



YOGARAUM

Pasing

Corona Schutz- und Hygienekonzept

Teilnehmerzahl

- Aufgrund der aktuellen Situation und der Abstandsregelungen können zurzeit nur maximal 8 Teilnehmer an den Kursen teilnehmen.

Kurseinheiten

- Alle Kurseinheiten werden wieder auf 75 Minuten zurückgesetzt.
- Eine Pause von 15 Minuten zwischen den Kurseinheiten soll gewährleistet, dass ein kontaktloses Verlassen der Teilnehmer des letzten Kurses und ein kontaktloses Eintreten der Teilnehmer des neuen Kurses möglich ist.

Räumlichkeiten

- Das Yogastudio wird regelmäßig vollständig gelüftet, gereinigt und desinfiziert.
- Die Tür zur Umkleide bleibt konstant geöffnet und die Tür zum Toilettenraum bleibt geöffnet, außer wenn sie in Benutzung ist, um die Luftkapazitäten zu vergrößern und um Kontakte mit Türgriffen auf das nötigste zu beschränken.
- Die Yogalehrer sind zuständig für das Öffnen und Schließen der Eingangstür sowohl vor als auch nach dem Unterricht, um Kontaktübertragungen zu vermeiden.

Abstandsregelung

- Sehr wichtig ist die Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 Metern zwischen Personen im Yogastudio, einschließlich des Toilettenraums und Umkleideraums, sowie beim Betreten und Verlassen des Yogastudios. Ausnahmen der Abstandsregelung sind dieselben wie sie sonst gesetzlich vorgegeben sind (wie z.B. Personen aus demselben Hausstand).
- Markierungen am Boden geben den Abstand der Matten vor.
- Die Teilnehmer kommen am besten kurz vor Kursbeginn und einzeln (nicht in Gruppen), um eine Schlängengebilde vor dem Eingang zu vermeiden. Falls Sie doch schon früher da sind, bitten wir darum draußen zu warten, die Abstandsregelung einzuhalten und genügend Platz bereit zu stellen, sodass die Teilnehmer von dem vorherigen Kurs das Yogastudio mit ausreichend Abstand (1,5 Metern) verlassen können. Erst danach ist das Eintreten ins Yogastudio möglich.



- Die Yogastunde erfolgt grundsätzlich kontaktlos. Das bedeutet auch, dass Anpassungen und Korrekturen aktuell nur verbal und visuell gegeben werden können.

Reinigung und Desinfektion

- In der Toilette stehen Einweghandtücher, Seife und Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- Vor dem Unterricht werden die Teilnehmer dazu aufgefordert gründlich (mind. 20 Sekunden) ihre Hände unter fließendem Wasser und mit Seife zu waschen.
- Desinfizierung des Equipments (ausschließlich Hocker und Yogamatten) erfolgt nach Bedarf durch den Teilnehmer selbst. Desinfektionsmittel steht zur Verfügung.
- Regelmäßige Reinigung aller häufig berührter Flächen (z.B. Türgriffe, Fensteröffner, Lichtschalter, Wasserhähne, Toilettenspülung) werden vom Yogalehrer nach dem Yogaunterricht gereinigt.

Umkleide

- Es wird empfohlen bereits mit entsprechender Yogakleidung zum Unterricht zu kommen, um das Umziehen im Yogastudio zu vermeiden.
- Die Umkleide steht für max. 2 Personen mit Mindestabstand von 1,5 Metern und Maske zur Verfügung.
- Die Tür und das Fenster der Umkleide müssen geöffnet bzw. gekippt bleiben.

Gesundheit

- Um die anderen Teilnehmer zu schützen, müssen folgende Teilnehmer zuhause bleiben:
 - Teilnehmer, die Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen hatten.
 - Teilnehmer mit unspezifischen Allgemeinsymptomen, Fieber oder/und akuten respiratorischen Symptomen jeglicher Schwere.
 - Teilnehmer, die während des Aufenthalts im Yogastudio Symptome entwickeln, müssen das Yogastudio umgehend verlassen.
- Teilnehmer, die zur Risikogruppe gehören, besprechen am besten mit ihrem Hausarzt, ob sie am Unterricht teilnehmen.
- Hust- und Nies-Etikette sind einzuhalten.

Mund-Nasen-Schutz

- Die Maskenpflicht bleibt solange bestehen bis die Teilnehmer auf ihrer Matte angekommen sind und wir mit dem Unterricht beginnen. Das heißt, beim Betreten, Verlassen und bei dem Gang zur Toilette oder Händewaschen ist das Tragen der Maske Pflicht.
- Während dem Unterricht muss keine Maske getragen werden.

Lüftung



- Während der ganzen Präsenzzeit im Yogastudio sollten die Fenster gekippt und die Türen vom Umkleideraum und Toilettenraum geöffnet bleiben, um einen Luftaustausch auch während der Kurseinheit zu gewährleisten.
- Zwischen den Kurseinheiten wird es Pausen geben, in der der Yogalehrer die Eingangstür sowie alle Fenster weit öffnet, sodass ein guter Luftaustausch stattfinden kann. Zudem wird durch das Öffnen der Eingangstür vermieden, dass jeder einzelne Teilnehmer die Tür selbst auf- und zumachen muss.

Equipment

- Teilnehmer bringen ihre eigene Yogamatte und nach Bedarf Decke und Kissen mit.
- Bei Bedarf können auch Yogamatten und Hocker vom Yogastudio genutzt werden. Diese müssen nach der Nutzung von dem Teilnehmer gründliche desinfiziert werden. Desinfektionsmittel steht dafür bereit.

Trinkwasser und Tee

- Tee kann aktuell nicht angeboten werden. Darum bringt gerne euren eigenen Tee oder euer eigenes Wasser mit.

Datenerhebung und -weitergabe

- Es wird sichergestellt, dass eine E-Mailadresse und/oder Telefonnummer und/oder Anschrift von jeder Person, die sich im Yogastudio aufhält, vorher abgefragt wird, wenn sie nicht schon im Zuge einer Anmeldung vorhanden ist. Zusätzlich werden die Aufenthaltszeiten von jeder dieser Personen, falls dies nicht schon aus dem normalen Betriebsalltag dokumentiert wird, aufgezeichnet. Alle zusätzlichen Datenaufzeichnungen, die nicht zu dem normalen Betriebsprozessen gehören, werden nach einem Monat gelöscht.
- Im Falle einer behördlichen Aufforderung Infektionsketten nachzuweisen, sind wir gesetzlich verpflichtet Ihre personenbezogenen Daten, d.h. Ihren Namen, Vornamen und Telefonnummer oder E-Mailadresse sowie ihre Anwesenheitszeit im Yogastudio an die zuständige Behörde weiterzugeben.

Sonstiges

- Die Inhaberin und die Yogalehrer stellen sicher, dass die genannten Maßnahmen im Schutz- und Hygienekonzept umgesetzt werden und weisen ihre Teilnehmer auf diese Maßnahmen hin. Insbesondere auf die Maskenpflicht, die Abstandseinhaltung von 1,5 Metern und das Händewaschen wie sie oben beschrieben wurden.
- Teilnehmer/Personen, die die Regeln nicht beachten, können vom Unterricht ausgeschlossen werden.
- Nachholstunden sind aktuell nicht möglich.

Bleibt entspannt und gesund und bis bald im Yogastudio!

- Namaste -

