

HYGIENEMASSNAHMEN UND VERHALTENSREGELN im Yogaherz

Nach den Vorgaben der Corona-Verordnung Sportstätten des Landes Baden-Württemberg sind im Yogaherz ab sofort besondere Hygienemaßnahmen und Verhaltensregeln umzusetzen.

HANDREINIGUNG/-DESINFEKTION

Auf dem Schränkchen vor der Eingangstür zum Yogaherz steht ein Spender zur Händedesinfektion bereit, der vor dem Betreten des Yogaherz zur Handdesinfektion genutzt werden soll. **Alternativ** sind alle Besucher angehalten, direkt nach dem Zutritt ins Yogaherz die Toilette/das Bad zum gründlichen Händewaschen aufzusuchen.

Auch im Yogaherz befindet sich eine Station zur Handdesinfektion, die insbesondere nach dem Kontakt mit Flächen genutzt werden sollte.

MASKENPFLICHT

Im gesamten Yogaherz besteht die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) bereits beim Betreten und während des freien Bewegens in den Räumlichkeiten. Während des Kurses **unter Beibehaltung des Standorts auf der eigenen Matte darf die MNB abgesetzt werden.** Zum Ablegen empfehlen wir, einen Beutel, ein Tuch, ein Schälchen o.ä. mitzubringen, damit die MNB nicht auf dem Boden liegt. Sobald der feste Standort verlassen wird, beispielsweise beim Toilettenbesuch oder nach Ende des Kurses, muss die MNB wieder getragen werden.

REGISTRIERUNG

Beim Eintreffen ins Yogaherz werden von jedem Besucher Vorname und Nachname sowie Telefonnummer oder Adresse verpflichtend erfasst. Diese Daten werden ausschließlich zum Zweck der Auskunftserteilung gegenüber dem Gesundheitsamt oder der Ortspolizeibehörde nach §§ 16, 25 IfSG erhoben und gespeichert und werden vier Wochen nach Erhebung gelöscht. Werden die Daten nicht vollständig und zutreffend zur Verfügung gestellt, ist der Zutritt bzw. die Kursteilnahme leider untersagt!

Darüber hinaus haben alle Besucher zu bestätigen, dass sie nicht in Kontakt zu einer mit SARS-CoV-2 infizierten Person stehen oder standen, wenn seit dem letzten Kontakt noch nicht 14 Tage vergangen sind, und/oder dass sie keine Symptome eines Atemwegsinfekts oder erhöhte Temperatur aufweisen und/oder an Geruchs-/Geschmacksstörungen leiden. Sollte einer dieser Punkte zutreffen, ist der Zutritt zum Yogaherz strikt untersagt.

ABSTANDSREGELUNGEN

Kontakte zu anderen sind grundsätzlich auf ein Mindestmaß zu beschränken. Dabei sind insbesondere Ansammlungen im Eingangsbereich untersagt, der Eintritt zur Anmeldung muss nacheinander erfolgen.

Die Einhaltung eines Sicherheitsabstands von mindestens 1,5 Metern ist zu beachten. Hierzu sollte insbesondere im Flur ein vorausschauendes passieren lassen anderer praktiziert werden, indem auf verfügbare Freiflächen in Umkleide, Übungsraum ausgewichen wird.

Aufgrund der Teilnehmerreduzierung ist zwischen den einzelnen Kursplätzen ein Abstand von mehr als 1,5 m während der Kurse dauerhaft gewährleistet.

UMKLEIDEN

Bitte kommt bereits in Eurer Trainingskleidung ins Yogaherz, denn ein Umkleiden ist behördlich untersagt. Die Umkleide darf lediglich zum Ausziehen der Straßenschuhe sowie dem Ablegen von Jacken und Taschen genutzt werden.

MATTEN, KISSEN, DECKEN ETC.

Jeder bringt seine eigene Matte und Utensilien, die er zum Yoga benötigt mit. Eventuell können auch hier Matten+ ausgeliehen werden (**es sind 4-5 vorhanden**), aber jeder ist dann für die Reinigung selbst verantwortlich. Mitgebrachte eigene Matten sind auf der bereitliegenden Matte auszulegen.

Decken und kleine Nackenkissen werden nicht mehr zur Verfügung gestellt. Neben dem ohnehin erforderlichen Tuch zur Unterlage sind benötigte Decken und Stützkissen zusätzlich selbst mitzubringen.

BELÜFTUNG

Da auf eine ausreichende und dauerhafte Belüftung geachtet wird, um die Ansammlung von Aerosolen zu verhindern, wird vermehrt über die Fenster gelüftet. Dies bitten wir je nach Witterung und persönlichem Befinden bei der Kleiderwahl zu beachten.

GETRÄNKE

Ich biete keinen Ausschank von Tee und Wasser mehr an. Bitte bringt daher eigene Getränke bzw. Trinkflaschen mit, wenn Ihr während des Besuchs etwas trinken möchtet.

Trotz alle dem viel Spaß beim Üben

Namaste

Eure Marion

Om Shanti, Om Frieden



Kursraum mit ausreichend Abstand