

## Unser Schutzkonzept – basierend auf den Empfehlungen von Yoga Schweiz für Teilnehmer/-innen von Yogakursen ab dem 8.9.2021

Liebe Teilnehmende

Zur Begrüssung gibt es von uns einen Herzensgruss-Namasté.

Im Eingangsbereich findest du Händedesinfektionsmittel.

Wir achten darauf, die Fenster noch mehr zu öffnen, um eine gute Luftzirkulation zu garantieren und desinfizieren die Raumluft mit naturreinen ätherischen Ölen.

Wir führen Präsenzlisten (Aufbewahrung für die Gesundheitsbehörde während 14 Tagen) -Rückverfolgung von Kontakten – Contact Tracing.

Wir bitten dich folgendes zu beachten:

- Beim Eintreten ins Yogastudio ist der Abstand nach wie vor einzuhalten (Garderobe, Eingangsbereich)
- Gründliches Händewaschen mit Seife schützt dich und dein Umfeld
- Im Yogaraum sind die Matten ausgelegt. Du kannst trotzdem die eigene Yogamatte oder ein Tuch für die Matte mitbringen
- Hilfsmittel, wie Kissen, Gurte, Blöcke etc. stehen zur Verfügung oder bringe sie selber mit
- Bitte handle selbstverantwortlich, bleib zu Hause wenn du Symptome hast.

Wir sind überzeugt, dass gerade jetzt Yoga eine Quelle der Kraft und Ruhe ist. Hier im Studio tankst du neue Energie, stärkst das Immunsystem und kommst bei dir an

Herzliche Grüsse & namasté Heike & Team