

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.
- Es gelten die **3 G** Regeln! Bitte bringe Deinen Impfnachweis oder einen tagesaktuellen Test mit
- Im gesamten Studio besteht Maskenpflicht
- Desinfiziere direkt nach Betreten des Studios Deine Hände
- Bringe gerne Deine eigene Matte, Decke, Hilfsmittel mit. Für Yin Yoga ein großes Handtuch, um das Kissen/Bolster abzudecken. Gerne auch ein kleines Handtuch zum Händetrocknen um unnötigen Müll zu vermeiden.
- Auf Deiner Matte kannst Du die Maske für die Dauer der Stunde ablegen