

# Hygienekonzept

**Die Personenobergrenze im Studio liegt bei 10 Personen.**

**Es gilt die 2G Regel (genesen, geimpft) und Terminbuchungspflicht.**

## **Räumlichkeiten**

Auf ein Treffen vor oder nach der Yogapraxis im Aufenthaltsraum muss verzichtet werden.

Bitte eigene Yogamatten und Hilfsmittel mitbringen, diese vor der Benutzung desinfizieren.

Alle häufig benutzten Flächen, wie Türklinken, Waschbecken, Wasserhähne, etc. werden regelmäßig gereinigt.

Zwischen den Kursen ist ausreichend Zeit eingeplant um in Ruhe das Studio zu verlassen und neue TeilnehmerInnen sich vorbereiten können. Zwischen den Kursen wird mind. 15 Minuten gelüftet.

## **Handwasch -und Händedesinfektionsmöglichkeiten**

Die Sanitäreanlagen sind mit ausreichend Seifenspendern und Papierhandtücher ausgestattet. Die TeilnehmerInnen sollen sich vor Betreten des Yogaraums gründlich die Hände waschen.

## **Umkleiden**

Die TeilnehmerInnen müssen umgezogen zum Unterricht kommen.

## **Personenbezogenen Maßnahmen**

Es ist notwendig in allen Räumlichkeiten des Studios eine medizinische Maske / FFP 2 Maske zu tragen.

Beim Kurs kann die Maske abgesetzt werden.

Die TeilnehmerInnen müssen sich mit Namen und Anwesenheitszeiten in eine ausgelegte Liste eintragen.

Neben dem Beachten der Husten / Nieß-Etikette, der Händehygiene und der Abstandsregeln dürfen keine Bedarfsgegenstände wie Gläser, Flaschen, Matten etc. gemeinsam genutzt werden.

Die TeilnehmerInnen sind vor Beginn der Yogastunde auf die Hygiene und Schutzmaßnahmen hinzuweisen.

## **Yogapraxis**

Die Yogakurse werden ruhig gestaltet, das bedeutet, dass keine Anstrengung und somit verstärkte Aerosolbildung verursacht wird.

Zum Schutz der TeilnehmerInnen und Eigenschutz finden keine Korrekturen per Hand on statt.