

Hygieneregeln



- Einhaltung der **Mindestabstandsregel von 1,5 Metern** zwischen Personen im In- und Outdoor-Sportstättenbereich.



- Beim Ein- und Austreten aus dem Studio, treppauf /-ab und beim Toilettengang **Mundschutz tragen**.



- Bevorzugt schon **mit Yogakleidung ankommen**, damit kein Stau in der Umzugskabine entsteht.



- Bevorzugt **eigene Matte** und ein großes sauberes **Handtuch mitbringen** (zum Auflegen auf Kissen bzw. Decken).



- **Matten vor der Benutzung** mit bereitgestelltem Desinfektionsmittel **besprühen**.



- **Klötze / Gurte / Tücher** nach dem Unterricht **ebenso besprühen**.



- Bei **unklarem Gesundheitszustand** (insb. Husten, Fieber, Grippesymptomen) bitte **zu Hause bleiben**.