

Deportes para Jóvenes

Haga clic aquí para leer los [lineamientos generales del estado para los deportes recreativos](#), incluyendo una tabla de deportes recreativos para jóvenes y adultos que se permiten en el nivel actual del condado.

- Cualquier equipo que practique cualquier deporte, incluyendo los deportes en interiores, puede reanudar las competencias y las prácticas de contacto en cualquier momento, siempre y cuando el equipo cumpla con los requisitos adicionales aplicables a los deportes universitarios. Dichos requisitos se resumen en la sección "Condiciones para Volver a Jugar en Caso de que No se Disponga lo Contrario" en esta página web: <https://bit.ly/3c7wqDS>. Los requisitos incluyen cuestiones tales como pruebas, planes de seguridad, planes específicos del lugar, controles de salud individuales, aislamiento, cuarentena y viajes para participar en competencias.
- La participación se limita a una cohorte estable, tal como una clase de educación física, que limite el riesgo de transmisión. [Haga clic para ver los Lineamientos para Cohortes Pequeñas/Grupos de Niños y Jóvenes](#).
- En caso de que no sea posible practicar un deporte manteniendo seis pies de distancia, los participantes solamente podrán realizar ejercicios de carrera o de acondicionamiento físico que les permitan mantener una distancia social o los equipos deberán seguir los lineamientos adicionales del CDPH sobre los deportes recreativos para jóvenes y adultos.
- Cualquier torneo o evento en el que participen más de dos equipos no se permite actualmente en California. En cumplimiento con los [lineamientos estatales sobre los deportes recreativos para jóvenes y adultos](#), el oficial de salud local ha hecho una excepción general para los siguientes deportes en los que generalmente hay competidores individuales de múltiples equipos: atletismo; carreras de campo a través; golf; tenis; y natación/clavados. Se permiten las competencias de estos deportes entre múltiples equipos en el Condado de Contra Costa siguiendo el resto de los lineamientos deportivos del estado.
- Solamente se permiten las competencias entre equipos del Condado de Contra Costa o de un condado vecino (Alameda, Marin, Sacramento, San Joaquin y Solano). Por favor envíe un email a COVID.Schools@cchealth.org si planea participar en un juego o una competencia con un condado que no sea vecino.

[Haga clic aquí para leer las preguntas frecuentes sobre los deportes para jóvenes.](#)