

Unsere Hygiene-Vorschriften:

Wir bitten euch um eure Kooperation.
Uns ist wichtig, dass jede Person, die ins Haus kommt, sich darauf verlassen kann, dass alle anderen sich daran halten.



Was ihr auf jeden Fall mitbringen müsst und was es zu beachten gibt:

- Impfnachweis oder Schnelltest max. 24 Std. alt mitführen.
- Beim Betreten des Yoga Zentrums Hände waschen oder desinfizieren.
- Maskenpflicht (FP2 oder medizinisch). Am Platz kann die Maske abgenommen werden. Wer sich durch den Raum bewegt bzw. ihn verlässt, zieht den Mundschutz wieder auf. Wir haben KEINE Mundnasen-Bedeckungen zum verteilen - wer keinen dabei hat, kann leider nicht ins Haus.
- Abstandsgebot von 1,5 m in den Durchgangsräumen.
- Wir werden auf intensive Atemübungen und längeres Singen verzichten und wir werden sehr viel LÜFTEN - bringe Dir bei kühlem Wetter entsprechend warme Kleidung mit.
- Eigene Yogamatte und Decke und ein mittelgroßes Handtuch für die Abdeckung von Sitzkissen oder anderen Hilfsmitteln.
- Die Umkleide ist einzeln zu benutzen. Wenn ihr könnt, kommt am einfachsten bereits umgezogen.
- Bitte nicht in der Rezeption aufhalten - leise nach oben gehen und wenn er bereits frei ist, in euren Yogaraum gehen. Im Parallelraum ist Endentspannung, wenn auch Online ;)) - bitte daher im Treppenhaus und vor den Yogaräumen Stille wahren.
- Bringt einen eigenen, vorzugsweise verschlossenen Trinkbecher/Trinkflasche mit.
- Für Pausen kann auch der Innenhof genutzt werden. Ansonsten bitten wir euch den Abstand immer einzuhalten und euch großzügig im Haus zu verteilen. Sitzgelegenheiten in der Rezeption sind so arrangiert, dass der Abstand gewährt ist. Bitte nicht verrücken!
- KEINE Umarmungen oder Händeschütteln. Wir müssen uns leider bis auf Weiteres auf Namaste, Ellenbogen-Gruss oder einen tiefen Blick in die Augen beschränken. Auch das kann sehr schön sein!

Wir freuen uns auf euch!