Hygienekonzept auf Seite 2

Yoga Montags Kurs: 19:00-20:00 Uhr Beginn 21.09.20 – 23.11.20

Termine: 21.09.20 28.09.20 05.10.20 12.10.20 19.10.20
26.10.20 02.11.20 09.11.20 16.11.20 23.11.20

Yoga Dienstags Kurse: 09:30 – 10:30 und 17:30 – 18:30 Uhr Beginn 22.09.20 – 24.11.20

Termine: 22.09.20 29.09.20 06.10.20 13.10.20 20.10.20
27.10.20 03.11.20 10.11.20 17.11.20 24.11.20

Yoga Donnerstags Kurs: 08:00 - 09:00, Beginn 24.09.20 – 26.11.20

Termine: 24.09.20 01.10.20 08.10.20 15.10.20 22.10.20
29.10.20 05.11.20 12.11.20 19.11.20 26.11.20

Hygienekonzept

Folgende Hygienevorschriften sind jederzeit einzuhalten:

- Von der Teilnahme an Yoga-/Qigong-/Pilatesstunden sind folgende Personen ausgeschlossen: Personen mit unspezifischen Allgemeinsymptomen, respiratorischen Symptomen jeder Schwere & Personen mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen.
- Die Anreise und das Betreten der Räume erfolgt einzeln und nicht in der Gruppe. Ich bitte Dich, frühestens 15 Min vor der Klasse zu kommen
- Beim Betreten, Verlassen & der Benutzung der Toilette herrscht Maskenpflicht. Während des Übens auf der Matte darf die Maske abgelegt werden.
- Ein Abstand von 1,5m ist jederzeit beim Betreten, Verlassen und im Raum einzuhalten.
- Nach Betreten des Studios und in regelmäßigen Abständen, müssen die Hände mindestens 20 Sekunden mit Seife gewaschen und/oder desinfiziert werden.
- Treten während der Klasse Symptome auf, muss das Studio umgehend verlassen werden.
- Jeder Teilnehmer*in hat seine eigene Yogamatte, evtl. benötigte Hilfsmittel und Getränke selbst dabei.
- Die Umkleidekabine sollte nicht genutzt werden. Alle Teilnehmer kommen bereits umgezogen in das Studio.
- In der Toilette stehen Einweghandtücher, Seife und Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- Das Studio wird regelmäßig vollständig gelüftet, gereinigt und desinfiziert.
- Während der Klassen wird ein Mindestabstand von 1,5m zwischen Teilnehmern und Lehrer eingehalten.

Bleibt gesund! Viel Spaß beim Üben.