

Hygienekonzept



Zum Schutz vor einer Ausbreitung mit dem Covid-19 Virus werden für alle TeilnehmerInnen der Kurse im Yogastudio „Yoga in Gotha“ folgende Infektionsschutz-Regeln festgelegt:

1. bitte **eigene Matte +** Unterlage (Decke, od. Yoga-/Badetuch), kl. Handtuch und eigene **Wasserflasche** mitbringen,
2. die Hände **vor Betreten** des Studios bitte **desinfizieren**,
3. eine **Mund-/Nasenbedeckung zum Kommen und Gehen** aufsetzen, um sich vor engen Kontakten zu schützen; währen der Yogastunde ist die M-N-Bedeckung nicht erforderlich,
4. Desinfektionsmittel **zur Händehygiene** sind im Studio entsprechend vorhanden (häufig genutzte Flächen - Türklinken usw.. – werden regelmäßig desinfiziert),
5. komme schon fertig in Yogakleidung ins Studio,
6. die Yogapraxis wird zur Zeit als ruhige Variante durchgeführt, um eine verstärkte **Aerosolbildung** zu vermeiden,
7. der Yogaraum wird **regelmäßig** gut **gelüftete**,
8. die TeilnehmerInnen werde vor Beginn der Yogastunde auf die Hygiene- und Schutzmaßnahmen hingewiesen,
9. die Yogalehrer geben kontaktlos, nur über Kommunikation **Hilfestellung**, keine Berührungen,
10. vermeide selbst **direkte Kontakt** durch Handreichen, Umarmungen usw.
11. beim **Waschen der Hände** bitte das eigen mitgebrachte Handtuch benutzen,
12. ein ausreichender **Mattenabstand (1,50m)** wird gewährleistet (Markierungen für die Matten sind auf den Fußboden angebracht),
13. zur Zeit werden die **Hilfsmittel** wie Gurte, Blöcke usw. nicht genutzt, um Übertragung zu vermeiden,
14. bitte die Regeln zur **Nies- und Händehygiene** einhalten (in die Armbeuge od. Taschentuch nießen),
15. TeilnehmerInnen **mit Krankheitssymptomen** können an der Kursstunde nicht teilnehmen,
16. Personenbezogene Daten der Teilnehmerinnen werden in entsprechenden Listen dokumentiert,
17. nach Reisen in Risikogebiete z.Z. 14 Tage häusliche Quarantäne, auch für TN im Yogastudio,

Betriebliche Corona-**Ansprechpartnerin**: Barbara Krause - Tel./Mail: 01522-41 82 160 / barbara-krause@yoga-in-gotha.de

Stand letzte Änderung des Konzeptes: **16. September 2020**