

# Corona Regeln in unserem Haus

## **Bitte bleib zuhause, wenn du dich nicht gut fühlst**

Du fehlst uns sehr, aber die Gesundheit aller hat für uns oberste Priorität! Auch wir sind angewiesen nur zu unterrichten, wenn wir uns ganz gesund fühlen.

## **Umkleiden geschlossen**

Bitte komm direkt umgezogen zu uns ins Studio.

## **Hände desinfizieren**

Desinfiziere dir direkt am Eingang Deine Hände. Wir haben alles für Dich vorbereitet.

## **Maskenpflicht**

Komm mit deiner Maske zu uns ins Studio und begib dich direkt in den Kursraum auf deine Matte. Lege dort deine Maske ab, um frei mit uns Yoga üben zu können. Nach der Stunde die Maske wieder anlegen und das Studio verlassen.

## **Abstand halten**

mind. 1,5 Meter zur nächsten Person

## **Husten- und Nies-Etikette**

Huste und niese möglichst immer in die Armbeuge oder in ein Taschentuch. Taschentücher anschließend direkt entsorgen. Hände waschen nicht vergessen.

## **Bring dir etwas zu trinken mit**

Bis auf weiteres können wir dir keine Getränke anbieten.

## **Yogamatte**

Bitte bring, wenn vorhanden, deine eigene Yogamatte, Handtuch, Blöcke, Gurt und eine Decke für die Entspannung mit.

## **Registrierpflicht**

Wir müssen zu jedem Kurs abbilden können wer genau da war. Deswegen ist es so wichtig, dass du dich im Vorwege über Kursifant anmeldest.

## **Habt euch lieb ohne Körperkontakt**

Wir bitten dich vorübergehend auf enge Interaktionen wie Händegeben oder Umarmungen zur Begrüßung zu verzichten.

## **Geniesse deine Praxis**

Wir werden keine Yogis adjusten (anfassen).