

Liebe Yogis,

es ist schön dass wir wieder gemeinsam Yoga praktizieren können. Auf Grund der
Aktuellen Corona Auflagen, achte bitte auf folgende Hygienemaßnahmen und
Regeln:

Bei jeglichen Krankheitssymptomen bitte zu Hause bleiben!

Maskenpflicht

Komm mit deiner Maske zu uns ins Studio und begib dich mit deiner Matte direkt in
den Kursraum auf deinen Platz. Um frei Praktizieren zu können, kannst du dort
gern deine Maske ablegen. Nach der Klasse lege dir die Maske bitte wieder an und
verlasse zügig das Studio.

Yogamatten und Hilfsmittel

Bitte bring deine eigene Yogamatte (gereinigt) und ein Handtuch mit. Leihmatten
und Blöcke bitte nach dem Benutzen desinfizieren.

Hände waschen und desinfizieren

Bitte wasche dir sowohl vor als auch nach dem Üben die Hände im Bad. Für das
desinfizieren der Hände steht Desinfektionsmittel auf dem Tisch des Warteraums
bereit.

Husten- und Nies-Etikette

Huste und niese möglichst immer in die Armbeuge oder in ein Taschentuch.
Taschentücher anschließend direkt entsorgen. Hände waschen nicht vergessen.

Die Lehrer tragen Mundschutz während des Unterrichts.

Adjustments/ Hilfestellungen sind wieder gestattet, bitte teile den Lehrern mit ob du
Hilfestellungen möchtest.

**Beim betreten/verlassen der Yogaschule und im Warteraum ein
Mindestabstand von 1,5m einhalten**

VIELEN DANK

Anna Rossow / Moving Temple

