Estimados Padres / Guardianes y Estudiantes-Atletas:

¡Gracias por unirse al equipo de TRMS Cross Country (Correcaminos)! Estamos muy entusiasmados con el próximo año y estamos agradecidos a la Oficina del Distrito de VVUSD por proporcionar a cada escuela secundaria dinero para participar en carreras adicionales. Con este regalo, nuestra "temporada" será más larga que las 6 semanas habituales.

Adjunto a esta carta encontrará el calendario de entrenamiento / carrera (azul) e información para unirse a la aplicación de Recuerde (amarillo) para actualizaciones de texto sobre el equipo. Si tiene alguna pregunta, no dude en ponerse en contacto con cualquiera de los entrenadores (abajo mendionados).

**Información general**:

Las prácticas se llevarán a cabo lunes / mar / jueves 2:45 – 4:15pm, aunque esto está sujeto a cambios. Hay una práctica de viernes programada (en octubre). Practicamos en TODO el tiempo (lluvia, brillante, calor, etc.).

La carrera del distrito será el sábado, 13 de octubre de 2018. Más información se le proporcionará más delante.

Tentativamente, participaremos en carreras en las siguientes fechas:

Lunes 1 de octubre de 2018, en Temecula

Jueves 25 de octubre de 2018, en Beaumont

Jueves 8 de noviembre de 2018, en Hemet

También podemos intentar ir a una de las carreras para el equipo de Cross Country de CHHS.

**Otros recordatorios generales:** todos los estudiantes atletas deben beber mucha agua todos los días para mantenerse hidratados. También deben estirarse cada noche antes de acostarse. Por último, es muy importante que tengan buenos zapatos para correr con el fin de proporcionar el apoyo adecuado y ayudar a prevenir lesiones.

Por último, nuestra prioridad aquí en TRMS es promover el espíritu deportivo positivo. Con esto en mente, esperamos que nuestros estudiantes atletas trabajen duro, permanezcan positivos y alienten a otros. Se espera un comportamiento positivo dentro y fuera de la carrera. Los estudiantes atletas pueden ser retirados del equipo, o excluidos de una carrera, por las siguientes razones: GPA por debajo de 2.0, detenciones y/o referencias a la oficina, mala asistencia a las prácticas, comportamiento inapropiado y falta de esfuerzo/trabajo en equipo durante la práctica.

Estamos esperando una temporada fenomenal y estamos muy contentos de verte en las carreras! Si tiene alguna pregunta, no dude en ponerse en contacto con cualquiera de nosotros.