

# Hygiene-Maßnahmen

- ⇒ **Mund-Nasen-Schutz bis zur Matte aufbehalten**
- ⇒ **Abstandsgebot von 1,5 m einhalten**
- ⇒ **Nies- und Hustenetikette beachten**
- ⇒ **Bei Gruppenwechsel: erst raus, dann rein**
- ⇒ **Beim Reingehen zunächst Hände waschen / desinfizieren**
- ⇒ **Schuhe beim Hochgehen auch auf der Treppe rechts abstellen**
- ⇒ **Einverständniserklärung einmalig unterschreiben**
- ⇒ **Matte aufsuchen – bei eigener (desinfizierter) Matte bitte die hauseigene Matte vorher von Kursleitung wegräumen lassen**
- ⇒ **Mund-Nasen-Schutz und Jacke an Matte ablegen**
- ⇒ **Mund-Nasen-Schutz bei Toilettengang wieder aufsetzen**
- ⇒ **Nach der Yogaeinheit zügig den Raum wieder mit Mund-Nasen-Schutz verlassen unter Wahrung eines hinreichenden Abstands**
- ⇒ **Über den ausgewiesenen Weg auf den Parkplatz das Grundstück verlassen**

*Solltet Ihr Symptome einer Atemwegsinfektion bei Euch feststellen, bitten wir Euch, nicht in die Yogagruppe zu kommen, sondern ggf. unsere Online-Angebote zu nutzen.*