

CONDICIONS EN LES QUALS ES POT REALITZAR ACTIVITAT FÍSICA

Es permet a les persones **majors de 14 anys** circular per les vies o espais d'ús públic per a la pràctica de les activitats físiques.

Per a això podràs eixir **una vegada al dia** i durant les franges horàries previstes.

- **Si ixes a passejar o a practicar esport**, podràs fer-ho en grups d'un màxim de deu persones, excepte en el cas de persones que convisquen juntes.
- **Respecta les mesures de seguretat i higiene** i, especialment, les relatives al manteniment d'una distància mínima de seguretat de, almenys, dos metres, o, si no pot ser, mesures alternatives de protecció física, d'higiene de mans i etiqueta respiratòria.

En cap cas has d'eixir del teu domicili si presentes símptomes associats amb coronavirus.

Llocs permesos

Pots circular per qualsevol via o espai d'ús públic, inclosos els espais naturals i zones verdes autoritzades.

Però no podràs fer ús de vehicle motoritzat o del transport públic per a desplaçar-te a practicar l'activitat física.

A aquests efectes, els grups haurien de ser d'un màxim de deu persones, excepte en el cas de persones que convisquen juntes.



GENERALITAT
VALENCIANA

Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública

Franges horaries

- Pràctica d'esport individual i passejos
 - ✓ Entre les 6.00 i les 10.00 hores i entre les 20.00 i les 23.00 hores.
- Persones que hagen d'eixir acompanyades per motius de necessitat i persones majors de 70 d'anys

✓ Entre les 10.00 i les 12.00 hores i entre les 19.00 i les 20.00 hores.

Les persones majors de 70 anys podran eixir acompanyades d'una persona que convisca amb elles d'entre 14 i 70 anys.

- Xiquets menors de 14 anys
 - ✓ Entre les 12.00 i les 19.00 hores.

Poden eixir en les mateixes condicions que abans del dos de maig, però només en aquesta franja horària.

- Si vius en un municipi de menys de 10.001 habitants i una densitat de població inferior a 100 habitants per km² pots dur a terme l'activitat entre les 6.00 i les 23.00 hores, sense que hages d'aplicar les franges horàries.

*(Esta fitxa s'ha elaborat a partir de la informació emanada de les distintes autoritats sanitàries del nostre país i de la nostra comunitat autònoma, i té vigència des del 23 de maig de 2020)



GENERALITAT
VALENCIANA

Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública