

## CORONA-Hygienekonzept YOGA-SCHULE LEINFELDEN-ECHTERDINGEN (Stand 18.9.2020)

(Verordnung des Kultusministeriums und des Sozialministeriums über die Sportausübung, vom 18. September 2020)

### Teilnehmerzahl

Begrenzung der Teilnehmerzahl gemäß dem zur Verfügung stehenden Raum. Zwischen allen anwesenden Personen (Schüler/Innen und Lehrer) wird ein Abstand von mindestens 1,5 Metern eingehalten. Entsprechende Bodenmarkierungen für die Yogamatten sind angebracht. Auch im Eingangsbereich und Nebenraum ist auf die Abstandsregelung zu achten.

### Räumlichkeiten

Studioeigene Yogamatten werden nach jeder Yogastunde desinfiziert. Das Mitbringen eigener Yogamatten wird empfohlen. Regelmäßige, bzw. dauerhafte Belüftung der Räumlichkeiten durch geöffnete Fenster. Regelmäßige Reinigung und Desinfektion aller häufig berührten Flächen (z.B. Türklinken- und Griffe, Handwaschbecken, Wasserhähne usw.). Handwasch- und Desinfektionsmöglichkeiten sind vorhanden.

### Umkleiden

Die Teilnehmer/Innen kommen bereits umgezogen zum Unterricht.

### Personenbezogene Maßnahmen

Namen und Anwesenheitszeiten der Teilnehmer/Innen werden dokumentiert. Teilnehmer/Innen mit Infekt-Zeichen dürfen nicht teilnehmen. Bei bestehenden Vorerkrankungen sollte vor der Teilnahme eine Rücksprache mit Haus- oder Fachärzten erfolgen.

Beachten der Hust- und Nießetikette, der Handhygiene und Abstandsregeln. Eine Mund-Nasenbedeckung während der Praxis ist NICHT erforderlich. Keine Benutzung von studioeigenen Hilfsmitteln und Bedarfsgegenständen wie Blöcke, Gurte, Decken usw. Die entsprechenden Gegenstände sind als ‚GESPERRT‘ markiert. Sitzkissen jedoch, dürfen zum Sitzen benutzt werden.

Teilnehmer/Innen werden vor Kursbeginn auf die Hygiene- und Schutzmaßnahmen hingewiesen.

### Yoga-Unterricht

Eine ruhige Yogapraxis wird angestrebt. Eine verstärkte Aerosolbildung soll damit vermieden werden. Ein direkter Personenkontakt durch Korrekturen oder zur Begrüßung und Verabschiedung erfolgt nicht.

### Sonstiges

Verzicht auf längere Aufenthalte in der Yoga-Schule vor oder nach dem Unterricht.

Zwischen den einzelnen Kursen sind 15 Minuten Pause eingeplant. Teilnehmer/Innen können die Räumlichkeiten so in Ruhe verlassen, es können die notwendigen Hygienemaßnahmen durchgeführt werden und die nächsten Teilnehmer/Innen können kommen und sich vorbereiten.