

YOGA-KURSE / ANPASSUNG DURCH CORONA-EINSCHRÄNKUNGEN

Es gibt weitere Lockerungen im Zusammenhang mit den Einschränkungen durch die Corona-Krise. Allerdings werden weiterhin strenge Auflagen und Hygienevorschriften den regulären Ablauf der Kurse betreffen. Hier einige Hinweise, zum organisatorischen Ablauf:

1. Maskenpflicht:

Im Eingangsbereich, bitte eine Mund-Nasenschutzmaske tragen. Der Aufenthalt im Eingangsbereich ist nicht zulässig.

Also am besten direkt durchgehen, dabei Abstand halten und als erstes in Bad oder Küche die Hände gründlich waschen ... dann erst in den Yoga-Raum kommen und den Platz vorbereiten. Das heißt, eine große Decke über ein Futon legen, die zweite Decke daneben. Danach kannst du die Maske abnehmen und auf deine Decke legen.

Komme nach Möglichkeit bereits in passender Kleidung her. Sonst in Bad oder Küche umziehen.

2. Raumlüftung:

Um die Bildung von belasteten Aerosolen zu vermeiden, werden die Räume ca. alle 30 Minuten und zwischen zwei aufeinander folgenden Kursen gründlich gelüftet.

3. Maximale Teilnehmerzahl/ Mindestabstand:

Verbindliche Anmeldung: Um sicher zu stellen, dass genügend Abstand (mindestens 1,5 Meter) gehalten werden kann, ist die wechselnde Teilnahme an unterschiedlichen Kurstagen während dieser Sonderregelung nicht möglich.

Darum ist eine verbindliche Anmeldung für einen festen Wochentag nötig!

Anmeldungen sind per Email hallo@marianne-blech.de oder Kontaktformular der Website www.yoga-bergkamen.de möglich.

4. Eigene Matte / Kissen / Decken:

Bitte eine eigene Ausstattung mitbringen. Mindestens jedoch zwei eigene Decken... eine zur Abdeckung des Yoga-Futons und eine zweite zum zudecken während der Entspannung. Unsere Yogamatten, Kissen und Decken stehen für die Zeit der Einschränkungen nicht zur Verfügung.

5. Kursgebühren:

Die Kursgebühren bleiben gleich. Die Möglichkeit mehrere Kurse pro Woche zu besuchen bleibt bestehen, allerdings nur nach vorheriger Absprache und verbindlicher Anmeldung und auch dann nur, wenn die zulässige Maximalteilnehmerzahl durch die reguläre Anmeldung nicht erreicht ist.