

HYGIENEMAßNAHMEN

Stand 27.05.2020 – Vorerst bis 15.09.2020 zu beachten

Lieber Yogi, liebe Yogini,

Wir möchten Dich über folgende Maßnahmen in unserem Chi Yoga Studio informieren und bitten um Deine Unterstützung:

Bitte bleib zuhause, wenn Du Dich nicht gut fühlst.

Du fehlst uns sehr, aber die Gesundheit aller hat für uns oberste Priorität! Auch unsere Lehrer*innen sind angewiesen nur zu unterrichten, wenn sie sich ganz gesund fühlen. Nutze alternativ gerne das OnlineProgramm.

Kursplan und Klassengröße

Wir öffnen wieder am Montag, den 08. Juni 2020 mit einer maximalen Teilnehmerzahl von 10-12 Personen sowie festen Kursen.

Maskenpflicht

Komm mit Deiner Maske zu uns ins Studio und begib Dich direkt in den Kursraum auf Deine Matte. Lege dort Deine Maske ab um frei mit uns Yoga üben zu können. Nach der Klasse die Maske wieder anlegen und das Studio zügig verlassen.

Hände desinfizieren

Desinfiziere Dir direkt am Eingang Deine Hände. Wir haben alles für Dich vorbereitet.

Umkleiden

Unsere Umkleiden sind nur Einzeln zu betreten und nur für die Ablage/ das Einschließen von Gegenständen zu verwenden.

Getränke

Bring Dir etwas zu trinken mit. Bis auf weiteres können wir Dir keine Getränke anbieten.

Yogamatte

Bitte bring Deine eigene Yogamatte (gereinigt) mit.

Noch keine eigene Matte? Im Shop Nummer 5 von Petra findest Du sicher die richtige für Dich.

Hilfsmittel

Bring – wenn möglich – Deine eigenen Hilfsmittel mit z. B. Decke, Blöcke, Gurt.

Registrierpflicht

Wir müssen zu jedem Kurs abbilden können wer genau da war. Deshalb haben wir uns für feste Kurse entschieden – immer die gleichen Kontaktpersonen.

Husten- und Nies-Etikette

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

Hände waschen

Sowohl vor als auch nach dem Üben. In unseren Studios stehen Seife und Papiertücher bereit.

Habt euch lieb ohne Körperkontakt

Wir bitten Dich vorübergehend auf enge Interaktionen wie Händegeben oder Umarmungen zur Begrüßung zu verzichten.

Genieße Deine Praxis

Unsere Lehrer*innen werden keine Schüler adjusten (anfassen).

Wir danken Dir für Dein Verständnis und Deine Mithilfe!

Wir sind uns sicher, dass Yoga uns in dieser besonderen Situation optimal körperlich als auch mental unterstützen kann.

Wir freuen uns auf Dich!

Dein Chi Yoga Team