

Coronavirus – Empfehlungen von den Yogaverbänden für Teilnehmer/-innen von Yogakursen. 4. Juni 2020

Nebst den Schutzmassnahmen des Bundes und dem Schutzkonzept der Yogaverbände bitten wir die Kursteilnehmer/-innen von Yogakursen folgende Hinweise zu beachten:

- Keine Umarmungen, kein Händeschütteln.
- Haltet wann immer möglich die 2-Meter-Distanz untereinander ein.
- Reinige beim Eingang die Hände mit Desinfektionsmittel.
- Nimm, wenn möglich, Deine eigene Yogamatte mit und legen diese nach den Vorgaben der Yogalehrerin.
- Nimm ein eigenes Tuch für die Yogamatte mit
- Personen aus Risikogruppen können aus epidemiologischer Sicht wieder am sozialen Leben teilnehmen; dies gilt auch für die Teilnahme am Yogakurs
- Falls Du Krankheitssymptome oder Allergien (Niesen) hast, bleib zu Hause
- Kommen, wenn möglich, bereits umgekleidet in die Yogastunde; beachten Sie die Anweisungen der Yogalehrerin
- Verlasse den Yogaraum direkt nach der Yogastunde unter Einhaltung der Abstandsregeln