



# El Camino Real Academy

## Cross Country

5th-12th Graders

Male and Female



### Practice Schedule

Mondays, Tuesdays, and Wednesdays

3:40PM-4:40PM

\*Practice Begins September 6, 2022

### Contact Information:

Head Coach Christopher Villarreal

323-803-3243

\*Parents or Guardians, please send me a text with your name and the name of your child so I can save you in my phonebook.

### Equipment Needed to Practice

- Athletic Shoes
- Workout Clothes
- Water Bottle
- Physical Form

**\*Athletes will not be allowed to practice unless they have all 4 items.**

### Cross Country Meets

**TBD**

\*The Charter School League needs to meet and determine the race dates and locations but I am positive they will be at 8AM every Saturday and end before 11AM. I will send schedules out to everyone (Hard Copy and Text Message Image)



# Academia El Camino Real

## A campo traviesa

Grados 5-12

Hombre y mujer



### Horario de práctica

Lunes, martes y miércoles

3:40 - 4:40

\*La práctica comienza el 6 de septiembre de 2022

### Información del contacto:

Entrenador Christopher Villarreal

323-803-3243

\*Padres o tutores, envíenme un mensaje de texto con su nombre y el nombre de su hijo para que pueda guardarlos en mi directorio telefónico.

### Equipo necesario para practicar

- Zapatos atléticos
- Ropa de ejercicio
- Botella de agua
- Forma física

\* Los atletas no podrán practicar a menos que tengan los 4 artículos.

### Encuentros a campo traviesa

Por determinar

\*La Charter School League necesita reunirse y determinar las fechas y lugares de la carrera, pero estoy seguro de que serán a las 8 a.m. todos los sábados y terminarán antes de las 11 a.m. Enviaré horarios a todos (copia impresa e imagen de mensaje de texto)