

STUDIOREGELN

- Die Voranmeldung über unseren [Stundenplan](#) ist notwendig. Die Anzahl Plätze in den Klassen bleiben bis auf weiteres reduziert.
- Beim Kommen und Gehen in das Studio, in der Garderobe und beim Betreten des Yogaraumes muss eine Maske getragen werden. Die Maske darf erst abgelegt werden, wenn wir auf der Yogamatte sind.
- Bitte bringe deine eigene Matte mit und lege diese nach den Vorgaben deiner Yogalehrerin / deines Yogalehrers hin.
- Bitte bringe für die Benutzung von Hilfsmitteln ein sauberes Tuch mit.
- Bitte halte wann immer möglich 1.5 m Abstand zu den anderen Yogis.
- Keine Umarmungen, kein Händeschütteln, sondern alternative Lösung wie Namaste, Hand auf dem Herzen usw.
- Bitte wasche und desinfiziere deine Hände vor Betreten des Yogaraums.
- Personen aus Risikogruppen können aus epidemiologischer Sicht wieder am sozialen Leben teilnehmen; dies gilt auch für die Teilnahme am Yogakurs.
- Wenn du Husten, Fieber oder andere Krankheitssymptome hast, bleibe bitte zu Hause.
- Bitte verlasse den Yogaraum direkt nach der Yogastunde unter Einhaltung der Abstandsregeln.