Schutzkonzept für Yogalektionen (gültig ab dem 19. April 2021)

**1. Nur Symptomfrei in die Yogalektion**

Personen mit **Krankheitssymptomen dürfen NICHT an Yogalektionen teilnehmen**. Sie bleiben zu Hause respektive begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab. Das BAG empfiehlt, vorgängig einen Schnelltest durchzuführen

**2. Abstand halten und Maskrntragpflicht**

In **Innenräumen** besteht generell **Maskenpflicht**. Beim Betreten des Yogastudios sowie in der Garderobe besteht eine Maskentragpflicht. Der Abstand von 1,5 m zwischen den Personen muss jederzeit eingehalten werden.

**3.Gründlich Hände waschen**

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle, vor und nach dem Training müssen die Hände korrekt gewaschen oder desinfiziert. Hygieneregeln des BAG einhalten. Desinfektionsmittel steht zur Verfügung.

**4.Yogaraum**

Der Yogaraum darf ausschliesslich von **angemeldeten Teilnehmer/innen** aufgesucht werde.

Komme bereits umgezogen ins YinYoga Grenchen. Bringe deine eigene Matte mit oder ein grosses Tuch zur Auflage auf die Matte. Die Einganstüre bleibt bis zum Beginn des Kurses geöffnet.

**5.Präsenzlisten führen**

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während

14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact-Tracing zu vereinfachen, führt das Yogastudio für sämtliche Yogalektionen Präsenzlisten.

**6.Unterricht**

Die benötigen Hilfsmittel stehen zur Verfügung und werden nach jedem Gebrauch desinfiziert. Wenn möglich nimmst du deine eifenen Hilfsmittel (Yogablöcke, Gurt usw.) mit.

In der Yogalektion ist der Körperkontakt für Korrekturen zulässig.

Herzlichen Dank für dein Verständnis und deine Unterstützung



YinYoga Grenchen - Schützengasse 89 - 2540 Grenchen Tel. 0799326617 yinyogagrenchen@gmail.com