



Heilkunde und Yoga

Yoga Vidya Zentrum Bremen

Sigrid Küttner

Heilpraktikerin Yogalehrerin

Bahnhofstraße 3

28195 Bremen

HYGIENEPLAN YOGA VIDYA CENTER BREMEN

Stand 10.06.2020

1. Eingang und Ausgang zur Yogaschule erfolgen durch die selbe Tür. Um an dieser Stelle ein Gedränge zu vermeiden ist es erst nach Verlassen aller vorherigen Besucher erlaubt einzutreten. Die Tür wird erst dann geöffnet.
2. Eingang und Ausgang zum Yogaraum sind getrennt und als solche gekennzeichnet. In Bereichen, wo es dennoch zu Engstellen kommen könnte wird erwartet, den hereinkommenden Teilnehmern den Vorrang zu gewähren.
3. Der Abstand von 1,50 Meter zu anderen Personen muss im gesamten Bereich der Yogaschule eingehalten werden, auch im Hausflur beim Warten auf den Einlass zum Unterricht.
4. Der Besuch der Yogaschule wird über das Eversports Buchungssystem oder in Listen schriftlich erfaßt. Die Listen können bei berechtigter Nachfrage dem Ordnungsamt ausgehändigt werden.
5. Beim Betreten der Yogaschule, nach dem Toilettengang und nach dem Naseputzen sind die Hände gründlich zu waschen. Bitte das zur Verfügung stehende Desinfektionsmittel auch zwischendurch benutzen.
6. Da die Umkleieräume nicht geöffnet sind kommt bitte in Sportbekleidung. Das Aufhängen von Jacken und Ablegen von Taschen ist möglich.
7. Das Tragen von Mund-Nasenbedeckung ist Pflicht beim Betreten der Yogaschule, beim Warten auf den Einlass vor der Tür, beim Betreten des Yogaraumes, auf dem Weg zur Toilette, beim Verlassen der Yogaschule.
8. TeilnehmerInnen bringen eigene Matten, Kissen, Decken, Handtücher mit.
9. Wer keine eigene Matte hat, kann nach Zahlung von €1.- eine Matte von uns benutzen. Matten werden nach Gebrauch gründlich desinfiziert und gelagert, ehe sie wieder verliehen werden dürfen.
10. Nachdem Ihr Euch auf Eurer Matte eingerichtet habt, ist es erlaubt die Mund-Nasenbedeckung abzunehmen. Diese bitte nicht offen liegen lassen.
11. Bitte die Markierungen auf dem Boden beachten. Im Yogaraum die eigene Yogamatte an der Markierung ausrichten und nicht verrücken.
12. Nach jeder Kurseinheit wird der Yogaraum gut gelüftet, auch wird während des Unterrichts zwischendurch gelüftet.
13. Glatte Flächen die viele Menschen berühren werden von uns regelmäßig nach jeder Kurseinheit gereinigt und desinfiziert.
14. Auf der Toilette liegen Papiertücher zum einmaligen Gebrauch. Um Müllberge zu vermeiden bitten wir jedoch darum das eigene Handtuch zum Abtrocknen zu benutzen.
15. Es gelten die Regeln zur Husten- und Nies-Etikette.
16. Personen mit Erkältungssymptome werden aufgefordert zuhause zu bleiben oder die Yogaschule wieder zu verlassen.