

## Hygienekonzept ambulante Kurse - Stand 21.07.2020 –

Derzeit bedarf es besonderer Vorsichtsmaßnahmen, um Veranstaltungen im öffentlichen Raum durchführen zu können. Daher möchten wir Sie im Vorfeld über unser Hygienekonzept informieren:

### Unser Beitrag ...

- Eine reduzierte Teilnehmerzahl, damit der Sicherheitsabstand gewährleistet ist.
- Desinfektion aller Geräte und Materialien, die genutzt wurden.
- Häufiges Lüften des Kursraumes, damit ein guter Luftaustausch stattfinden kann.
- Wir haben das Kurskonzept so angepasst, dass Sie als Teilnehmer ausschließlich auf Ihrem Platz (Matte, Hocker) üben. Dadurch sichern wir einen ausreichenden Abstand untereinander.

### Ihr Beitrag ...

- Kommen Sie nur, wenn Sie sich gesund fühlen und keinen Kontakt zu infizierten Personen hatten.
- Desinfizieren Sie Ihre Hände beim Betreten des Hauses **und** beim Betreten des Kursraumes.
- Tragen Sie eine Mund-Nasen-Bedeckung beim Betreten des Hauses; diese dürfen Sie abnehmen sobald Sie auf Ihrem Platz im Kursraum sind.
- Vor jeder Kursstunde füllen Sie bitte einen Covid-19-Fragebogen aus.
- Kommen Sie möglichst in sportlicher Kleidung, so dass Sie sich nicht umziehen müssen.
- Bringen Sie - wenn möglich - Ihr eigenes Laken mit, mit dem Sie Ihre Matte ganz bedecken können.