

ACTIVITAT FÍSICA: comprén pràctica de l'esport i passejos. A partir 00 hores dia 2 de maig (*)

REQUISITS GENERALS

Què es pot fer?: esport individual no professional que no precisi de contacte amb tercers i passejos.

Distància interpersonal: mínima de 2 metres

Evitar: espais concorreguts i parades innecessàries

Distàncies que es poden recórrer:

- Esport: dins del terme municipal
- Passejos: fins a 1 km de distància al domicili. Poden anar acompanyats per un convivent.

No es pot: fer ús de vehicles a motor o transport públic per a desplaçar-se als indrets on es vol fer activitat física.

FRANGES D'EDAT I HORARIS

Persones ≥ 14 anys ≤ 70 anys

Horari: de 6 a 10 hores i de 20 a 23 hores. 1 sol cop al dia.

Persones ≥ 14 anys que precisin anar acompanyades i >70 anys

Horari: de 10 a 12 hores i de 19 a 20 hores. 1 sol cop al dia.

Acompanyants: han de ser ≥ 14 anys que siguin convivents.

Menors de 14 anys

Horari: de 12 a 19 hores. Un sol passeig diari d'una hora de durada.

Acompanyants: 1 sol adult major d'edat convivent pot acompanyar fins a 3 menors.

Distàncies que es poden recórrer: fins a 1 km de distància al domicili.

Distància interpersonal amb tercers: mínima de 2 metres.

EXCEPCIONS A LES FRANGES HORÀRIES

- En els municipis i entitats d'àmbit territorial inferior al municipi que administrin nuclis de població separats de fins a 5000 habitants, la franja horària única serà de 6 a 23 hores. Se li continuen aplicant la resta de requisits dels apartats anteriors.
- Excepcionalment no s'apliquen les franges horàries per raons mèdiques degudament acreditades o per motius de conciliació justificats en el supòsit d'acompanyants de persones majors, menors o discapacitats.

(*) Les sortides per activitat física continuen essent compatibles amb les autoritzades a l'article 7 del reial decret 463/2020 pel que es declara l'estat d'alarma.