



## Hygienekonzept Seminar und Bildungsbereich - Kurzfassung

- **Allgemeines**  
Bei grippeähnlichen bzw. Covid19-verdächtigen Symptomen wie Fieber, Müdigkeit, Abgeschlagenheit usw. bleiben die Teilnehmer\*innen zuhause bzw. werden nach Hause geschickt.
- **Aufklärung der Teilnehmer\*innen**  
Die Teilnehmer\*innen werden über alle Hygieneregeln aufgeklärt.
- **Die Teilnehmer\*innen legen bei jedem Kurstermin/täglich einen negativen Schnelltest vor.** Vollständig geimpfte (14 Tage nach der letzten Impfdosis) und genesene Personen mit entsprechendem Nachweis sind von dieser Regel ausgenommen.
- **Abstandsregeln**  
Beim Betreten des Hauses wie beim weiteren Aufenthalt im Haus ist auf den gebotenen Abstand zu achten (1,5 m). Auch während des Unterrichts und während der Pausen in Haus und Garten, im Eingangsbereich, in den Fluren, in der Garderobe und im Bereich der Toiletten sind die Abstandsregeln einzuhalten
- **Mund- und Nasenschutz**  
In Haus ist ein medizinischer Mund- und Nasenschutz zu tragen.
- **Regelmäßiges Händewaschen/Desinfizieren**  
Beim Betreten des Hauses, nach der Toilettennutzung und nach Bedarf sind die Hände gründlich zu waschen oder zu desinfizieren. Händedesinfektionsmittel steht im Eingangsbereich und in den Toiletten bereit.
- **BenefitYoga® - Praxis**  
Im Gruppenraum werden ausschließlich Haltungen und Bewegungsübungen durchgeführt, die den vorgegebenen Abstand ermöglichen. Während des Unterrichts, auf der eigenen Yogamatte, darf der Mund-Nasen-Schutz abgelegt werden.
- Für Unterricht im Garten bitte **Yogamatten, Decken und ggf. Kissen** selbst mitbringen. Für Unterricht im Haus bitte ein Laken oder ein Tuch mitbringen, das die Yogamatte vollständig (!) bedeckt.
- **Belüftung**  
Der Raum wird in regelmäßigen Abständen gelüftet (mind. alle halbe Stunde). Bei schönem Wetter bleiben die Fenster geöffnet.
- **Fragen ans Büro**  
Wir bitten darum, Fragen weiterhin soweit wie möglich per Email ans Büro zu senden bzw. während unserer Sprechzeiten anzurufen.
- **Essen und Trinken**  
Die Teilnehmer\*innen versorgen sich mit Getränken selbst. Bei schönem Wetter kann in den Pausen der Garten genutzt werden, auch dabei sind die Abstandsregeln einzuhalten.

