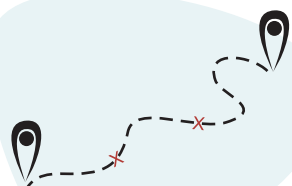


NORMAS GENERALES PARA PRACTICAR ACTIVIDADES FÍSICAS



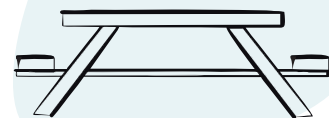
PREPARE SU RUTA previamente, no improvise su caminata.



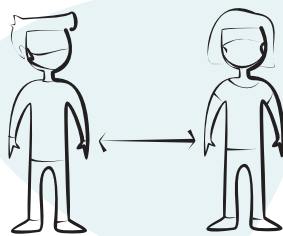
ANTES DE SALIR, INFÓRMESE sobre qué servicios e instalaciones están operativas en el entorno de su visita.



LÍMPIESE LAS MANOS CON FRECUENCIA, sobre todo si toca pasamanos, barandillas, señales...



RESPETE EL AFORO y las medidas de distanciamiento en miradores, merenderos...



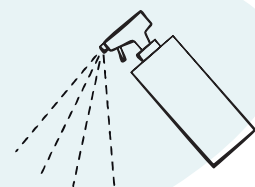
Recuerde mantener la **DISTANCIA DE SEGURIDAD: 1,50 metros.**



El uso de **MASCARILLAS** es **OBLIGATORIO.**



Mantenga las **MEDIDAS PREVENTIVAS** personales.



Si usa **MOBILIARIO URBANO**, por precaución, límpielo primero.



LLEVE SU PROPIA BEBIDA Y LA COMIDA PREPARADA. No utilice las fuentes de agua públicas.



RECOJA SUS RESIDUOS Y LLÉVESELOS. Por su salud, es más seguro que depositarlos en papeleras o contenedores de uso común.



Si está enfermo o con **SÍNTOMAS del COVID 19**, **LLAME AL 112.**