



Hygiene- und Abstandskonzept

Stand 16.02.2023

Yogalehrerin für

Hatha Yoga

Vinyasa Flow Yoga

Pre-/Postnatal Yoga

Mami-Baby-Yoga

FFP2 Maske oder OP-Maske sind weiterhin empfohlen.

Hygienekonzept bei Präsenzunterricht

Es ist mir ein großes Anliegen Euch die notwendige Sicherheit zu geben, damit wir wieder mit viel Freude zusammen Yoga praktizieren können.

Die Teilnahme an meinen Kursen ist nur mit Anmeldung möglich!

Um die Gesundheit aller zu schützen bitte ich um Euer Verständnis, dass folgende Schutzmaßnahmen während der Corona-Zeit zu beachten sind:

- Bitte desinfiziere (Handdesinfektionsmittel steht bereit) oder wasche deine Hände beim Eintreten.
- Versuche Abstand zu halten - nicht nur im Kursraum, sondern auch beim Betreten und Verlassen.
- Im Yogaraum Perlesham herrscht auch eine Sockenpflicht. Bitte ziehe erst auf deiner eigenen Matte deine Socken aus.
- Offene Getränke sind nicht erlaubt, bring daher bitte dein eigenes Getränk in einem unzerbrechlichen Gefäß mit.
- Es erfolgt eine regelmäßige Belüftung der Räumlichkeiten und Reinigung aller häufig berührten Flächen (z. B. Türklinken- und Griffe, Handläufe, Handwaschbecken, Wasserhähne etc.).
- Bitte beachte die Husten- und Nießetikette, sowie die Handhygieneregeln!

Die Teilnahme am Unterricht ist untersagt, wenn:

- ...du in den letzten 14 Tagen Kontakt zu COVID-19-Fällen hattest
- ...du Allgemeinsymptome wie Fieber, Husten, Atemnot, Hals- und Gliederschmerzen hast
- ...du WÄHREND deines Aufenthalts Symptome zeigst. Hier bitte ich dich das Studio zu verlassen um andere zu schützen.

Gemeinsam schaffen wir das. Ich freue mich auf Euch!