

FÜHL DICH SICHER...

ABSTANDS- & HYGIENEREGELN

- Die **Anmeldung** zu den Kursen erfolgt nach dem Prinzip: „first come - first serve“ und wird über Whatsapp o. Mail mit mir vereinbart. Ich bitte euch, falls ihr doch nicht kommen könnt **spätestens 2 Tage vor dem Kurs abzusagen**, damit der/die nächste Teilnehmer*in nachrücken kann. Kurzfristigere Absagen werden (außer in Coronafällen), falls ich keinen Ersatz finde, trotzdem berechnet.
- **Die aktuellen Coronaregeln im Bereich Sport** teile ich euch gerne bei Kontaktaufnahme (mail, Tel.) mit. Eure **Kontakt**daten werden von mir aufgenommen, 4 Wochen verwahrt und dann vernichtet.
- Kommt bitte **umgezogen** und nacheinander, um **keine Warteschlangen** zu bilden.
- Bitte die Hände beim Eintritt waschen oder **desinfizieren**.
- Die Matteneinteilung nach den **Abstandsvorgaben** wird eingehalten. Bitte bringt eure eigene Yogamatte, Klötze, Tennisbälle (Faszien Yoga) mit!!!
- Wir üben **kontaktfrei** und verzichten in dieser besonderen Zeit auf taktile Korrekturen.
- Für den Yogaunterricht ist kein Mundschutz gesetzlich vorgeschrieben. Du kannst die **Maske** also **während des Unterrichts ablegen**. Wichtig: wir müssen das **Gebäude mit FFP2 Maske betreten** und dürfen das Mattenfeld NICHT ohne Maske verlassen.
- Die Toiletten dürfen mit vorheriger Händedesinfektion benutzt werden.
- Solltest Du Dich nicht gesund fühlen, bleibe bitte zu Hause.