



Point Loma High School
Athletic Information
2017-2018



Eligibility for Athletics:

- To compete in athletics, a student must maintain an unweighted scholastic and citizenship GPA of 2.0 or better
- A physical exam is required to participate in tryouts or to begin practice. If you do not have your own private health insurance coverage please come to PLHS Financial Office for a form, bring a parent to sign the necessary insurance application forms and submit a check for payment.
- Athletic participation packets must be completed online. Go to: www.pointlomahigh.com, click on "Athletics", click on "PLHS Athletics", scroll down to the link for the "2017-2018 Athletic Clearance". Once the online packet is completed, you should receive a confirmation e-mail. This e-mail must be printed and signed. Students must bring the following 4 items to the Finance Office in order to be cleared for Athletics:
 - Signed Confirmation E-mail
 - Completed Sports Physical
 - Copy of Insurance Card
 - Signed PLHS 6th period Athletics Pledge (if student is requesting this class).
- Students must clear all debts prior to participation in practice.

If interested in a particular sport, the coach should be contacted for further instructions. If a coach is not listed, contact the Athletic Director at avanheuven@sandi.net .

Note: Per CIF rules, coaches and athletes/parents may not communicate with our coaching staff in any way during the "No-Contact Period". Please see our Master Calendar on www.pointlomahigh.com for a list of all athletic program no-contact periods.

Contacts for Fall Sports and Activities are:

Sport	Coach	Contact
Band "Vanguard"	Carissa Mattison	cmattison@sandi.net
Cheer	Noel Sill	nsill@sandi.net
Dance	Christina Fulcher	cfulcher@sandi.net
NJROTC	Christina Pickett	cpickett@sandi.net
Boys' Cross Country	Keith DeLong	kdelong@sandi.net
Girls' Cross Country	Keith DeLong	kdelong@sandi.net
Girls' Field Hockey	TBD	cknick@cox.net
Football	Mike Hastings	mhastings@sandi.net
Girls' Golf	Joe Rodriguez	Jtrod683@sbcglobal.net
Girls' Tennis	Mark Truver	marktruver@gmail.com
Girls' Volleyball	Paul Araiza	paularaiza23@hotmail.com
Boys' Water Polo	Ken Toma	ktoma.peny@gmail.com



Escuela Preparatoria Point Loma
 Información Deportiva
 2017-2018



Elegibilidad para Atletas:

- Para competir en deportes, un estudiante debe mantener un GPA académico y en conducta de 2.0 o mejor.
- Se requiere un examen médico para participar en las pruebas o para comenzar las prácticas. Si ustedes no cuentan con su propia cobertura de seguro de salud, favor de pedir un formulario en la Oficina Financiera de PLHS, traigan a un padre para firmar las solicitudes para el seguro necesarias, y pagar con cheque.
- El paquete de participación de "Athletics" (Deportes) esta en línea. Visiten: www.pointlomahigh.com, hagan clic en "Athletics", clic en "PLHS Athletics", bajen a "2017-18 Athletic Clearance". Cuando completen el paquete electrónico, debe recibir un mensaje por correo electrónico confirmado. Los alumnos deben traer los siguiente cuatro artículos a la Oficina Financiera para ser despejados para deportes:
 1. Confirmacion electrónico (imprimido y firmado)
 2. Comprobante de examen fisico
 3. Comprobante de seguro medico
 4. El documento "Athletics Pledge" de periodo 6, firmado (si el alumno desea la clase).
- Los estudiantes deben pagar todas las deudas antes de participar deportes.

Si están interesados en un deporte en particular, comuníquense con el entrenador para recibir más instrucciones. Si un entrenador no se encuentra en la siguiente lista comuníquense con el Director Atlético al avanheuve@sandi.net.

Aviso: De acuerdo a las reglas de CIF, los entrenadores y los atletas/padres no deben comunicarse de ninguna manera, con los entrenadores, durante el periodo "No Contacto". Favor de mirar nuestro Calendario en la pagina de web www.pointlomahigh.com para una lista de los periodos de "no contacto".

Los contactos para los Deportes y Actividades de Otoño son:

Deporte	Entrenador	Contacto
Banda "Vanguard"	Carissa Mattison	cmattison@sandi.net
Cheer (Porristas)	Noel Sill	nsill@sandi.net
Dance (Danza)	Christina Fulcher	cfulcher@sandi.net
NJROTC	Christina Pickett	cpickett@sandi.net
Boys' Cross Country (Campo Traviesa Varonil)	Keith DeLong	kdelong@sandi.net
Girls' Cross Country (Campo Traviesa Femenil)	Keith DeLong	kdelong@sandi.net
Girls' Field Hockey (Hockey sobre Césped Femenil)	(sera determinado)	cknick@cox.net
Football (Fútbol Americano)	Mike Hastings	mhastings@sandi.net
Girls' Golf (Golf Femenil)	Joe Rodriguez	Jtrod683@sbcglobal.net
Girls' Tennis (Tenis Femenil)	Mark Truver	rqtldr@cox.net
Girls' Volleyball (Voleibol Femenil)	Paul Araiza	Paularaiza23@hotmail.com
Boys' Water Polo (Water Polo Varonil)	Ken Toma	ktoma.peny@gmail.com