **FORTitude 10K** el Día del Trabajo (6 de septiembre) en la CSU
7. Regístrese en la **Serie Healthy Kids Run** (edades de 5 a 12 años) o en la **Fit Teens Run Series** (edades de 13 a 18 años) para obtener un pase de descuento de 5K para seleccionar Fort Collins 5K's y premios cuando corra. <https://www.uhealth.org/services/community-health/healthy-kids/run-series/>
8. Visita el calendario en la página web de *Fort Collins Running Club* para más carreras divertidas de las que puedes ser parte durante el verano: <http://fortcollinsrunningclub.org/>

**\*\*Completar los requisitos de INSCRIPCIÓN ATLÉTICA antes del campamento de pretemporada\*\***

**Reunión de padres y jugadores el martes 10 de agosto** de 5-6PM en Lesher.

**Campamento de pretemporada: miércoles y jueves, 11 y 12 de agosto** de 3:30-4:30PM EN LESHER.

**Las prácticas** son de lunes a viernes y la primera práctica es de 3:00-4:45PM Lunes 16 de agosto a las en Lesher.

**Cada práctica**, los atletas necesitarán pantalones cortos, camiseta, botella de agua y zapatillas de running.

## **FÚTBOL (7° y 8° grado)**

### **CONTACTO:**

Lee Oldenburg, entrenador de fútbol de 8° grado, 232-5020, [loldenbu@psdschools.org](mailto:loldenbu@psdschools.org)  
 Matt Silvas, Head 7<sup>th</sup> Grade Football Coach, [msilvas@psdschools.org](mailto:msilvas@psdschools.org)  
 Matt Moeller, entrenador asistente de fútbol, 472-3845, [mmoeller@psdschools.org](mailto:mmoeller@psdschools.org)

**\*\*Completar los requisitos de INSCRIPCIÓN ATLÉTICA antes del campamento de pretemporada\*\***

### **OPORTUNIDADES DE VERANO:**

1. **Reunión obligatoria de padres y jugadores el martes 3** de agosto de 5-6PM en Lesher (auditorio).
2. **Exámenes Físicos Atléticos** para estudiantes de que necesiten: **martes y jueves, 3 y 5 de agosto, 8:30AM-5PM.** **Llame HOY** para fijar una cita en The Health and Wellness Center en Centennial High School, 488-4950, 330 East Laurel Street - justo al final de la calle de Lesher, \$0 a \$40 precio para el examen físico.
3. **Campo de fútbol de pretemporada Lesher: 9-13 de agosto**, de 3:00-5:00PM en Lesher Viking Field.
4. **Equipo Salida: 13 de agosto**, 3:00-5:00 PM EN LESHER (Gimnasio Auxiliar y Jaula Atlética).

**Prácticas:** De lunes a viernes de 3:10-5:30 y la primera práctica obligatoria es el **lunes 16 de agosto.**

**Equipo:** los atletas necesitarán dos piezas de boca de colores (no blancos o transparentes) con correa, pantalones cortos, camiseta, aficionado atlético, botella de agua, cerradura combinada, par de calcetines blancos hasta la rodilla para los días de juego, y zapatos de fútbol (tenemos algunos zapatos adicionales si es necesario-los tamaños son limitados).



## TENIS (7° y 8° grado)

### CONTACTO:

Janna Dickerson, entrenadora de tenis [jannadickerson@gmail.com](mailto:jannadickerson@gmail.com)

TBD, Entrenador asistente de tenis

### OPORTUNIDADES DE VERANO:

1. Miramont Junior Tennis, disponible para socios y no miembros. Información en: <https://www.genesishealthclubs.com/locations/miramont-south/junior-tennis.html>
2. Lewis Tennis ofrece una amplia variedad de campamentos y programas durante el verano. Visite <http://www.lewistennis.com/page-20> para obtener más información.
3. Highland Meadows: <http://www.highlandmeadowstenniscenter.com/summer-2017-junior-program.html>
4. CSU ofrece sesiones de campamentos a través de este enlace: <http://www.hes.chhs.colostate.edu/outreach/ysc/tennis.aspx>
5. Si nada más, por favor disfrute de las numerosas canchas ubicadas en toda la ciudad y juegue con la familia y amigos. <http://www.tennisround.com/tennis-courts/co/fort-collins>

**\*\*Completar los requisitos de INSCRIPCIÓN ATLÉTICA antes del campamento de pretemporada\*\***

**Campamento de pretemporada: martes a jueves, 10-12 de agosto, de 3:30-5:30PM en Edora Park (1420 East Stuart Street).**

**Reunión de padres y jugadores el jueves 5 de agosto de 5-6PM at Leshher.**

**Las prácticas** son de lunes a viernes y la primera práctica es de 3:30-5:30PM el lunes 16 de agosto en Edora Park (1420 East Stuart St). Nos reuniremos en la cafetería de Leshher después de la escuela el lunes y martes (8/16-8/17) y discutiremos cómo llegar y regresar de manera segura a Edora.

**Cada práctica**, los atletas necesitarán una raqueta de tenis, ropa y calzado de tenis apropiados, botella de agua y protector solar. Opcional, pero los artículos sugeridos incluyen gafas de sol, un sombrero y otros artículos apropiados para el clima.

## VOLEIBOL FEMENINO ( 7° y 8° grado)

### CONTACTO:

Annie Wind, entrenadora de 8° grado [annew@psdschools.org](mailto:annew@psdschools.org),

Nicole Sietsma, [nsietsma@psdschools.org](mailto:nsietsma@psdschools.org), Entrenador de 7° grado

### OPORTUNIDADES DE VERANO:

1. Voleibol Legacy-[www.legacyvolleyballacademy.net](http://www.legacyvolleyballacademy.net)
2. Norco Volleyball Club-<https://www.norcovolleyball.com/>
3. Universidad Estatal de Colorado-<https://www.esuramvolleyballcamps.com/>
4. Universidad del Norte de Colorado-<http://www.uncbearsvolleyball.com/camps.html>

**\*\*Completar los requisitos de INSCRIPCIÓN ATLÉTICA antes del campamento de pretemporada\*\***

Gimnasios abiertos	8/2-8/4	10:00 am-12:00pm
Campamento de pretemporada	8/9-8/11	*3:00pm-5:00pm*
Pruebas - Must asistir todos los días	8/16-8/18	8° Grado: 3:15-4:30 7° Grado: 4:30-5:45

- Las prácticas serán de lunes a viernes y rotarán entre las prácticas tempranas y tardías cada semana entre 8° y 7° grado
- Reunión de jugadores y padres el viernes 27 de agosto a las 5:00 pm en el Gimnasio Principal de Leshher
- Cada práctica, los atletas necesitarán pantalones cortos / spandex, camiseta, botella de agua, rodilleras, candado para el casillero del gimnasio y zapatos de gimnasio apropiados.

**Estamos deseando otro gran año de atletismo... ¡VAMOS VIKINGOS!**



Distrito Escolar Poudre 2407  
LaPorte Ave  
Fort Collins, CO 80521  
(970) 482-7420

## 2021-2022 Certificado médico del estado físico del estudiante para participar en atletismo en la Escuela Intermedia

*Este formulario, al igual que el PERMISO Y LIBERACIÓN DE RESPONSABILIDADES PARA PARTICIPAR EN ATLETISMO, se debe llenar y presentar a la escuela en donde se participará en atletismo, tal como se designe más adelante, con anterioridad a que al estudiante se le permita participar o competir en el/los deporte(s) escolar(es).*

### Información del estudiante – La debe llenar el estudiante o el padre o tutor legal.

Nombre del estudiante (Apellido, 1.er nombre, iniciales del 2.º nombre) \_\_\_\_\_ # de identificación del estudiante \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento del estudiante \_\_\_\_\_

Masculino       Femenino

Domicilio del estudiante \_\_\_\_\_ Ciudad \_\_\_\_\_ Estado \_\_\_\_\_ Código postal \_\_\_\_\_

Escuela en donde participa en atletismo \_\_\_\_\_

Nombre de el/los padre(s) de familia o tutor(es) legal(es) \_\_\_\_\_ Teléfono \_\_\_\_\_

### Physician's Certification (Certificado médico)

*I certify that I have examined the above-named student and find the student physically fit to fully participate in the school sport(s) listed below, except those crossed out, without restriction:*

(Certifico que he examinado al estudiante que se menciona anteriormente, y le encuentro en buena forma física para participar plenamente, sin ninguna restricción, en el/los deporte(s) escolar(es) que se enumera(n) a continuación, a excepción de los que se hayan tachado:)

Baloncesto (Basketball)	Fútbol (Football)	Tenis (Tennis)	Softbol (Softball)	Lucha libre (Wrestling)
A campo traviesa (Cross Country)	Golf	Pista y campo (Track & Field)	Voleibol (Volleyball)	+Baloncesto SOCO (SOCO Basketball)

Additional Comments (Comentarios adicionales):

---



---



---

Date of Examination (Fecha del examen) \_\_\_\_\_ (Valid for 365 days unless rescinded) (Válido por 365 días, a menos que se anule.)

Physician Name (Printed) \_\_\_\_\_  
[Nombre del médico (Escribir en letra imprenta.)]

Phone Number \_\_\_\_\_  
(Número de teléfono)

Physician Signature \_\_\_\_\_  
(Firma del doctor)

Date \_\_\_\_\_  
(Fecha)