

Hygienekonzept / Hygieneplan

Für die Durchführung der Yoga & Entspannungskurse gelten wie in den Volkshochschulen folgende Schutzmaßnahmen:

Zutritt und Kursteilnahme

1. Teilnahme nur mit **aktuellem negativem Corona-Test** (max. 24 Std. alt oder **Impfbescheinigung** (vollständig - 2x, mind. 14 Tg. her) bzw. **Genesung**. (Nachweis pos. PCR-Test vor 6 Monate bis 1 Monat oder Bescheinigung)
2. **Nur mit Anmeldung** per Mail oder per Telefon
3. Zugang zu den Kursräumen, nur mit **Mund-Nasen-Bedeckung**.
4. Im Eingangsbereich an bereitstehendem Spender die **Hände desinfizieren**.
5. **Abstand halten mindestens 1,5 m**
6. Tragen Sie sich mit Ihrem kompletten Namen in die **Teilnehmerliste** ein (die Kontaktdaten liegen vor)
7. **Die Umkleieräume sind geöffnet**. Zutritt nur **1 Person**.
8. Die drei Sanitärbereiche/Toiletten (2x EG + 1x OG) sind aufgrund der Abstandsregeln nur **von jeweils einer Person** zu betreten. Davor auf die Abstandsregeln 1,5 m achten. Die bereitstehende Antibakterielle Handwaschpaste und Händedesinfektionsspender gründlich benutzen. Handtücher nur 1x benutzen
9. **Max. 10 Personen** im großen Kursraum. Im Kursraum sind Abstandsmarkierung angebracht.
10. Darauf achten, dass **kein körperlicher Kontakt** stattfindet.
11. Am Platz selbst besteht Maskenpflicht.
12. Aus Hygienemaßnahmen sind alle Matten, Decken und Sitzkissen entfernt worden. **Bitte bringen Sie Ihre eigene Matte, Decke, Handtuch bzw. Sitzkissen mit**.
13. Entsprechend der Hygienevorschriften werden derzeit kein Pausenbuffet bzw. Getränke angeboten.
14. Die Yogakurse in den kleineren Yogaräumen am **Samstag und Sonntag** können derzeit aufgrund der Hygienemaßnahmen (Abstandsregeln) leider nicht stattfinden.
15. Beachten Sie bitte die **ausgehängten Hygienehinweise**.

Teilnehmer

1. Wegen der Kontaktbeschränkung sollen vorerst nur **1 Kurs pro Woche** besucht werden und dieser Kurs ist fest zu besuchen. Ein Wechsel zwischen den einzelnen Kursen ist nur eingeschränkt möglich (Unterbrechen möglicher Infektionsketten). Bitte wählen Sie einen Kurstag/Kurstermin aus.
2. Wer sich krank fühlt, Fieber oder sonstige Symptome hat, bleibt zuhause.
3. Teilnehmer an Probelektionen müssen vorher eine Teilnehmerkarte mit den kompletten Kontaktdaten ausfüllen.

Sonstige Hygienemaßnahmen

1. Die Hygienehinweise der Landesverordnung, die Corona-Verordnung, der Infektionsschutz des RKI, die Hygiene-Verordnung des Infektionsschutzes sind zu beachten. <https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/aktuelle-infos-zu-corona/> ; <https://www.rki.de>
2. Die Räume, Türklinken, Sanitärbereiche werden regelmäßig gereinigt und desinfiziert.
3. Die Räume werden regelmäßig gut gelüftet.
4. Es sind **UV-Luftfilter** die Viren und Aerosole aus der Luft entfernen im Einsatz.