

## **RECOMENDACIONES PARA LA REALIZACIÓN DE EJERCICIO FÍSICO EN EL ESPACIO PÚBLICO**

**Esta recomendación se encuentra en revisión permanente en función de la evolución y nueva información que se disponga de la pandemia**

En el marco del Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio dispuesto por el Decreto Nacional de Necesidad y Urgencia N° 297/PEN/20, prorrogado por los Decretos de Necesidad y Urgencia N° 325/PEN/20, N° 355/PEN/20, N° 408/PEN/20, N° 459/PEN/20 y N° 493/PEN/20, a través del cual se estableció la prohibición de desplazarse por rutas, vías y espacios públicos, a fin de prevenir la circulación y el contagio del virus Coronavirus (COVID-19) hasta el día 7 de junio de 2020 inclusive, a fin de tender a la implementación de una nueva excepción a la citada normativa, podría autorizarse el ejercicio físico individual o, como máximo, de a dos personas, en el espacio público de la Ciudad, de acuerdo a la naturaleza de la actividad.

Asimismo, a fin de evitar superponer la realización de dichas actividades con los horarios en los que se movilizan los trabajadores de servicios esenciales y aquellos que se desempeñan en comercios habilitados, así como los consumidores, y/o las salidas recreativas familiares, se propone delimitar la franja horaria de actividad física exceptuada entre las 20.00 hs. hasta las 8.00 hs., los siete días de la semana.

Por otra parte, como precauciones sanitarias mínimas, de acuerdo a la normativa vigente y conforme a mejores prácticas internacionales en jurisdicciones que han procedido a adoptar medidas de flexibilización similares, se propicia establecer la obligatoriedad de respetar las siguientes distancias mínimas entre personas, de acuerdo a cada actividad:

- Caminata: 5 metros
- Correr running: 10 metros
- Bicicleta: 10-20 metros dependiendo de la velocidad de rodado.
- Para otras actividades, que impliquen desplazamiento tales como rollers, patines o similares, 10 metros
- Distancia lateral entre personas que realizan las actividades permitidas: 2 metros

Finalmente, si bien el uso de cubreboca en la vía pública es obligatorio, conforme lo establecido en la RESOLUCIÓN CONJUNTA N.º 15/MJGGC/20 y sus modificatorias, se establece que no resulta obligatoria la utilización del cubrebocas y/o tapabocas durante la práctica de running y/o práctica aeróbica intensa de las actividades autorizadas, a fin de no obstruir la respiración.



G O B I E R N O D E L A C I U D A D D E B U E N O S A I R E S

**Hoja Adicional de Firmas**  
**Anexo**

**Número:**

Buenos Aires,

**Referencia:** Protocolo de Recomendaciones para la Realización de Ejercicio Físico en el Espacio Público

---

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 1 pagina/s.