

Y G A Z E I T

HYGIENEKONZEPT

Abstandsregeln

Bitte halte den Mindestabstand von zwei Metern zu anderen Personen ein. Im Yogaraum legst Du Deine Matte auf einen der markierten Plätze.

Mund-Nasenschutz

Bitte betrete YogaZeit mit einem Mund-Nasenschutz. Auf Deiner Yogamatte angekommen, kannst Du ihn während der Praxis absetzen. Verlässt Du die Yogamatte, setze bitte den Mund-Nasenschutz wieder auf.

Umkleide

Die Umkleide ist geöffnet, auch hier bitte Mundschutz tragen.

Toiletten

Die Toiletten sind geöffnet, auch hier bitte Mundschutz tragen.

Handhygiene

Im Eingangsbereich bitte die Hände mit dem bereit gestellten Desinfektionsmittel desinfizieren.

Flächenhygiene

Bitte reduziere das Berühren von Türklinken, Geländern usw. Die Türen und Fenster werden von den Yogalehrerinnen geöffnet und geschlossen. Zwischen den Yogastunden wird gelüftet, Türklinken und Geländer werden desinfiziert.

Yoga-Material

Bitte bringe Deine eigene Matte und ggf. auch Block, Gurt, Decke mit.

Getränke

Bitte bringe Dir selbst etwas zu trinken mit, da wir nichts anbieten dürfen.

Kommen und Gehen

Sei bitte etwa 10 Minuten vor Kursbeginn da. Die neue Gruppe wird von der Yogalehrerin dann eingelassen, wenn die vorherige die Räumlichkeiten verlassen hat. Bitte verlasse nach dem Kurs das Studio zügig.

Teilnahmeliste

Die Teilnahmelisten werden von den Yogalehrerinnen ausgefüllt, um Kontakte mit Schreibgerät zu vermeiden.

Allgemeine Regeln

Es gelten die allgemeinen Hygieneregeln (Niesen, Handhygiene).

Komm nur zum Yoga, wenn Du Dich gesund fühlst. Auch bei geringsten Erkältungssymptomen bleibe zu Hause.

Hinweis

Trotz dieser Hygienemaßnahmen erhöht die Teilnahme an den Indoor-Stunden Dein Infektionsrisiko. Bitte wäge ab und entscheide selbstverantwortlich, insbesondere dann, wenn Du einer Risikogruppe angehören solltest. In diesem Fall kannst Du alternativ am Open-Air-Yoga oder an unseren Online-Stunden teilnehmen.