



Atelier Yogart

## **DAMIT WIR SICHER YOGA PRAKTIZIEREN KÖNNEN**

4. Mai 2020

### **Ab dem 11. Mai 2020 begrüßen wir max. 4 Personen vor Ort**

Der Betrieb eines Yogastudios verursacht keine bedeutende Personenströme. Auch während des Yogaunterrichts gibt es wenig Bewegung im Raum, die Teilnehmer/innen bleiben auf ihrer Matte und bewegen sich darauf synchron. Wir halten uns an die BAG Richtlinien.

#### ABSTAND

- Wir halten mindestens 2m Abstand zueinander und begrüßen uns aus Distanz

#### TRAININGSKLEIDER

- Erscheine wenn möglich umgezogen. Wenn du dich umziehen musst, benutzen wir die Garderobe nacheinander.

#### HYGIENE

- Die Türe vom Yogaraum steht zu Beginn offen und wird nur durch die Yogalehrerin geöffnet.
- Nachdem du deine Schuhe ausgezogen hast, wasche dir gründlich die Hände (30 Sek.) oder desinfiziere diese
- Bringe deine eigene Matte und Hilfsmittel mit
- Bringe dein Getränk selber mit und nimm leere Flaschen auch wieder mit
- Die Yogalehrerin verzichtet während des Unterrichts auf das Korrigieren/Berühren und bewegt sich ebenfalls nur auf der eigenen Matte
- Die Toilette benutzen wir wenn möglich zu Hause
- Wir lüften den Raum gründlich vor und nach jeder Lektion



Atelier Yogart

## RISIKOGRUPPE

- Risikogruppen werden gebeten vom Yogaunterricht bis zur Entwarnung vom BAG fernzubleiben
- Teilnehmer mit Krankheitssymptomen und Allergien (Niesen) werden ebenfalls angehalten, dem Unterricht fernzubleiben

## WICHTIG

- Bist du krank geworden, melde dies umgehend der Yogalehrerin, damit die Infektionskette zurückverfolgt werden kann.