



# YogaManufaktur

## Hygienerichtlinien der YogaManufaktur Würzburg - Unterricht im Studio - Stand: 16.06.2020

Unter Einhaltung folgender Bestimmungen ist eine Kursteilnahme in unserem Studio möglich:

### Registrierung

Für alle Kurse ist eine vorherige Anmeldung über unsere Webseite nötig.

Fairplay - sage rechtzeitig eine Buchung ab, damit dein Platz weitergegeben werden kann.

### Bitte bleibe zuhause, wenn du dich nicht gut fühlst.

Die Gesundheit aller hat für uns oberste Priorität. Auch unsere Lehrer\*innen sind angewiesen nur zu unterrichten, wenn sie sich gesund fühlen. Solltest du in den letzten 14 Tagen mit an Covid-19 erkrankten Personen Kontakt gehabt haben, bleibe dem Studio fern. Gerne kannst du auch weiterhin online via Zoom mit uns praktizieren.

### Vor und nach dem Kurs

Gruppenbildungen sind möglichst zu vermeiden. Komme alleine hoch ins Studio, vor allem bei Benutzung des Aufzugs. Halte Abstand und komme erst zum Eingang, wenn der Bereich frei ist. Verlasse das Studio und das Gelände bitte nach Ende des Kurses zügig.

### Kursbedingungen

Wir öffnen mit einem reduzierten Kursplan unter Einhaltung der geltenden amtlichen Vorgaben. Insbesondere muss gewährleistet sein, dass die Mindestabstandsregel von 1,5 Meter eingehalten wird. Die Klassengrößen werden dementsprechend begrenzt. Bitte achte bei der Platzierung deiner Matte auf die Markierungen am Boden. Achte auch auf die Abstandsregel, wenn du dich im Raum bewegst.

### Luftaustausch

Während des Kurses achten wir auf einen ausreichenden Austausch von verbrauchter gegen frische Luft. Der Zeitraum zwischen den Kursen wird für einen vollständigen Luftaustausch genutzt.

### Maskenpflicht

Komme mit deiner Schutzmaske zu uns in Studio. Wenn du auf der Matte bist, kannst du deine Gesichtsmaske ablegen. Nach der Klasse oder beim Gang zur Toilette ist die Maske wieder anzulegen. Du schützt damit dich und die anwesenden Teilnehmer\*innen.

### Hände desinfizieren

Desinfiziere deine Hände direkt am Eingang. Wir haben alles für dich vorbereitet. In unseren Toiletten findest du Seife sowie Papierhandtücher. Wir bitten dich beim Toilettengang deine Hände gründlich mit Seife und/oder Desinfektionsmittel zu säubern. Unsere Türgriffe werden sowohl vor als auch nach der Stunde gereinigt.

### Umkleiden

Bitte komme bereits mit deiner Yogakleidung. Deine Tasche und Jacke kannst du in der Umkleidekabine ablegen. Zugang auch hier nur mit Maske und unter Einhaltung von 1,5 Meter Mindestabstand. Du kannst deine Tasche auch mit zu deiner Matte nehmen. Handy bitte aus.

### Getränke

Aktuell dürfen wir keine Getränke anbieten. Bringe dir etwas zu trinken mit.

### Yogamatte und Hilfsmittel

Bringe deine eigene Yogamatte und Hilfsmittel mit. Solltest du keine eigene Matte haben, kannst du dir eine im Studio erwerben.

### Husten- und Nies-Etikette

Huste und niese in die Armbeuge oder ein Taschentuch. Taschentücher danach direkt entsorgen. Hände waschen.

### Wertschätzung auch ohne Körperkontakt

Verzichte auf enge Interaktionen wie Händegeben und Umarmungen. Fühle dich mit Respekt im Herzen verbunden.

### Genieße die Praxis

Wir verzichten auf jegliche Adjusts (Hilfestellungen) und Hands-on. Wir werden unser Bestes geben, um dich verbal zu unterstützen.

Wir danken für dein Verständnis und deine Mithilfe!

Manuela & das Team  
der YogaManufaktur