

Schutz- und Hygienemaßnahmen

Checkliste für Teilnehmer im Zentrums für Körper & Seele – Stand 02.07.2020

Grundlage: 10. Corona-Bekämpfungs-VO des Landes RLP, gültig seit 24.06.2020

Lieber Teilnehmer, liebe Teilnehmerin,
folgende Maßnahmen sind zu beachten & zwingend einzuhalten:

- Bei Symptomen ist eine Teilnahme an einem Kurs im Zentrum für Körper & Seele nicht möglich
- Bringe bitte Dein eigenes Getränk mit
- Komme bitte bereits umgezogen
- Bringe bitte Dein eigenes Equipment mit (Handtuch, Decke, Nackenrolle, Bolster, Sitzkissen, ... was immer Du für Dein Wohlfühlgefühl benötigst-ganz nach dem Motto: so viel wie nötig und so wenig wie möglich!). Eine Matte ist bereits vorhanden. Mitgebrachte Matten müssen vor Ort desinfiziert werden!
- Name, Kontaktdaten und Anwesenheitszeiten der Teilnehmenden werden in Formularen festgehalten. Diese werden entsprechend der Datenschutzgrundverordnung vier Wochen nach dem Termin vernichtet.
- Händedesinfektionsmöglichkeit besteht direkt an der Eingangs-Tür
- Es besteht 1 Handwaschmöglichkeit in der Toilette gegenüber der Garderobe, die mit Seifenspender und Papierhandtücher ausgestattet ist.
- Eingangsbereich im Zentrum:
Bitte den Mindestabstand von 1,5m einhalten. Vor dem Eingang sind ebenfalls die Abstandsregeln einzuhalten. Es gilt die Maskenpflicht.
- Desinfiziere/wasche Dir die Hände nach dem Eintreten.
- Die Teilnehmerzahl im Kursraum ist auf 9 begrenzt. Wenn Du in den Kursraum eintrittst gilt die Maskenpflicht bis zur Ankunft auf der Matte. Auf deiner Matte angekommen kannst Du die Maske ausziehen.
- Es werden ausschließlich ruhige & entspannende & sanfte Kurse angeboten, um jegliche Form der Anstrengung zu vermeiden und eine verstärkte Aerosolbildung im Raum zu verhindern. Die Luftzirkulation wird gewährleistet durch regelmäßiges Stoßlüften & Durchzug.
- Wir verzichten auf längere Gespräche vor und nach dem Unterricht im Kursraum, im Eingangsbereich und dem Außenbereich.
- Sitzgelegenheiten, Teeküche, Umkleide & Equipment-Raum können leider nicht genutzt werden!
- Der Kursleiter sorgt dafür, dass der Raum vor und nach jedem Kurs ausgiebig gelüftet wird & die Inhaberin des Zentrums für Körper & Seele kümmert sich um die Desinfektion der Räumlichkeiten & stellt genügend Desinfektionsmittel, Seife & Papierhandtücher zur Verfügung, sodass Du Dich ganz sicher fühlen & Dich während des Kurses ganz entspannen kannst.