



CAF Madrid

Colegio Profesional Administradores Fincas

CONDICIONES ACTIVIDAD FÍSICA NO PROFESIONAL

En el día de hoy se ha publicado en el BOE la Orden SND/380/2020, de 30 de abril, sobre las condiciones en las que se puede realizar actividad física no profesional al aire libre durante la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 a la que puedes acceder [pinchando aquí](#).

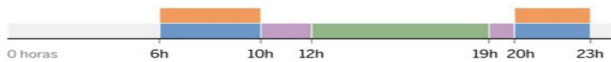
Conclusiones

- **Actividad física permitida:** la práctica no profesional de cualquier deporte individual que no requiera contacto con terceros y los paseos.
- **Personas mayores de 14 años y menores de 69:** la actividad física al aire libre permitida son deportes individuales y paseos una vez al día entre las 6.00 y las 10.00 horas y entre las 20.00 y 23.00 horas. La práctica no profesional de cualquier deporte individual que no requiera contacto solo se podrá realizar de manera individual. En los paseos se podrá salir acompañado de una sola persona conviviente. No obstante, aquellas personas que por necesidad tengan que salir acompañadas podrán hacerlo también por una persona empleada de hogar a cargo o persona cuidadora habitual.
- **Personas mayores de 70 años y dependientes:** paseos y hacer deporte individual entre las 10.00 y 12.00 horas y entre las 19.00 y 20.00 horas. Podrán ir acompañados de una persona conviviente entre 14 y 70 años.
- **Menores de 14 años:** entre las 12 de la mañana y las 19.00 horas. La circulación queda limitada a un paseo al día, con adulto con hasta un máximo de tres menores de 14 años, máximo de una hora y a una distancia no superior de 1 kilómetro respecto al domicilio del menor.
- **Distancias:** En cualquiera de los supuestos los paseos deben efectuarse dentro del radio de 1 kilómetro alrededor del domicilio. La práctica de deportes individuales puede realizarse dentro del término municipal.
- **Limitaciones horarias:** La práctica deportiva individual y los paseos de personas mayores de 14 años no tiene limitación horaria dentro de cada franja horaria, una sola vez al día. Los paseos de menores de 14 años tiene una limitación de 1 hora y una vez al día.
- **Zonas comunes de edificios:** las zonas comunes de los edificios siguen cerradas para la actividad física permitida, paseos y deporte individual, al no permitirlo expresamente la presente Orden Ministerial.

Franjas horarias en las salidas para pasear y hacer deporte

Entrada en vigor a partir del sábado 2 de mayo de 2020.

- Personas de 14 años en adelante
- Menores de 14 años
- Mayores de 70 o dependientes con cuidador
- Deporte no profesional



Municipios con población igual o inferior a 5.000 habitantes: sin franjas. El horario para estas actividades es de 06:00 a 23:00 horas.



Deporte: debe ser individual, sin contacto con otros, 1 vez al día y dentro del municipio.

Paseos: se pueden realizar con 1 persona conviviente. Las personas que tengan que salir acompañadas podrán hacerlo también con 1 cuidador. 1 vez al día y a no más de 1 kilómetro.

Siempre debe mantenerse la distancia de seguridad. Se excluyen las personas con síntomas o en cuarentena.



30 ABRIL 2020

Vº Bº LA PRESIDENTA

Isabel Bajo Martínez



EL SECRETARIO

Benjamín Eceiza Rodríguez