

Hygienekonzept Offene Yogastunde in der Sportbude

Teilnahme

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 15 Personen. Eine Teilnahme ist nur möglich, wenn ihr euch vorher angemeldet habt. Am Eingang füllt Ihr einen Teilnehmerbogen aus. Die erhobenen Daten werden nach 4 Wochen vernichtet.

Gesundheitszustand

Bei den kleinsten Symptomen einer Atemwegsinfektion betretet bitte nicht die Sportbude und sagt rechtzeitig ab, sodass der Platz für jemand anderen auf der Warteliste frei wird.

Mundschutz

Bitte tragt in der Sportbude eine Mund- Nasenbedeckung bis ihr in der Halle seid. Solltet Ihr die Toilette benutzen, oder die Halle verlassen, setzt die Mund-Nasenbedeckung dazu wieder auf. Niesen natürlich immer in die Armbeuge. Für eine ausreichende Durchlüftung wird gesorgt.

Handhygiene

Wascht oder desinfiziert eure Hände sofort nach Betreten der Sportbude. Desinfektionsmittel, Seife und Einmalhandtücher stehen im WC-Raum bereit. Bitte betretet das WC nur einzeln.

Umkleide

Kommt bitte in Sportkleidung, wenn möglich die Umkleide bitte nicht nutzen.

Mindestabstand

Um ein hygienisches Miteinander zu gewährleisten, ist die Teilnehmerzahl aktuell auf 15 begrenzt. Ein Abstand von 1,50m zwischen den Matten sollte eingehalten werden.

Während der Yogapraxis

Aufgrund der aktuellen Abstandsbestimmungen wird keine Hands-On Adjustments geben.

Getränke

Bitte bringt Euch selbst etwas zu trinken mit, wenn möglich keine Glasflaschen.

Aufenthalt

Der Aufenthalt in der Sportbude ist auf das Nötigste zu begrenzen. Versucht euch vor und nach dem Kurs nicht unnötig länger im Gebäude aufzuhalten. Wenn ihr noch quatschen wollt, macht dies bitte auf dem Parkplatz.