

LA ACTIVIDAD DEPORTIVA INDIVIDUAL, PERMITIDA A PARTIR DEL 4 DE MAYO



En lo que se refiere al **deporte y al ejercicio físico**, cabe destacar que **a partir del próximo lunes 4 de mayo**, en el marco de la Fase 0 del Plan de Transición, **se podrán realizar actividades deportivas al aire libre** siguiendo determinadas pautas. Así, **en el ámbito del deporte no profesional**, se permitirá la "actividad deportiva sin contacto (montar en bici, correr, patinar, surf, etc.) siempre que se haga de forma individual y con la protección adecuada (distancia, mascarilla en deportes no acuáticos, cuando sea posible, etc.)".

En lo que respecta al **deporte profesional y federado**, a partir del 4 de mayo se permitirán los "entrenamientos individuales de profesionales y federados, el entrenamiento básico de ligas profesionales y la actividad deportiva sin contacto".

En el siguiente enlace se puede consultar en su integridad el [Plan de Transición hacia una nueva normalidad](#), al que acompañan los siguientes anexos:

- PANEL DE INDICADORES

- FASES

- CRONOGRAMA

Link to Original article: <https://www.fagde.org/blog/la-actividad-deportiva-individual-permitida-a-partir-del-4-de-mayo?elem=284864>