

# Els pallaresos surten a passejar i a fer esport de manera controlada

*Avui les cintes, les el·líptiques, les estàtiques i els rodets han quedat enrere i s'ha tornat a veure les bicis i les sabatilles esportives, però també les primeres sortides per molts*



Una dona passeja per la ruta del camí dels Cavalls de Tremp | JVC

Al Pallars, el desconfinament dels esportistes decretat pel govern espanyol s'ha fet de manera assenyada, sense aglomeracions i amb força prudència, començant per ciclistes i corredors habituals que des de primera hora del matí han reprès les rutines d'entrenament a l'aire lliure que el confinament els havia obligat a modificar.

Avui les cintes, les bicicletes estàtiques, les el·líptiques i els rodets han quedat enrere i s'han tornat a veure les bicis i les sabatilles esportives recorrent les zones verdes i els camins que envolten els nuclis de població del Pallars. La sortida s'ha fet sense horaris, amb l'excepció dels veïns de la ciutat de Tremp, que han hagut de fer-ho amb les franges delimitades per aquelles ciutats majors de 5.000 habitants.

Però avui no només han sortit de casa els més esportistes. També ho ha fet la resta de la gent que, després de setmanes de confinament, han vist com se'ls obrien les portes a estirar les cames tot gaudint de l'entorn natural de les nostres contrades. Per molts d'ells, a més, avui ha estat el primer dia que han pogut sortir de casa, especialment la gent gran, que ha viscut la jornada amb especial il·lusió. Mascaretes i mocadors s'han deixat veure força en les cares dels

més prudents.

Els esportistes poden sortir a córrer o pedalar, sempre de forma individual sense tenir contacte amb ningú més i sense poder sortir dels límits municipals. Qui es decideixi per sortir a passejar, ho pot fer acompanyat d'algú amb qui comparteixi confinament i no es pot allunyar més d'un quilòmetre de casa.

Si bé en algun punt hi ha hagut instants de més afluència, especialment en l'última hora de la franja matinal habilitada per a la pràctica d'esport, en general es pot dir que la gran majoria de pallaresos ha tingut una actitud exemplar, mantenint el distanciament que demanen les autoritats sanitàries.