



Hygieneschutz Mai 2022

1. Es gilt die aktuelle Corona VO, also keinerlei Zugangsbeschränkungen zum Kurs
2. In der Gruppe wird nach Möglichkeit weiterhin Abstand eingehalten
3. Es darf eine Maske getragen werden, vor allem im Eingangsbereich und dort wo es enger ist. Jede/ jeder so, wie es empfunden wird
4. Einlass ist 15 Minuten vor Beginn der Stunde, bitte nutzt die im Eingang stehende Handdesinfektion
5. Die Übungsplätze sind auf Abstand markiert
6. Bitte mitbringen: Eine rutschfeste Matte, evtl. eine Decke/ Handtuch o.ä. sowie Übungshilfen (Klötze, Gurt) wenn vorhanden
7. Wir achten auf gute Durchlüftung vor, während und nach dem Unterricht, deshalb sorgt für entsprechend warme Kleidung
8. Die Yogaschule verfügt zusätzlich über ein effektives Luftreinigungsgerät, dieses kommt während der Übungsstunde zum Einsatz, wenn nicht gelüftet wird
9. Alle Kontaktflächen, Toiletten usw. werden regelmäßig desinfiziert
10. Ein Anwesenheitsplan wird aufgrund der Krankenkassenkurse geführt
11. Bei Unwohlsein, Erkältungssymptomen o.ä. nutzt bitte den Online Unterricht

Yoga ist die Balance zwischen Halten und Loslassen!