

Corona-Schutzkonzept der Integralen Yogaschule

(Version vom 14.04.2021)

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) sowie das Bundesamt für Sport (BASPO) geben die Rahmenbedingungen für Sport in Innenräumen vor. Die Yogaverbände in der Schweiz erarbeiten jeweils ein allgemeines [Schutzkonzept](#) für den Yogaunterricht.

Individuelles Schutzkonzept der Integralen Yogaschule -> gilt auch für bereits geimpfte Personen:

- Pro Person müssen mindestens 10 m² Fläche vorhanden sein und ein Abstand von 1.5 m muss ständig eingehalten werden. Die Raumgrösse der Integralen Yogaschule beträgt 80 m². Somit können wir maximal **7 Teilnehmerinnen und Teilnehmer** pro Kurs aufnehmen.
- In allen öffentlich zugänglichen Räumen besteht eine allgemeine Maskenpflicht. Während des Yogaunterrichts auf der Yogamatte dürfen wir nur dann **ohne Maske praktizieren**, falls eine Fläche von **15 m² pro Person** zur Verfügung steht. Für uns heisst dies konkret:
 - Bei maximal 4 Teilnehmer/innen dürfen wir die Maske während des Kurses ausziehen. Sobald die Übungsmatte verlassen wird (Toilettengänge etc.), muss jedoch die Maske wieder getragen werden.
 - Bei 5 – 7 Teilnehmer/innen muss während des Kurses die Maske getragen werden.
- Wir bitten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, den Raum nicht gleichzeitig zu betreten oder zu verlassen. Bitte halten Sie im Eingangs- und Umkleidebereich den Abstand von 1.5 Meter ein und tragen Sie eine Maske. Kommen Sie, wenn immer möglich, bereits umgezogen zum Kurs.
- Bitte waschen Sie sich vor dem Betreten des Yogaraumes die Hände gründlich mit Seife oder benutzen Sie das bereitgestellte Desinfektionsmittel.
- Bitte nehmen Sie ein Tuch, eine Decke oder Yogamatte sowie Ihre eigene Getränkeflasche mit.
- Wir reinigen und desinfizieren die sensiblen Bereiche (WC, Türklinken, Lichtschalter, usw.) nach jedem Kurs. Ausserdem lüften wir den Yogaraum sehr regelmässig.
- Wir führen für jeden Yogakurs eine Präsenzliste, welche auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden kann.
- Jede Yogaschule ist verpflichtet, einen Corona-Beauftragten zu bestimmen (siehe unten).
- Personen mit Krankheitssymptomen dürfen nicht an den Yogalektionen teilnehmen. Bitte bleiben Sie zuhause, wenn Sie erkältet sind oder sich krank fühlen.
- Bei Fragen kontaktieren Sie bitte den Corona-Beauftragten der Integralen Yogaschule, Herrn Jean-Pierre Wicht (Kontakt Daten siehe unten).

Wir wünschen Ihnen trotz Corona-Einschränkungen angenehme und entspannte Yogalektionen.

Ihr Team der Integralen Yogaschule

Jean-Pierre Wicht und Iris Huber

Kursleitung:	Iris Huber	+41 (0)79 279 70 21	iris@integrale-yogaschule.ch
	Jean-Pierre Wicht	+41 (0)79 642 18 67	jpw@integrale-yogaschule.ch
Büroadresse:	Integrale Yogaschule, Dorfstrasse 8c, CH-5412 Gebenstorf		
Kursadresse:	Integrale Yogaschule, Aarestrasse 17, CH-5412 Vogelsang / Gebenstorf		