

## Hygienemaßnahmen

Die Gesundheit unserer Kursteilnehmer und Kursleiter ist und wichtig. Unsere Räume werden regelmäßig gereinigt und desinfiziert. Seife und Desinfektionsmittel für Hände und Material (Matten usw.) stehen zur Verfügung.

### **Folgende Hygienemaßnahmen sind unbedingt einzuhalten:**

**Maskenpflicht:** Auf dem Parkplatz sowie im gesamten Gebäude besteht Maskenpflicht. Bitte daher während der gesamten Aufenthaltszeit einen geeigneten medizinischen Mund- und Nasenschutz tragen (z.B. FFP2-Maske/medizinischer MNS). Lediglich während den Übungen darf die Maske abgesetzt werden.

**Allgemeine Hygieneregeln:** Bitte beachtet die allgemeinen Hygieneregeln wie regelmäßiges Händewaschen, Hände aus dem Gesicht fernhalten, Husten und Niesen in ein Taschentuch oder in die Armbeuge und bleibt bei Krankheitssymptomen zuhause.

Bei Betreten der Räumlichkeiten entweder die Hände desinfizieren oder diese gründlich in der vorgesehenen Umkleidekabine/Toilette waschen.

Nach Gebrauch das benutzte Material (z.B. Yogamatte) desinfizieren.

**Abstandsregeln:** Der Mindestabstand von 1,5 m zu anderen Personen muss immer eingehalten werden – nicht nur im Kursraum, sondern auch beim Betreten und Verlassen des Gebäudes.

**Begrüßung und Kommunikation:** Auf Begrüßungsrituale wie Handschlag, Umarmung oder Wangenkuss ist zu verzichten. Die Kommunikation untereinander ist auf das nötigste zu beschränken.

**Sportkleidung:** Bitte bereits in sportlicher Kleidung kommen und ein Handtuch für die Yogamatte mitbringen.

**Lüften:** Die Kursräume müssen alle 20 Minuten gelüftet werden.

**Getränke:** Bitte nur eigene Getränke aus eigenen Behältnissen nutzen.

**Anzeichen:** Bei Anzeichen einer Erkältung, einer COVID-19 Infektion, bei Kontakt zu Infizierten oder Kontaktpersonen gemäß der Richtlinie des Robert-Koch-Instituts bitte unbedingt zu Hause bleiben“!

**Testpflicht:** Es gelten die jeweils gültigen Corona-Regelungen des Land Baden-Württembergs.



Aktuelle Regelungen für den Sport im Land  
<https://km-bw.de/CoronaVO+Sport>