

Hygiene- und Studioregeln

Vor dem Kurs

Komme bitte nur ins Studio, sofern Du keine Symptome einer infektiösen Atemwegserkrankung wie zum Beispiel Fieber, Schnupfen, Husten oder weitere Krankheitszeichen hast.

Solltest Du innerhalb der letzten 14 Tage in Risikogebiet gewesen sein, beachte bitte die aktuellen staatlichen Regelungen.

Bitte trage beim Betreten der Praxis eine Mund - und Nasenbedeckung.

Im Yogaraum

p

Nach Betreten des Studios bitte wir Dich die Hände zu waschen oder zu desinfizieren.

Bitte trage Dich jedes Mal vollständig in die Anwesenheitsliste ein.

Bitte beachte den Mindestabstand von 1,5m zu Menschen mit denen Du nicht im gleichen Haushalt lebst.

Deine eigene Matte, kannst Du in die von uns gekennzeichneten Flächen legen. Deine persönlichen Gegenstände kannst Du mit an Deine Matte nehmen.

Die Mund - und Nasenbedeckung kannst Du auf Deiner Matte ablegen. Bitte lege Ihn wieder an, wenn du während oder nach der Yogastunde die Matte verlässt.

Während des Unterrichts werden keine Korrekturen mit Körperkontakt gegeben, d.h. wir korrigieren nur verbal.