



---

# GUÍA PARA PADRES A CLUB'S DE VOLEIBOL

---

TEMPORADA 2021-2022

**Columbia Empire Volleyball Association**

4840 SW Western Avenue – Suite 450 || Beaverton, OR 97005

503-644-7468 || [region@cevarregion.org](mailto:region@cevarregion.org)

[www.cevarregion.org](http://www.cevarregion.org) || [www.volleythechange.org](http://www.volleythechange.org)

# CEVA

## TABLA DE CONTENIDOS

BIENVENIDA .....	32
.....	3
¿QUÉ ES UN CLUB DE VOLEIBOL? .....	32.
.....	3
HORARIO DE OFICINA DE CEVA Y CONTACTOS DEL PERSONAL.....	32
.....	3
BENEFICIOS DE UNA MEMBRESÍA DE USA VOLLEYBALL / CEVA.....	43
.....	4
SELECCIÓN DE UN CLUB.....	43
.....	4
¿CÓMO ME UNO A USA VOLLEYBALL Y LA REGION DE CEVA? .....	54.
.....	5
TIPOS Y RECOMENDACIONES PARA MEMBRESÍAS.....	54
.....	5
QUÉ SE SANCIONA Y QUÉ NO SE SANCIONA .....	5CEVA 4
.....	5
QUÉ CONTROLA CEVA Y QUÉ NO CONTROLA CEVA .....	65
.....	6
PRUEBAS DEL CLUB .....	76
.....	7
PREGUNTAS MÁS FRECUENTES .....	76
.....	7
OTROS RECURSOS PARA PADRES Y ATLETAS.....	98
.....	9
UN PAR DE RECORDATORIOS PARA LA TEMPORADA.....	99
.....	9
NUTRICIÓN.....	109
.....	10
PRIMEROS AUXILIOS .....	109
.....	10
POLÍTICAS DE ALCOHOL / INSTALACIONES.....	109
.....	10
CEVA HORARIO .....	1110
.....	11
VOLEIBOL AL AIRE LIBRE Y PLAYA .....	1110
.....	11

# CEVA

EL CIERRE..... 1110  
..... 11

# CEVA

## **Bienvenidos**

Bienvenidos a la temporada 2021-2022 de club de voleibol en la región de Columbia Empire Region de los EE.UU. Hemos reunido esta guía como un conjunto de herramientas útiles para los padres y las familias que pueden ser nuevos en esta experiencia del voleibol en clubs, pero debería ser útil para cualquiera que quiera participar en este año.

Si bien, cosas como las pruebas, la selección de un club y navegar a través de la temporada pueden ser desafiantes y veces, debe de saber que tenemos numerosos recursos en nuestro sitio web para ayudarlo. Además, recuerde que el director de club es un recurso fantástico para usted y debe ser capaz de responder a muchas preguntas que tiene. Además, siempre puede comunicarse a nuestra oficina.

## **¿QUÉ ES EL CLUB DE VOLEIBOL?**

Un club de voleibol comienza al finalizar la temporada "normal" de voleibol de la escuela preparatoria o bachillerato (High School) en noviembre y continúa a través de los Campeonatos Nacionales Junior de Voleibol de EE. UU. En Junio y Julio. Niñas y niños de todo el estado de Oregón y el Sur-oeste de Washington hacen pruebas de todos clubes diferentes como una manera de seguir jugando voleibol durante todo el año.

El voleibol de club es una oportunidad para jugar voleibol fuera de la escuela secundaria o las actividades patrocinadas por la escuela intermedia. Las familias pagan para unirse a un club de voleibol que organiza las prácticas del equipo, entrenadores, uniformes, seguros, etc. para que el equipo juegue contra otros clubes en los torneos. Un club puede tener un número de equipos para diferentes grupos de edad y niveles de habilidad.

El club de voleibol generalmente comienza con pruebas, que son evaluaciones del nivel de habilidad del atleta, qué tan bien aprenden de la instrucción y qué tan bien juegan en un equipo. Cada equipo determina su propio torneo y calendario de viajes; algunos viajan mucho, mientras que otros se quedan más locales.

USA Volleyball es el organismo rector nacional de voleibol para el país. USA Volleyball tiene 40 regiones en todo el país. Como una región de USA Volleyball, CEVA es la organización para todos los clubes en Oregon y SW de Washington. CEVA establece la política, implementa programas de educación de USAV, proporciona seguros y opera varios torneos y campeonatos. Con el fin de unirse a un equipo, el jugador debe convertirse en un miembro de USA Volleyball. Las instrucciones detalladas sobre cómo convertirse en miembro se presentan en esta guía.

## **HORARIO DE OFICINA DE CEVA Y CONTACTOS CON EL PERSONAL**

Nuestro horario de oficina es el siguiente:

Hasta el 1 <sup>de</sup> octubre:	Lunes a Jueves de 9:00 a.m. a 2:00 p.m.
A partir del 4 <sup>de</sup> octubre:	Lunes, Martes, Jueves y Viernes – 9:00 a 3:00 PM
	Miércoles – 9:00 a 12:00 PM

El correo electrónico es generalmente la forma más eficiente de llegar a nuestro personal:

[region@cevaregion.org](mailto:region@cevaregion.org)

Obtenga más información sobre nuestro personal aquí: [www.cevaregion.org/staff](http://www.cevaregion.org/staff)



## **BENEFICIOS DE UNA MEMBRESÍA DE USA VOLLEYBALL / CEVA**

Usted recibirá muchos beneficios al unirse a un club registrado con USA Volleyball y de su membresía con nuestra organización. Algunos de esos beneficios incluyen:

- Torneos disponibles en cada división de edad. La mayoría en los fines de semana de Enero a Mayo.
- Seguro secundario de accidentes deportivos para aquellos con seguro primario, que puede convertirse en primario (con un deducible de \$ 1,000) para aquellos sin seguro de salud durante los eventos
- Seguro de responsabilidad general que cubre todas las actividades sancionadas
- Descuentos en vuelos a través de United, la aerolínea asociada preferida de USA Volleyball
- Regulaciones y reglamento de torneos estandarizados (Libro de reglas de USAV es actualizado cada 2 años)
- Eventos sancionados y asegurados solo para miembros de CEVA /USA Volleyball.
- Personal del club, entrenadores, directores de torneos y funcionarios examinados a fondo. Los antecedentes penales de USAV se encuentran entre las más estrictas en la industria de los deportes juveniles. (Background)
- Cursos gratuitos de educación en línea para el personal del club, entrenadores, jugadores y funcionarios, incluida la educación de entrenadores y materiales de capacitación de árbitros /libro de puntaje.
- Power League, Presidents Day Tournament & Regional Championships organizado por CEVA y un sistema de clasificación de los Power League (usted puede ver cómo su equipo se clasifica contra otros).
- La oficina de CEVA se encuentra ubicada en Beaverton, OR y que le puede ayudar con consejos, problemas e inquietudes.
- Exposición a los entrenadores universitarios.

Para obtener más información sobre todos los beneficios a través de su membresía de USAV, visite nuestro sitio web.

## **SELECCIÓN DE UN CLUB**

La selección de un club es una decisión familiar y requiere un poco de investigación. Aunque los clubes deben cumplir con las reglas generales de CEVA y USA Volleyball, cada club es diferente en la forma en que dirige su organización y entrenan a sus atletas.

Pasar tiempo investigando sus opciones le ayudará a tener la mejor temporada posible. Si necesita ayuda en el proceso, CEVA está encantado en ayudarlo. Por favor, tenga en cuenta que no respaldamos a ningún club sobre otro, pero podemos ayudarlo a considerar lo que entra en la decisión y las preguntas que puede querer hacer.

Le animamos a leer a través de nuestra guía completa en línea para elegir un club. Este documento se puede encontrar en nuestro sitio web. Es un recurso valioso tanto para los jugadores nuevos como para los que regresan.

Hay algunas preguntas importantes para hacerle a un director de club durante su búsqueda del club adecuado:

# CEVA

- ¿Cuánto cuestan las cuotas del club? ¿Qué se pretende cubrir con las cuotas del club? (Pida una lista detallada).
- ¿Con qué frecuencia practica el equipo? ¿Dónde?
- ¿El equipo viaja a torneos fuera de nuestra región? ¿Quién paga el viaje?
- ¿El equipo practicará o jugará durante las vacaciones escolares, como las vacaciones de Navidad o las vacaciones de primavera?
- ¿A quién contratará el club como entrenadores y cuáles son sus credenciales?
- ¿Cuántos jugadores y entrenadores serán generalmente asignados a cada equipo?
- ¿Cuál es la filosofía del club? (es decir, ganar vs. tiempo de juego)
- ¿El club ofrece becas u oportunidades para recaudar fondos para ayudar a compensar las cuotas del club?
- ¿Cómo funciona la prueba del club (tryout)? ¿Funcionará todo el día? ¿Los jugadores tienen que comprometerse con un equipo inmediatamente el día de las pruebas si se les ofrece? Si un jugador acepta una oferta en las pruebas, ¿qué tipo de pago inicial o depósito será responsable de nuestra familia en ese momento?
- ¿El club hará adaptaciones si mi jugador es un atleta multideportivo o tiene conflictos con los deportes de la escuela secundaria?
- Si el jugador está interesado en jugar en la universidad, ¿puede el club ayudar con el proceso de reclutamiento?

## ¿CÓMO ME UNO A USA VOLLEYBALL Y A LA REGION DE CEVA?

Antes de que pueda pisar la cancha para cualquier prueba o práctica, debe convertirse en miembro. Su membresía cubre el seguro, entre otras cosas, para pruebas, prácticas y eventos sancionados por CEVA.

Tenemos todo dispuesto en [www.cevaregion.org/membership](http://www.cevaregion.org/membership). Visite este sitio para empezar. Si tiene preguntas, envíenos un mensaje y con gusto le ayudaremos.

## TIPOS DE MEMBRESÍAS Y RECOMENDACIONES PARA MEMBRESÍAS

Si un jugador nunca ha participado en un club antes o si no está seguro de que van a hacer un equipo, le recomendamos que solo obtenga una membresía de pruebas. Esta es una opción más barata que cubre solo las pruebas (tryouts) a (\$ 15.00). Dado que las membresías no son reembolsables, si su jugador no queda en un equipo, no se re-embolsara esa cantidad.

Una vez que este seleccionado para un equipo, deberá "actualizar" la membresía de su jugador a una membresía completa de atleta junior en CEVA antes de asistir a cualquier práctica o torneo. Una vez que su hijo este un equipo, su hijo recibirá una solicitud del club por correo electrónico para afiliarse a ese club en SportsEngine. La actualización es de \$ 50 para las niñas y \$ 15 para los niños. Si ya a pagado los \$15 de prueba, ahora solo pagara la diferencia para obtener la membresía completa de junior que es de \$65.00 para las niñas y \$30.00 para los niños. Inicie sesión en su cuenta de SportsEngine para actualizar su membresía. Si su hijo no es seleccionado en un equipo, nosotros tenemos una lista de clubes que buscan jugadores en nuestro sitio web.

## QUÉ HACE Y NO SANCIONA CEVA

Muchos clubes ofrecerán una variedad de programas, especialmente en los meses de verano, incluyendo clases privadas, gimnasios abiertos, casas abiertas, etc. Estas actividades no están reguladas ni sancionadas por ceva. Si su atleta asiste a una de estas actividades, puede estar en el gimnasio con jugadores o entrenadores no registrados, y la póliza de seguro secundario de USAV no estará en su lugar.

# CEVA

CEVA puede sancionar torneos, pruebas, prácticas, campamentos y clínicas multijugador. Todos los que participan en estas actividades deben ser miembros de USA Volleyball. Recuerde, no todos los eventos en los que participe su hijo serán sancionados por CEVA. Pídele más información al director de tu club.

## QUÉ CONTROLA CEVA Y QUÉ CEVA NO CONTROLA

Siempre hay mucha confusión sobre lo que CEVA tiene control y sobre qué no tenemos control. Utilice las listas a continuación como guía.

### CONTROLES CEVA:

- El costo de una membresía de CEVA
- El costo de Power League, Regionales, Bid Tournament, Presidents Day, Y CEVA Friendship Tournaments
- La publicación de resultados y clasificaciones en nuestro sitio web
- La apariencia de nuestro sitio web
- Canales de redes sociales de CEVA
- Nuestro servicio de atención al cliente a usted
- Calendario de nuestros torneos, hasta cierto punto, tenemos que equilibrar nuestro calendario deseado con eventos conflictivos (como clasificatorios nacionales), instalaciones disponibles, vacaciones, deportes en conflicto, etc. No siempre es posible tener un determinado evento en un día determinado.
- Ubicación donde su equipo juega para Power League, hasta cierto punto, debemos equilibrar las demandas de viaje con el número de instalaciones disponibles y dónde se encuentran las instalaciones disponibles. Esto es casi siempre un escenario muy difícil para nosotros. Recuerde que, en invierno, la disponibilidad de instalaciones es limitada debido a los deportes escolares (baloncesto, lucha libre). También recuerde que tenemos clubes en nuestra Power League que provienen del centro de Oregón, el sur de Oregón, la costa de Oregón, así como el norte de nuestra región en Washington. Algunos equipos tienen que viajar de 4 a 5 horas para llegar a su sitio de juego y a menudo lo hacen sin quejarse.

### CEVA NO CONTROLA:

- Tiempo de juego para un jugador individual
- A quién contratan los clubes como entrenador
- Lo que los entrenadores deben hacer para obtener la certificación para entrenar
- El costo de una pantalla de fondo para adultos
- Políticas específicas del club con respecto a las certificaciones de arbitraje y puntuación
- La mejora o el desarrollo de habilidades de tu jugador individual
- Cuántos equipos crea tu club en cada edad
- Cuántos clubes operan en un área geográfica específica
- En qué equipo se coloca tu jugador individualmente
- En qué equipo se colocan los amigos de tu jugador
- En qué torneos participan tus equipos
- Las cuotas de su club
- Políticas de reembolso dentro de los clubes
- Instalación-reglas específicas con respecto a la comida, sillas, camping, tailgating, etc.
- Proceso de registro de SportsEngine – preguntas hechas, etc.
- Interfaz de prueba arbitraje/puntuación
- La apariencia de AES o la aplicación AES X-Press

# CEVA

- Logística de torneos organizados por clubes, como instalaciones, equipos compitiendo, cuotas de inscripción, etc.
- Cómo o dónde los clubes llevan a cabo las pruebas
- Disponibilidad de instalaciones específicas en fechas específicas o en lugares específicos
- Reclamaciones de seguros por lesiones
- Para qué torneos se registra tu club o si se registran para eventos particulares

## PRUEBAS DE CLUB (Tryouts)

para jugadores definidos por USAV como menores de 14 años pueden comenzar el domingo 7<sup>de</sup> noviembre. Para los jugadores definidos por USAV como mayores de 15 años, las pruebas pueden comenzar el domingo 21<sup>de</sup> noviembre. Si crees que tu jugador puede ser renunciado a la edad de un equipo de menor edad, aún deben probar con su grupo de edad definido por USAV.

Recuerde que muchos clubes tendrán pruebas (tryouts) programadas al mismo tiempo, por lo que es importante elegir y asistir a las pruebas de los clubes que parecen ser los más adecuados para el jugador. Las pruebas pueden ser estresantes. Anime al jugador a hacer todo lo posible, exhibir una gran actitud y ser un modelo positivo para los demás en el gimnasio. Los entrenadores notan la actitud tanto como el talento.

Siempre pregunte con anticipación si se requerirá que los jugadores acepten una oferta de un lugar en un equipo del club en las pruebas, si tendrán tiempo para tomar su decisión o asistir a otras pruebas. Pregunte cuánto tiempo durará una prueba y si habrá alguna prueba posterior a la primera después de la inicial.

**CEVA no regula el proceso por el cual los clubes seleccionan a sus jugadores. CEVA le dice a los clubes en qué fecha pueden comenzar legalmente a realizar pruebas. Sin embargo, CEVA no legisla si los clubes requieren que los jugadores acepten ofertas en el sitio, cuántos jugadores son seleccionados para un equipo, o si los clubes programan pruebas al mismo tiempo que otros clubes.**

## PREGUNTAS FRECUENTES

Recibimos muchas de las mismas preguntas en la oficina cada temporada. A continuación, se presentan algunos de ellos. No se olvide de utilizar a sus entrenadores y directores de club como un recurso. Si aún tiene preguntas, puede enviarnos un correo electrónico a [region@cevarregion.org](mailto:region@cevarregion.org).

### *¿Puede mi hijo "jugar" en una división de mayor edad?*

Sí, si su hijo es seleccionado para jugar en un equipo mayor, entonces puede "jugar". Esta debería ser una decisión tomada no solo por la familia, sino también por los entrenadores y los directores de los clubes.

### *Mi hijo es demasiado viejo para jugar en un equipo específico de 12s, 14s, 16s o 18s. ¿Hay exenciones de edad?*

Las exenciones de edad solo se otorgan a jugadores con necesidades de desarrollo o su ubicación geográfica presenta una oportunidad limitada de jugar. Las exenciones de edad son muy limitadas y deben ser presentadas por el director del club.

### *¿Cuáles son las definiciones de edad en USA Volleyball?*

Hay un gráfico en nuestro sitio web: [www.cevarregion.org/seasoninfo](http://www.cevarregion.org/seasoninfo). Encuentre el mes de nacimiento de su atleta a la izquierda y luego mire a la derecha para encontrar el año de nacimiento. El encabezado en la parte superior le dirá su definición de edad.



# CEVA

## ***¿Cuál es la mejor manera de preparar a mi hijo para las pruebas?***

Las pruebas pueden ser una experiencia muy estresante, ya que docenas de niñas y niños pueden estar probando por un lugar en el equipo. Nuestro mejor consejo es que su hijo esté bien alimentado y que tenga un buen descanso antes de que comiencen las pruebas. Haga su documentación una semana antes de que comiencen las pruebas para que nadie se estrese ese día. Si el club está organizando una junta de padres de familia, trate de asistir y aprender sobre el club antes de las pruebas. Haga que su hijo hable con otro jugador del club (incluso si es mayor) para tener una idea de cómo serán las pruebas. Padres, ustedes deben de hablar con otros padres también. Concéntrese en venir a las pruebas con una actitud positiva y divertirse durante toda la prueba. Tenga un plan de respaldo en caso de que su atleta no es seleccionado por su primera opción de club. Después de la semana de prueba, muchos clubes todavía están buscando jugadores. Consulte nuestro sitio web.

## ***Una vez que mi hijo firma con un club, ¿puede cambiar de opinión y unirse a otro club?***

No, a menos que su club los libere, su hijo ha hecho un compromiso de una temporada con ese club. Y los clubes no están obligados a liberar al atleta hasta que termine la temporada después de los Campeonatos Nacionales Junior de Voleibol de EE. UU. (generalmente a finales de junio). Los clubes pedirán a los padres/jugadores que firmen una Carta de Compromiso de CEVA después de las pruebas. Muchos clubes también requerirán un contrato verbal o escrito. El contrato puede ser un acuerdo legalmente vinculante. Por favor, lea y entienda lo que se está comprometiendo a antes de firmar!

## ***¿Por qué mi atleta tiene que escribir la puntuación, ser árbitro y / o ser juez de línea?***

USA Volleyball cree en enseñar a los jugadores todo el juego y eso incluye ser árbitro. Cuando no están jugando, los jugadores desarrollarán habilidades de liderazgo y conocimiento del juego cuando ayudan al árbitro. A los jugadores se les puede pedir que completen su entrenamiento de Junior Ref. / score en línea antes de su primer torneo: este entrenamiento se realiza a través de SportsEngine. Para obtener más información, visite el sitio web de CEVA o hable con el director de su entrenador del club. Recuerde que si el club le está diciendo que todos los jugadores de un equipo deben obtener la certificación para arbitrar o de lo contrario no pueden jugar, esa es una política específica del club.

## ***¿Cómo puedo saber qué clubes tienen equipos más competitivos o más recreativos?***

Registramos aproximadamente 500 equipos cada año, y los niveles de juego pueden variar. Tenga en cuenta que no todos los equipos "14-1" son iguales. "14-1" solo significa que este equipo es el mejor equipo de 14 en ese club en particular. Por favor, visite nuestra página [de Archivo de Resultados](#) para ver cómo terminó cada equipo la temporada pasada. Hemos enumerado los resultados de nuestra Power League y el Campeonato Regional ( \*No todos los equipos que juegan en power league juegan en el campeonato regional). Además, hable con el director o entrenador de su club sobre el nivel de juego que están buscando en su club. ¡La filosofía de cada club es diferente!

## ***¿CEVA ofrece becas?***

Sí. CEVA tiene dos fondos de becas disponibles cada año. Las solicitudes están generalmente disponibles en noviembre. El dinero de los fondos proviene casi exclusivamente de los donantes. Estos fondos ayudan a pagar las cuotas individuales del club de atletas: los cheques se escriben al club, no a la familia individual. Los requisitos de solicitud incluyen preguntas de ensayo, en algunos casos, prueba de asistencia del gobierno.

## ***¿Dónde puedo encontrar las reglas de elegibilidad de la escuela secundaria y colegial?***

# CEVA

Tenga en cuenta que las asociaciones de actividades de la escuela secundaria y las asociaciones atléticas intercolegiales (NCAA, NAIA, NJCAA) tienen reglas que pueden afectar la elegibilidad. Es responsabilidad de los padres y de los clubes estar familiarizados con estas normas para mantenerse en cumplimiento. Por favor, tenga en cuenta que estas reglas no son aplicadas por CEVA y no tenemos ningún interés en ellas. Puede visitar nuestro sitio web para obtener consejos sobre el reclutamiento, así como los sitios web de la HS individual o asociaciones de atletismo colegial para obtener más información.

## ***Si mi hijo juega voleibol en un club, ¿ganará una beca universitaria de voleibol?***

No necesariamente. Mientras que en un año normal, casi el 50% de nuestros estudiantes de último año de secundaria se comprometen a jugar en algún lugar de la universidad, jugar voleibol de club no es de ninguna manera una garantía de jugar en la universidad.

Varios de nuestros clubes más grandes viajan a torneos clasificatorios nacionales (Pacific Northwest Qualifier, Far Westerns, etc.) para que los entrenadores universitarios vean a sus jugadores. Pero no hay garantía de que su hijo reciba una oferta de beca y/o asistencia financiera. Su club puede o no ofrecer servicios de reclutamiento, así que consulte con el director del club antes de las pruebas.

## ***¿Cuál es la política de CEVA para las redes sociales?***

Alentamos a todos nuestros miembros a interactuar con nosotros en las redes sociales (Facebook e Instagram). Hay que observar la buena conducta y la deportividad. CEVA bloqueará a los usuarios y eliminará los comentarios que se consideren irrespetuosos y ofensivos.

Los entrenadores de cada club deben mandar una copia a los padres en todos los textos y correos electrónicos a los jugadores. La mayoría de los clubes tienen páginas de redes sociales, así como políticas específicas de redes sociales para sus atletas y entrenadores. Le animamos a echar un vistazo a los que como usted haga la investigación antes de la temporada de los clubes.

## ***¿Qué sucede si mi atleta se lesiona en un torneo o práctica?***

El entrenador reportará la lesión inmediatamente al director del torneo o al director del club. Es posible que necesiten la ayuda de los padres para completar un Formulario de Informe de Incidentes. Se enviará un formulario de reclamo médico e instrucciones con el padre y pueden optar por presentar un reclamo de cobertura de seguro secundario a través de la compañía de seguros de USA Volleyball.

## **OTROS RECURSOS PARA PADRES Y ATLETAS**

Estos son algunos grandes recursos en línea para todos los participantes en el voleibol del club.

[USAV Parent Resources](#): Recursos útiles sobre la crianza de los hijos en el mundo del voleibol

[Safesport](#): Recursos utilizados por USA Volleyball para promover un ambiente seguro e inclusivo

[Changing the Game Project](#): Recursos sobre cómo ser un padre deportivo exitoso

[Positive Coaching Alliance](#): Recursos valiosos para la crianza deportiva Safe

[4 Atletas](#): Lo que todos los padres deben saber sobre el abuso de los atletas

Otro gran recurso - ir a [www.youtube.com](http://www.youtube.com) y buscar "The Truth About Sports Parents." Pregúntese si algo que ve en esos videos te ofende o molesta.

## **UN PAR DE RECORDATORIOS EN TEMPORADA**

Tenga en cuenta una vez que la temporada se ponga en marcha:

# CEVA

- Deje y recoja a su atleta de la práctica y los torneos: llegue a tiempo. La mayoría de los clubes alquilan espacio de práctica, por lo que si llegas tarde, pueden ser responsables de los costos de horas extras en el gimnasio.
- Anime a su hijo a hablar con su entrenador si le preocupan los ejercicios, las habilidades o el tiempo de juego. Casi todos los entrenadores quieren hablar directamente con el jugador cuando se trata de tiempo de juego especialmente. Los padres deben tratar de mantenerse alejados de este tema.
- Padres, encuentren ideas de como compartir el coche u organice viajes juntos para ahorrar gastos. El de club voleibol se vuelve menos costoso cuando los padres comparten los gastos de viaje.

## Nutrición

Esta es una parte muy importante de una experiencia exitosa en un club. La página de recursos de USAV para padres (mencionada anteriormente) tiene gran información sobre la nutrición de los atletas.

## PRIMEROS AUXILIOS

Los entrenadores de los clubes deben llevar consigo un botiquín de primeros auxilios del equipo en todo momento, pero siempre es bueno tener el suyo propio. A continuación se presentan algunos elementos que es posible que desee considerar tener a mano en los eventos.

- Formulario de liberación médica de voleibol de EE. UU.
- Tiritas (Band Aids)
- Cinta atlética
- Pre-Wrap
- Toallitas antisépticas o spray desinfectante de manos.
- Cold Packs
- Vendajes elásticos (para envolver el hielo en los esguinces)
- Almohadillas para ampollas
- Alivio para el dolor (Advil, Aleve, etc.)
- Toallas/tampones sanitarios
- Lazos para el cabello y bandas para el cabello
- Bolsa ziploc grande para contener hielo
- Bálsamo labial
- Toallitas faciales

## POLÍTICAS DE NO ALCOHOL / INSTALACIONES

Muchos padres disfrutan de los fines de semana del voleibol y les gusta tratar los torneos en el portón trasero de un partido de fútbol. A todos nos encantan las puertas traseras, pero recuerde que **no** se debe llevar alcohol a los eventos, ya que la mayoría se llevan a cabo en las escuelas públicas y esta es una violación estricta de nuestro contrato de **alquiler**. No dudaremos en ponernos en contacto con la policía si se detecta alcohol dentro o fuera en los eventos de CEVA. CEVA registra aproximadamente 500 equipos cada año. Tenemos que mantener nuestras instalaciones.

# CEVA

Cada instalación tiene una política específica de alimentos y bebidas. Una vez que sepa dónde está jugando su hijo, visite la página de instalaciones en nuestro sitio web para obtener más detalles. Una regla general fácil: **Agua solo en el gimnasio.**

Las violaciones de las políticas de Alimentos y Bebidas pueden llevar a sanciones para los equipos (incluso si los padres o los fanáticos son los infractores). No conocer las reglas no es una excusa para romperlas.

## **HORARIO CEVA**

Pruebas – generalmente se llevan a cabo en noviembre. Consulte la sección "tryouts" de esta guía.

Power League – De enero a abril en varios lugares.

Torneo del Día de los Presidentes : se lleva a cabo durante el fin de semana de tres días del Día de los Presidentes.

Campeonatos Regionales – dos fines de semana – 23-24 de abril y 30 de abril-1 de mayo en el Portland Expo Center.

Muchos de nuestros clubes eligen organizar sus propios torneos también. Estos se llaman torneos "organizados por clubes" o "amistad". Si bien CEVA sanciona estos eventos, los clubes los administran, los formatean y los ejecutan.

## **VOLEIBOL AL AIRE LIBRE Y DE PLAYA**

CEVA ha tiene varios [clubes de voleibol de playa](#).

## **EN CONCLUSIÓN**

El voleibol en un club puede ser lo más divertido y que los padres y los jugadores esten juntos en los cursos de preparatoria/Bachillerato y secundaria, así que concéntrese en los viajes por carretera y el tiempo juntos. Y observe a su hijo convertirse en un atleta y un líder. Es su camino, pero se puede disfrutar del paseo. ¡Queremos que su hijo tenga una gran experiencia este año! Y esperemos seguir jugando el deporte que todos amamos para toda la vida.

Para obtener información adicional, visite nuestro sitio web, [www.cevaregion.org](http://www.cevaregion.org).