

AKTUELLE HYGIENEREGELN

In Bezug auf Corona halten wir uns laufend an die aktuellen Vorschriften des Bundesministeriums für Gesundheit, um in unserem Studyo gut durch Herbst und Winter zu kommen. Dabei brauchen wir deine Unterstützung!

Ankommen & Einchecken

Bitte melde dich für jede Stunde rechtzeitig an, damit du auch ganz sicher einen Platz bekommst. Zieh dir bitte vor dem Eintreten ins Studio die Schuhe aus und melde dich dann wie üblich bei unserem Check-In-Tresen an.

Tragen von Masken

Bitte trage eine Maske beim Betreten und Verlassen aller Räumlichkeiten des Studios. Sobald du auf deiner Matte bist, kannst du sie selbstverständlich abnehmen.

Clean Hands

Bitte desinfiziere und/oder wasche deine Hände. Direkt vor der Eingangstüre, im Empfangsbereich sowie in allen WCs steht Desinfektionsmittel für dich bereit.

Abstand & Körperkontakt

Im gesamten Studio bitten wir dich den Abstand von 1 Meter einzuhalten. Bitte verzichte bis auf weiteres auch auf Händeschütteln, Umarmungen und ähnliches.

Bleib zuhause, wenn du krank bist

Hast du Anzeichen eines Infekts oder fühlst du dich nicht gut? Dann bitten wir dich lieber zuhause zu bleiben. Ersatzweise kannst du gerne auf unsere Online-Stunden zurückgreifen.

Komm in Yogakleidung

Bitte komm nach Möglichkeit bereits in deiner Yogakleidung. Sollt dir das nicht möglich sein, kannst du natürlich unsere Umkleiden und Duschen verwenden.

Yogamatte & Zubehör

Verwende bitte deine eigene Matte und deine eigenen Hilfsmittel. Wenn das nicht möglich ist, kannst du unser Zubehör ausleihen. Allerdings derzeit mit einigen Einschränkungen:

- *Studiomatte:* Bitte leg deine eigene Matte oder ein Handtuch in Mattengröße auf die Studiomatte (TIPP: In unserem Shop findest du Yoga-Handtücher, die perfekt dafür geeignet sind). Bitte reinige die Matte immer nach Gebrauch mit den zur Verfügung gestellten Sprays.
- *Blöcke:* Aus hygienischen Gründen können wir diese derzeit nicht zum Verleih ausgeben (TIPP: In unserem Shop findest du Blöcke).
- *Bänder:* Aus hygienischen Gründen können wir diese derzeit nicht zum Verleih ausgeben (TIPP: In unserem Shop findest du unsere Bänder in unterschiedlichen Stärken).
- *Polster und Decken:* Aus hygienischen Gründen können wir diese derzeit nicht zum Verleih ausgeben. Bitte bring bei Bedarf deine eigene Decke und deinen eigenen Polster mit.

Husten- und Nies-Etikette

Huste und niese immer in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, welches du danach gleich entsorgst.

Verhalten der TrainerInnen

Unsere TrainerInnen dürfen zur Zeit keine Hands-On-Assistenz durchführen. Sie werden dich aber verbal dabei unterstützen, dich wenn nötig richtig auszurichten und sicher durch deine Yogapraxis zu führen.

Beschränkung der Teilnehmerzahl

Wir werden auch weiterhin die maximale Teilnehmerzahl beschränken, damit du mit einem Wohlgefühl ins Studio kommen kannst. Bitte halte im Yogaraum die vorgegebenen Platzmarkierungen ein.

Reinigung der Räumlichkeiten

Die Böden werden täglich und alle Griffe werden mehrmals täglich gereinigt und desinfiziert.

Solltest du dazu noch Fragen haben, sind wir gerne jederzeit für dich da!