

CIRCULAR No. 001 de 2020

De acuerdo al Decreto 593 de fecha 24 de abril del 2020 emitido por el Gobierno Nacional, el cual permite que a partir del día 27 de abril se pueda realizar actividades físicas y de ejercicio al aire libre, regulado por la Administración Municipal mediante Decreto No. 100-33-105-2020 de fecha 24 de Abril de 2020, donde en su Artículo Segundo imparte las medidas que se deben adoptar para la realización de las respectivas actividades físicas y de ejercicio al aire libre.

El Instituto de Deporte y Recreación de San Gil - INDERSANGIL, le resalta a la comunidad Sangileña, las recomendaciones a tener en cuenta:

1. Solo podrán salir personas que se encuentren en el rango de edad de 18 a 60 años, y dispondrán de un periodo máximo de una (1) hora diaria, teniendo en cuenta el siguiente pico cedula establecido por la Administración Municipal en el Decreto No. 100-33-105-2020 en su Artículo Segundo:

DÍA	HORARIO	ÚLTIMO DIGITO DEL NÚMERO DE CEDULA DE CIUDADANÍA
<i>Lunes</i>	<i>5:00 a.m. - 7:00 a.m.</i>	<i>1 y 2</i>
	<i>7:00 a.m. - 9:00 a.m.</i>	<i>3 y 4</i>
<i>Martes</i>	<i>5:00 a.m. - 7:00 a.m.</i>	<i>5 y 6</i>
	<i>7:00 a.m. - 9:00 a.m.</i>	<i>7 y 8</i>
<i>Miércoles</i>	<i>5:00 a.m. - 7:00 a.m.</i>	<i>9 y 0</i>
	<i>7:00 a.m. - 9:00 a.m.</i>	<i>1 y 2</i>
<i>Jueves</i>	<i>5:00 a.m. - 7:00 a.m.</i>	<i>3 y 4</i>
	<i>7:00 a.m. - 9:00 a.m.</i>	<i>5 y 6</i>
<i>Viernes</i>	<i>5:00 a.m. - 7:00 a.m.</i>	<i>7 y 8</i>
	<i>7:00 a.m. - 9:00 a.m.</i>	<i>9 y 0</i>
<i>Sábado y Domingo</i>		<i>Restricción Total.</i>

2. Las actividades físicas y de ejercicio al aire libre se harán de manera individual y se deberá guardar una distancia mínima de 5 metros entre las personas.
3. Las actividades deportivas que se podrán realizar son caminar, trotar, montar bicicleta o patines, en un radio de 1 kilómetro de distancia de su domicilio.
4. Se continua con el cierre temporal de todos los escenarios deportivos del municipio de San Gil públicos y privados, como son piscinas, gimnasios, gimnasios al aire libre, parques biosaludables, centros de acondicionamiento físico, parques infantiles, canchas sintéticas, canchas multifuncionales y demás escenarios y establecimientos deportivos que se deriven y generen aglomeración de personas, resaltando que la presente condición aplica para Centros Comerciales.

5. Es obligatorio el uso del tapabocas.

El Instituto de Deporte y Recreación de San Gil - INDERSANGIL fomenta los hábitos y estilos de vida saludables en el municipio, por ello invita a toda la comunidad a realizar la actividad con las medidas de bioseguridad y acatando las condiciones implementadas por el municipio.

De igual manera, el Instituto de Deporte y Recreación de San Gil – INDERSANGIL, recomienda seguir haciendo actividad física desde sus casas y hacer uso de nuestras actividades virtuales, como son sesiones actividad física dirigidas a niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos, así de esta manera promovemos el bienestar de la comunidad en general, y prevemos la propagación de COVID_19 o Coronavirus, por eso la invitación a seguir nuestra página en Facebook [Inder San Gil](#).

POR FAVOR QUEDATE EN CASA, LA SALUD DE TODOS ESTA EN TUS MANOS.

ORIGINAL FIRMADO

ARMANDO VILLAR RUIZ

Director General

Instituto de Deporte y Recreación de San Gil - INDERSANGIL