



Studio Hygiene- und Verhaltensregeln

BAG / Yoga Schweiz per 20. Dezember 2021:

Für die Ananda Gruppenkurse besteht die **2G+ Zertifikatspflicht**

Für das **Üben ohne Maske** muss das Datum der vollständigen resp. Booster-Impfung frischer als vier Monate sein

Im Eingangs- sowie Garderobenbereich **Masken tragen**

ein **Kleiderständer** im Yoga-Raum kann ebenfalls benutzt werden

Beim Eintreten und Verlassen des Raumes **Hände desinfizieren**,
oder **gründliches Händewaschen** mit Seife

Abstand halten (mind. 1,5 m)

Wir verzichten auf **Händeschütteln oder Umarmen**

Eigene **Auflage** für die vorhandenen Matten mitbringen

Am Schluss die **Ananda Studio Matte** sowie die benutzten
Hilfsmittel mit **Flächendesinfektionsspray einsprühen**

Für das Trinken von Wasser stehen **Pappbecher** zur Verfügung

Bei **Krankheitssymptomen** bitte **zu Hause bleiben**



Wir hoffen und vertrauen hierbei weiterhin auf eine «gesunde» Selbsteinschätzung sowie ein verständnisvolles Wohlwollen der Mitübenden, falls auf der nächsten Matte doch mal jemand kurz niesen, die Nase putzen oder husten sollte. Dies kann auch der Lehrperson oder einem selber passieren.

Wir danken euch herzlich für das Einhalten unserer Hygiene- und Verhaltensregeln.

Euer Ananda Team