



Yoga in Viersen

Aktuelle Hygieneregeln Stand Juni 2021 „Yoga NettWork Viersen“

- Bitte etwas früher als gewohnt kommen, da die Hygiene-Maßnahmen etwas Zeit erfordern.
- Zum Kurs bitte bereits umgezogen erscheinen. Die Kursteilnahme wird dokumentiert.
- Ein Gästehandtuch für das Hände waschen und eine Unterlagen z.B. Tuch oder Decke für die Matte mit bringen.
- wenn vorhanden eigene Matten und Kissen mitbringen. Bei Bedarf sind Leihmatten im Studio vorhanden (Kunststoffmatten).
- Bei Eintreffen zuerst die Hände waschen/desinfizieren – Seife, Handdesinfektion und Handcreme werden bereitgestellt.
- Markierungen werden die Positionen der Matten im Übungsraum deutlich kennzeichnen (Mindestabstand).
- für die Desinfektion der Kunststoffmatten nach dem Unterricht bitte ein Mikrofaser Tuch mitbringen. Desinfektionsmittel werden bereitgestellt.
- Soweit es der Unterricht erlaubt, kann der Mundschutz abgelegt werden (freiwillig bei ausreichendem Mindestabstand).
- Es wird kein gemeinsames Singen / Chanten und keine Partnerübungen geben.
- Derzeit entfällt die 3G-Regel (geimpft, genesen, getestet)
- Wer krank ist oder sich unwohl fühlt bleibt bitte zuhause. Auch aus Rücksicht auf andere Kursteilnehmer



