

HAUSORDNUNG – CORONA SAFETY

BITTE

- Die Shala einzeln betreten/verlassen, Mindestabstand 1,5 m.
- Nach dem Eintreten Hände waschen und desinfizieren.
- Trage eine Maske bis zum Platz auf der Matte.
- Zur Begrüßung nur Handzeichen und Luftküsschen :-)
- Husten- und Niesetikette einhalten.
- Eigene Getränke mitbringen (es gibt vorerst keinen Tee).
- Mattenabstand mindestens 2,5 m, Plätze werden zugeteilt.
- Leihmatten und Blöcke nach dem Benutzen desinfizieren (eigenes Handtuch benutzen).
- Eigene Hilfsmittel mitbringen (Gurte, Sitzkissen und Decken dürfen noch nicht wieder genutzt werden).
- Umkleide mit max. 2 Personen zur Zeit benutzen, 1,5 m Abstand einhalten, ggf. warten
- Wenn möglich, bereits in Yogasachen erscheinen
- Wenn du einverstanden bist, bekommst du Adjustments – wenn nicht, auch kein Problem. Dann geben wir verbale Hilfestellungen.
- Lehrer*innen tragen Mundschutz bei Adjustments.
- Die Küche darf nicht benutzt werden.
- Die Toiletten stehen zur freien Verfügung.
- Die Shala nach dem Unterricht zügig verlassen.
- Bei jeglichen Anzeichen von Krankheit zu Hause bleiben.

DANKE