

Allgemeines Hygienekonzept von Yoga Balance Augsburg

- Personen mit akuten respiratorischen Symptomen jeglicher Schwere sind vom Sportbetrieb ausgeschlossen.
- Bleibe bitte akuten Krankheitssymptomen und wenn Du innerhalb der letzten 2 Wochen Kontakt zu einer mit COVID-19 infizierten Person hattest zu Hause.
- Die Umkleide darf unter Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 m genutzt werden.
- Außerhalb der Übungspraxis ist in geschlossenen Räumlichkeiten, insbesondere beim Durchqueren von Eingangsbereichen sowie in Sanitärbereichen (WC-Anlagen) eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen.
- Wasche regelmäßig bzw. vor und nach dem Üben Deine Hände mit Seife oder desinfiziere sie.
- Oberstes Gebot ist die Einhaltung der Mindestabstandsregel von 1,50 m Abstand zu anderen Übenden und zum Yogalehrer im In- und Outdoor-Übungsbereich, einschließlich Sanitäranlagen, sowie beim Betreten und Verlassen der Sportstätten.
- Die Nichteinhaltung der Mindestabstandsregel von 1,5 Metern ist nur den Personen gestattet, für die im Verhältnis zueinander die allgemeine Kontaktbeschränkung nicht gilt (z. B. Personen des eigenen Hausstands).
- Bitte bringe Deine eigene Yogamatte mit und lege sie im Übungsraum auf einen der markierten Mattenplätze. Bei einer Outdoor-Übungsstunde platziere Deine Matte mit mindestens 1,50 m Abstand von dem nächst Übenden. Nach der Yogastunde nimmst Du Deine Matte bitte wieder mit nach Hause.
- Yogahilfsmittel (Decken, Kissen, Blöcke, etc.) stehen aktuell nicht zur Verfügung.
- Wir grüßen uns mit Namasté (und verzichten auf den Händedruck oder eine Umarmung).
- Fasse Dir nicht mit den Händen ins Gesicht.
- Niese und huste in die Armbeuge.
- Bitte halte Dich vor und nach dem Üben nicht im Vorraum auf.
- Bitte bringe Dir etwas zu trinken mit. Wir stellen keine Getränke zur Verfügung.
- Komme pünktlich und sei bitte rechtzeitig vor Unterrichtsbeginn da und verlasse nach Unterrichtsende zügig das Gebäude bzw. den Outdoor-Übungsplatz.
- Um eine Kontaktpersonenermittlung im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19-Falles unter den Kursteilnehmern zu ermöglichen, sind wir verpflichtet, die Namen und die Telefonnummer der Teilnehmer je Hausstand und Zeitraum des Aufenthaltes zu notieren.

Darum kümmern wir uns um Dich

- Am Eingang der Yogaschule, am Eingang des Übungsraums sowie in den Toilettenräumen haben wir Desinfektionsmittel zum Desinfizieren Deiner Hände bereitgestellt.
- Unsere Toiletten dürfen benutzt werden und werden regelmäßig gereinigt und desinfiziert.
- Wir sorgen bei Indoor-Yogastunden für die Gewährleistung eines regelmäßigen Luftaustausches in vorschriftsgemäßer Lüftungsfrequenz.
- Wir geben keine Adjustments und verzichten auf Partnerübungen. Der Lehrer hat ein besonderes Augenmerk darauf, dass der Mindestabstand eingehalten werden kann.
- Der Lehrer wird Dich bei der Einhaltung der Hygienemaßnahmen unterstützen.