

Hygienekonzept Karin Fischer Niederweiler

Selbstverständlich richte ich mich nach den Hygienerichtlinien der Landesregierung. Es gelten die 3 Gs, Für die Teilnahme am Yogaunterricht musst Du vollständig geimpft, genesen oder Du brauchst einen 24 Stunden alten negativen Antigen-Schnelltest. Als Anbieter bin ich verpflichtet den entsprechenden Nachweis zu überprüfen. Wenn Du geimpft oder genesen bist, bring bitte zur ersten Stunde einen Nachweis mit , ich vermerke es dann auf der Liste.

Ich bin als Yogalehrerein geimpft. Bitte bleib zuhause, wenn Du dich nicht wohl fühlst.

Anmeldung

Anmeldung erfolgt über Deine Adressdaten, die bei mir in Formularform vorhanden sind oder über meine Webseite www.yoga-fischer.de

Da jeder Teilnehmer laut Corona Vorschriften registriert sein muss.

Hände desinfizieren Hände waschen

Sowohl vor als auch nach dem Üben. Bitte desinfiziere direkt am Eingang Deine Hände. Dort ist alles für Dich vorbereitet.

Yogamatte

Bitte bring Deine eigene Yogamatte mit. Denk daran Deine Matte zu Hause nach der Nutzung gründlich zu reinigen/desinfizieren! Noch keine eigene Matte? Hier ein link für gute Matten:

<https://bodynova.de/yogamatten-bodhi/>

Hier ein Set mit allem:

<https://bodynova.de/yogamatten-bodhi/yoga-sets/yoga-set-flow-yogamatte-mit-block-gurt.html>

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 und desinfizieren

Sowohl vor als auch nach dem Üben. Handtuchpapier liegt bereit. Desinfektion ebenso.

Räumlichkeiten

Die Gestaltung der Räumlichkeiten ist von dem Zugang zum Raum und zum Platz, den Belüftungsmöglichkeiten und dem Zugang zu Treppenhaus, Toiletten und Waschgelegenheit so gestaltet, dass der vorgegebene Mindestabstand von 1,5, Meter zwischen zwei Personen zu jedem Zeitpunkt eingehalten werden kann.

Lüften

Ein regelmäßiges Lüften des Unterrichtsraums, möglichst ein Stoßlüften bei weit geöffneten Fenster, wird generell zur Verbesserung der Luftqualität und zum Luftaustausch durchgeführt.

Unterhaltsreinigung und desinfizierende Reinigung von Oberflächen.

WC- Anlagen, Türklinken, Lichtschalter werden desinfiziert.

Aktuelle Infos bzgl. Corona / Bedingungen zur Teilnahme am Präsenzunterricht

Letzte Aktualisierung: 8. Januar 2022

- Momentan gilt die "2G+" Regel (siehe unten*).
- Bei Fieber oder anderen COVID-19-artige Symptomen ist die Teilnahme am Einzelunterricht nicht möglich.
- Beim Betreten und Verlassen des Yogastudios sind die Hände gründlich mit Seife zu waschen. Desinfektionsmittel steht auch in mehreren Orten zur Verfügung.
- Wenn alle Teilnehmer/innen am eigenen Übungsplatz sind muss zwischen jedem/jeder ein Mindestabstand von 1,5 Metern aufrechterhalten werden.
- im Umkleideraum / WC) ist ein eine FFP2-Maske zu tragen. Während des Unterrichts darf er abgelegt werden.
- Der Unterricht findet entweder mit geöffneten / gekippten Fenstern statt, oder bei kälterem Wetter wird es vor und nach dem Termin sowie jede 20 Min. durchgelüftet.
- Gruppenbildung, sowohl vor dem Studio als auch in den Räumen, ist zu vermeiden.
- Nach jedem Unterricht wird die Halle Toilettenbereich, die Türgriffe, usw. gründlich desinfiziert.

* 2G+ Regel = Zutritt für geimpfte oder genesene Personen nur mit negativem Schnell- oder PCR-Test, falls die Impfung oder Infektion länger als 3 Monate zurückliegt.

Ausnahmen:

- Genesene/geimpfte Personen, die ihre Auffrischimpfung („Booster“) erhalten haben.

- Vollständig geimpfte Personen oder Genesene mit einer nachfolgenden Impfung (letzte erforderliche Einzelimpfung liegt min. 14 Tage und max. 3 Monate zurück).

- Personen, für die es keine Empfehlung für eine Auffrischimpfung der STIKO gibt. Also bspw. vollständig geimpfte Kinder und Jugendliche bis einschließlich 17 Jahre

- Schwangere im ersten Schwangerschaftsdrittel.