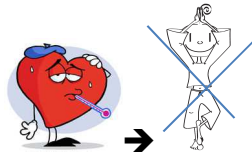
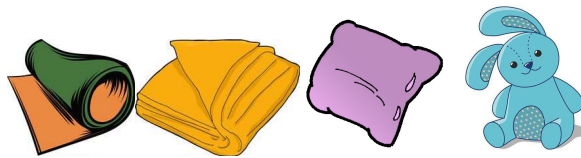


# Kinder-Yoga Hygienekonzept im Sportheim des TuS Bargstedt

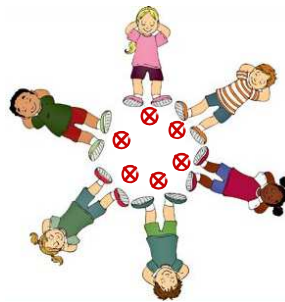


Bei den ersten Anzeichen einer Erkältung bleibt bitte zu Hause und meldet euch bei uns ab. Kommt zum Yoga, wenn ihr gesund seid. Eure Kontaktdaten bewahren wir 4 Wochen auf.



Bitte bringt eure eigene Yogamatte, Decke, Kissen und euer Kuschtier mit.

Wir können euch wegen der Infektionsgefahr, nicht wie üblich, unsere Matten, Decken und Sitzkissen zur Verfügung stellen, und bitten Euch dafür zu sorgen, dass ihr alles habt, was ihr für die Stunde braucht. Wenn ihr noch keine eigene Yogamatte habt, könnt ihr eine Matte für 10€ Kautions leihen. Bitte die Matte mit nach Hause nehmen und in der nächsten Stunde wieder mitbringen.



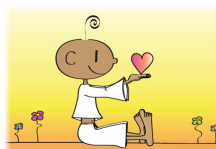
Wir werden im Yogaraum Markierungen auf dem Fußboden aufbringen, an der Du den vorderen Rand Deiner Matte legst und sie nach hinten ausrollst. Während des Yogas wird der mind. Abstand von 1,5m eingehalten. Auf Eurem Platz kann die Maske ab. Wir Kursleiter werden bei Hilfestellungen unseren Mund-Nasen-Schutz tragen.



Bitte erscheint pünktlich in Yogakleidung am hinteren Eingang des Sportheims. Wir lassen Euch als Gruppe gemeinsam in das Gebäude. Danach werden wir wieder abschließen. Vom Eingang bis zu eurem Platz tragt ihr euren Mund-Nasen-Schutz. Dies gilt auch beim Verlassen des Yogaraumes, denn im Flur könnte der Mindestabstand unterschritten sein. Benutzt beim Verlassen des Gebäudes den vorderen Ausgang.



Zur Hälfte der Yogastunde werden wir einmal Stoßlüften. Zieht einen Pulli über oder deckt euch kurz mit der Decke zu.



Namasté, wir freuen uns auf Euch!