

# **Hygiene-Konzept für den Yoga-Frei-Raum**

**in Anlehnung an die Vorschriften für Sport- und Fitness-Studios**

**Hirtenborn 13, 63808 Haibach**

**Inhaberin: Monika Schwab**

**Seite – 1**

- **Schüler mit akuten respiratorischen Symptomen jeglicher Schwere sind vom Unterricht ausgeschlossen.**
- **Schüler mit Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen sind ebenfalls vom Unterricht ausgeschlossen.**
- **Auch Personen, die während des Unterrichts Symptome entwickeln, müssen den Yoga-Frei-Raum umgehend verlassen.**
- **Die Hygienemaßnahmen werden durch Aushang und zusätzlich persönlich bei der Wiederaufnahme der Kurse kommuniziert.**
- **Kopien des Hygiene-Konzeptes liegen zur Mitnahme im Yoga-Frei-Raum aus.**
- **Ein Mindestabstand von 1,5m ist zu jeder Zeit einzuhalten:**
  - **Beim Betreten und Verlassen des Yoga-Frei-Raums**
  - **Beim Aufsuchen der Toilette.**
- **Beim Betreten und Verlassen des Übungs-Raums sowie beim Aufsuchen der sanitären Anlagen besteht Maskenpflicht. Nach der Einnahme des Platzes kann die Maske abgelegt werden, muß allerdings beim Verlassen des Platzes (z.B. Toilettengang oder Ende der Stunde) wieder aufgesetzt werden.**
- **Eine Gruppe kann sich auch gemeinsam dafür entscheiden prinzipiell indoor mit Maske zu üben.**

# **Hygiene-Konzept für den Yoga-Frei-Raum**

**in Anlehnung an die Vorschriften für Sport- und Fitness-Studios**

**Hirtenborn 13, 63808 Haibach**

**Inhaberin: Monika Schwab**

**Seite – 2**

- **Bei guter Witterung wird der Unterricht im Freien stattfinden können. Im Freien kann nach Einnahme des Platzes die Maske abgelegt werden.**
- **Gruppengröße indoor: Im Raum ist die Gruppengröße auf 6 Schüler begrenzt, um den Mindestabstand von 1,5m zu gewährleisten.**
- **Nach Möglichkeit findet der Unterricht im Freien statt.**
- **Den Schülern stehen im Eingangsbereich Hand-Desinfektionsmittel und Papierhandtücher zur Verfügung.**
- **Auf der Toilette werden Flüssigseife und Papierhandtücher zur Verfügung gestellt.**
- **Die Teilnehmer bleiben einem festen Kursverbund zugeordnet.**
- **Nach jeder Unterrichtseinheit werden die kritischen Punkte – Türgriffe und Toilette gereinigt.**
- **Während des Unterrichts wird im Sommer im Raum ständig mit Luftzug geübt.**
- **In den kühleren Monaten wird etwa alle 20 Minuten einmal komplett durchgelüftet.**
- **Die Schüler werden gebeten, bereits umgezogen zum Unterricht zu kommen und eigene Getränke mitzubringen.**

# **Hygiene-Konzept für den Yoga-Frei-Raum**

**in Anlehnung an die Vorschriften für Sport- und Fitness-Studios**

**Hirtenborn 13, 63808 Haibach**

**Inhaberin: Monika Schwab**

**Seite – 3**

- **Aus Hygienegründen sind eigene desinfizierte oder gründlich gereinigte Matten für den Unterricht mitzubringen.**
- **Die Schüler werden darauf hingewiesen, die Handwasch-Hygiene einzuhalten.**
- **Die Mund-Nasen-Bedeckung bitte bis zum Einnehmen des eigenen Mattenplatzes aufgesetzt lassen.**
- **Die Matten-Plätze sind auf dem Boden mit Klebeband markiert, um den Mindest-Abstand von 1,5 m zu ermöglichen**
- **Im freien auf dem Rasen bitte die Matten so auslegen, dass zwischen den Plätzen ein Abstand von mindestens 2 ausgestreckten Armlängen liegt.**
- **Beachten der Husten- und Nieß-Etikette (in die Armbeuge oder in ein Taschentuch)**
- **Der Teilnehmerkreis der einzelnen Kurse ist dokumentiert und es liegen Kontaktdaten für jeden Schüler zur Verfügung (Mail-Adresse und oder Telefonnummer). Diese Daten sind nur der Betreiberin des Yoga-Frei-Raums zugänglich.**
- **Der Yoga-Unterricht findet kontaktlos und ohne Hilfsmittel statt.**