

Hygienekonzept „Achtsamkeits-Yoga im Waldorfkindergarten“ (Stand: 06.07.2020)

Für die Yogastunden im

Waldorfkindergarten in Celle e.V., Leonhardtstraße 46, 29227 Celle

sind folgende Hygienemaßnahmen einzuhalten:

- Es stehen keine Umkleidemöglichkeiten zur Verfügung, die Teilnehmerinnen erscheinen in Sport-/Yogakleidung zum Unterricht.
- Die Teilnehmerinnen betreten und verlassen das Gebäude und den Kursraum kurz vor Kursbeginn bzw. Kursende nacheinander, ohne Warteschlangen und unter Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Metern.
- Das Gebäude des Waldorfkindergartens ist mit einem Mund-Nasen-Schutz zu betreten.
- Der Mund-Nasen-Schutz ist zu tragen, bis die Teilnehmerinnen auf ihrer Yogamatte angekommen sind.
- Auf der Yogamatte darf der Mund-Nasen-Schutz abgesetzt werden und muss während der Yoga-Übungen nicht getragen werden.
- Die Hände sind vor dem Betreten des Übungsraumes und nach dem Benutzen von Bad/WC zu desinfizieren (bitte eigene Handtücher zum Abtrocknen der Hände nach dem Händewaschen und eigenes Desinfektionsmittel mitbringen!)
- Jede Teilnehmerin bringt ihre eigenen Trainingsmaterialien (Yogamatte, Meditationskissen, Yogagurt etc.) mit.
- Eine Weitergabe der Trainingsmaterialien an andere Teilnehmerinnen ist nicht erlaubt.
- Mitgebrachte Trinkflaschen mit eigenen Getränken sind nach Möglichkeit namentlich zu kennzeichnen.
- Jede Teilnehmerin hält den Mindestabstand von 2,0 Metern zur nächsten Person während des Yoga-Übens ein.
- Hilfestellungen, Partnerübungen sowie Körperkontakte vor, während und nach der Kursstunde sind nicht gestattet.

Voraussetzungen für die Teilnahme an den Kursstunden

Jeder Teilnehmerin erfüllt folgende Voraussetzungen:

- Es bestehen keine Krankheitssymptome wie z. B. Husten, Schnupfen oder Fieber.
- Es bestand für mindestens zwei Wochen kein Kontakt zu einer mit Corona infizierten Person.
- Alle vorgeschriebenen Hygienemaßnahmen werden eingehalten.
- Die zum Zeitpunkt des Kurses geltenden Beschlüsse der Bundesregierung hinsichtlich Fahrgemeinschaften werden eingehalten.