

HYGIENEREGELN YOGA 59



- Komme nur dann ins Studio, wenn Du ganz gesund bist, keinerlei Beschwerden hast und in den letzten Tagen keinen Kontakt zu infizierten Personen hattest.
- Die Studiotür wird 10 Minuten vor Kursbeginn geöffnet.
- Im gesamten Studio besteht Maskenpflicht.
- Komme bereits in Yogakleidung. Die Umkleidekabine darf vorübergehend nicht genutzt werden. (Tasche abstellen möglich)
- Bringe Deine eigene Matte, Decke, Hilfsmittel mit. Für Yin Yoga unbedingt ein großes Handtuch, um das Kissen/Bolster abzudecken. Gerne auch ein kleines Handtuch zum Händetrocknen um unnötigen Müll zu vermeiden.
- Desinfiziere direkt nach Betreten des Studios Deine Hände.
- Platziere Deine Matte an der markierten Stelle um den Mindestabstand zu gewährleisten.
- Auf Deiner Matte kannst Du die Maske für die Dauer der Stunde ablegen.
- Nach der Stunde muss das Studio zügig verlassen werden.