

Liebe Yogis und Yoginis,

wir möchten dich über folgende Hygiene- Schutzmaßnahmen in unserem Yogastudio informieren und dich dabei um deine Unterstützung bitten.

Bitte bleib zu Hause, wenn du dich nicht gut fühlst.

Bitte komme nur zu uns in den Yoga.Raum, wenn du gesund bist. Auch wir werden nur unterrichten, wenn wir uns ganz gesund fühlen. Anderenfalls nutze gerne unser Online-Yoga.

Kursplan und Teilnehmerzahl

Den aktuellen Kursplan findest du auf unserer Webseite.

Um die Einhaltung des Mindestabstandes während des Übens zu gewährleisten, ist die Teilnehmerzahl sehr begrenzt. Wir bitten daher um eine separate Anmeldung für jede Stunde. So können wir die wenigen Plätze optimal ausnutzen und müssen niemanden wieder wegschicken.

Kursdauer

Vorübergehend ist die Dauer einer Kursstunde auf 75 min. begrenzt. Dies ist notwendig, weil wir uns nicht länger zusammen in einem Raum aufhalten dürfen.

Hände desinfizieren

Bitte desinfiziere dir beim Eintreten deine Hände. Alternativ kannst du dir die Hände auch mit Wasser und Seife waschen und mit Einmalhandtüchern abtrocknen. Wir haben alles für dich vorbereitet.

Maskenpflicht

Es besteht **keine** Pflicht, Mund-Nasen-Bedeckungen in unseren Räumen zu tragen.

Umkleiden

Der Umkleidebereich darf nur einzeln betreten werden und auch nur zum Ablegen von Kleidungsstücken und Gegenständen genutzt werden. Bitte komme bereits umgezogen im Yoga.Raum an.

Wasser, Tee und Kekse

Leider dürfen wir dir bis auf Weiteres nichts anbieten. Ggf. bringe dir bitte selbst etwas zu trinken mit.

Yogamatte und Hilfsmittel

Auch Yogamatten und Hilfsmittel (Decken, Kissen, Blöcke und Gurte) dürfen wir vorübergehend nicht zur Nutzung bereitstellen. Bitte bring deine eigene „Yogaausrüstung“ mit.

Husten- und Nies-Etikette

Huste und niese möglichst immer in die Armbeuge oder in ein Taschentuch. Taschentücher bitte anschließend direkt entsorgen. Hände waschen nicht vergessen.

Registrierpflicht

Wir müssen zu jedem Kurs genau abbilden können, wer da war. Diesbezüglich tragen wir dich (wie auch bisher) in eine Teilnahmeliste ein.