

## **Infektionsschutz- und Hygienekonzept**

(Änderungen vorbehalten – diese werden bei Bedarf der aktuellen Situation angepasst)

1. Die Kurse finden in festen Gruppen statt. Die Anwesenheit der Teilnehmer wird dokumentiert.
2. Die Dauer der Unterrichtseinheiten umfasst aktuell 90 Minuten. Aktuelle Gegebenheiten können zu einer Verkürzung der Kurszeiten führen (Entrichtete Kursgebühren können nicht anteilig zurückerstattet werden).
3. Der Sicherheitsabstand von 1,5 m zwischen den ausgelegten Matten ist einzuhalten.
4. Die TeilnehmerInnen bringen eigene Matten(-auflagen), Decken und Kissen mit. Bei Nutzung der vorhandener Übungsmaterialien werden diese im Anschluss desinfiziert.
5. Die Übenden kommen in Yogakleidung – das Umkleiden vor Ort ist nicht möglich.
6. Das Tragen einer Mund-Nasen-Schutzmaske ist beim Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten und bei jeglicher Bewegung von der Matte verpflichtend. Auf der Matte, bzw. zum Üben darf die Maske abgenommen werden.
7. Beim Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten werden die Hände desinfiziert (entsprechende Mittel stehen zur Verfügung).
8. Auf schweißtreibende und anstrengende Übungen wird verzichtet.
9. Auf regelmäßiges Lüften während und vor allem zwischen den Unterrichtseinheiten wird geachtet.
10. Um einen Kontakt- und reibungslosen Wechsel, sowie die Einhaltung der Hygienemaßnahmen zwischen den Kursen gewährleisten zu können, ist ausreichend Zeit eingeplant.
11. Die Wahrung des Sicherheitsabstandes von 1,5 m und die Einhaltung der Husten- und Niesetikette ist für alle Anwesenden verpflichtend.
12. TeilnehmerInnen, die Anzeichen eines Infekts oder typische Symptome für Covid-19 aufweisen, dürfen nicht teilnehmen.
13. TeilnehmerInnen, die in den letzten 14 Tagen Kontakt zu Verdachtsfällen oder zu Personen hatten, die auf Covid-19 positiv getestet wurden, dürfen nicht teilnehmen.
14. TeilnehmerInnen mit bestehenden Vorerkrankungen werden um ärztliche Rücksprache vor der Teilnahme gebeten.

Mit ihrer Unterschrift verpflichten sich die Teilnehmer zur Einhaltung der Regelungen.

Ich wünsche uns allen eine entspannte gemeinsame Yogazeit. Ich freue mich auf Dich.

Anke