YOGA AM ERBAPARK

Rahmenhygienekonzept

Ort: Physiotherapiepraxis Bauer,
Gaustadter Hauptstraße 109,
96049 Bamberg

1. Die Teilnahme an den regelmäßigen Yogakursen im Gymnastikraum der Physiotherapiepraxis Eva-Maria Bauer erfolgt nach vorheriger Anmeldung bei Susanne Wanke, Yogalehrerin BDY/EYU. Mit der Teilnahme wird das vorliegende Hygienekonzept bestätigt und anerkannt. Die Kursleitung führt eine Anwesenheitsliste mit den notwendigen Daten zur Kontaktrückverfolgung durch das Gesundheitsamt im Ernstfall.

2. Auch angemeldete Personen mit akuten Infekt-Zeichen, Symptomen von COVID-19 bzw. Kontakt mit Personen, die innerhalb der letzten 14 Tage positiv auf das neuartige Corona-Virus getestet wurden, dürfen nicht am Präsenzkurs teilnehmen.

3. Jede/r TeilnehmerIn kommt in bequemer Kleidung bereits umgezogen in die Praxis.

4. Beim Betreten der Praxisräume sind die Hände zu desinfizieren und eine Alltagsmaske (Mund-Nasen-Schutz) zu tragen.

5. Jede/r TeilnehmerIn geht – mit MNS – direkt in den Gymnastikraum zu einer der ausgelegten, gereinigten Matten und darf hier die Alltagsmaske ausziehen. Bitte kein Verweilen im Wartebereich der Praxis, die Nutzung der Toilette – mit MNS – bleibt möglich!

6. Jacken können in der Garderobe aufgehängt, Schuhe vor dem Gymnastikraum abgestellt werden, Tasche und mitgebrachte Decke kommen mit zum Yogaplatz.

7. Aufgrund der aktuell gültigen Abstands- und Hygieneregeln der bayrischen Staatsregierung ist die maximale Anzahl der TeilnehmerInnen im Gymnastikraum auf 5 Personen beschränkt.

8. Es wird eine ruhige, meditative Yoga-Praxis unterrichtet. Jegliche Form der Anstrengung, die eine verstärkte Aerosolbildung verursacht, wird vermieden.

9. Die Kursleitung achtet auf regelmäßige Frischluftzufuhr durch Stoßlüften: Vor Beginn des Kurses und während des Kurses im Rhythmus 20-5-20-5-20-5.

10. Nach Ende des Kurses werden die benutzten Materialien aus der Physiotherapiepraxis mit dem zur Verfügung gestellten Desinfektionsmittel gereinigt. Das Mitbringen eigener Matten/Blöcke/Kissen ist möglich.

11. Alle Teilnehmer verlassen den Gymnastikraum mit MNS, niemand verweilt zum Gespräch im Wartebereich der Praxis.

Ich freue mich auf viele gemeinsame Yogastunden mit Euch – Namasté Susanne