

Este nevoie să purtăm mască în timpul exercițiilor fizice?

Masca NU trebuie purtată
când facem sport,
pentru că aceasta
poate reduce capacitatea
de a respira confortabil.

Transpirația poate umezi rapid
masca, ceea ce îngreunează
respirația și ajută la creșterea
microorganismelor.

Cea mai importantă măsură
preventivă în timp ce facem
sport este păstrarea distanței
fizice de cel puțin 1 metru
față de celelalte persoane.

