



El deporte
es de todos

Mindeporte

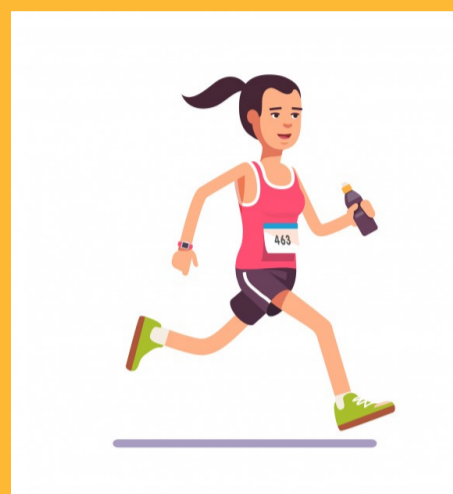
valenciamejía
administradores

PROTOCOLO PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION EL DEPORTE Y LA SALUD

**RIGE DESDE EL PROXIMO 27 DE ABRIL
DE 2020.**

QUE ACTIVIDAD ESTA PERMITIDA?

- Caminar
- Correr
- Trotar
- Montar Bicicleta
- Cualquier actividad fisica individual

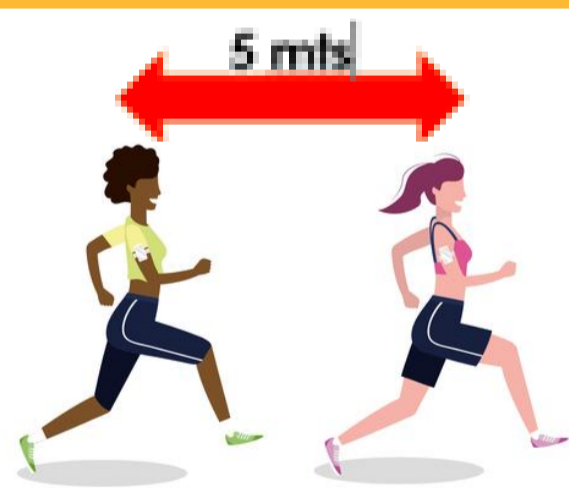


CUAL ES LA DISTANCIA PERMITIDA?

La actividad fisica individual será permitida en un radio de 1Km del lugar de residencia

CUALES SON LOS HORARIOS PERMITIDOS?

De 5:00 a.m. a 8:00 P.M.



RECOMENDACIONES:

- Uso permanente del tapabocas
- Hidratación personal e individual
- Distancia minima de 5 mts entre cada persona

RESTRICCIONES:

- No se permite el uso de parques biosaludables, parques infantiles y canchas
- No se permite la realizacion de actividad fisica en grupo.
- No se permite la salida de personas mayores de 70 años



SER ACTIVOS DURANTE LA PANDEMIA COVID-19 ES UN RETO PARA TODOS.

TE INVITAMOS A SER RESPONSABLE, A COLABORAR, A AUTOREGULARTE Y A ESTAR COMPROMETIDO CON TU SALUD Y LA SALUD DE TODOS.