

Schutzkonzept Yoga Unterricht

Das Schutzkonzept entspricht den Rahmenvorgaben der beiden Yoga Berufsverbänden, Yoga Schweiz Suisse Svizzera und Schweizer Yogaverband sowie dem Bundesamt für Sport (BASPO).

1. Nur symptomfrei in die Yogalektion

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT an Yogalektionen teilnehmen. Sie bleiben zu Hause respektive begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab. Das BAG empfiehlt vorgängig einen Schnelltest durchzuführen.

2. Abstand halten und Schutzmaske tragen

In Innenräumen besteht generell Maskentragepflicht. Beim Betreten des Yogastudios sowie in der

Garderobe besteht eine Maskentragepflicht. Auf Umarmungen und Begrüssungsküsse ist weiterhin zu verzichten.

Im Yogaraum ist die Anzahl Personen auf maximal 15 Personen begrenzt. Pro Person müssen mindestens 10 m² Fläche zur Verfügung stehen. Der Abstand von 1,5m zwischen den Personen muss jederzeit eingehalten werden. Um 15 Personen aufzunehmen sind infolgedessen 150m² Raumgrösse erforderlich. Yogaunterricht kann ohne Maske stattfinden, wenn pro Person mindestens 15m² Fläche zur ausschliesslichen Nutzung zur Verfügung stehen (ergibt einen Abstand von rund 4m auf alle Seiten zur nächsten Person).

3. Gründlich Hände waschen

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach der Yogalektion gründlich mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld.

4. Regelmässig Lüften

Ist in Innenräumen essentiell.

Plasma

Yoga

Tanz

Raum

5. Präsenslisten führen

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact – Tracing zu vereinfachen, führt das Yogastudio für sämtliche Yogalektionen Präsenslisten. Die Person, welche die Yogalektion leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem/der Corona-Beauftragten in vereinbarter Form zur Verfügung steht.

6. Bestimmung Corona-Beauftragte/-r des Yogastudios

Jedes Yogastudio muss eine/-n Corona-Beauftragte/-n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Sie muss bei einem positiven Fall sämtliche Teilnehmenden unmittelbar informieren und die Anweisungen der kantonalen Behörden befolgen.

In unserem Studio ist dies:

Simone Diemand, M.Sc. Molekulabiologie
078 824 56 77, simone@plasma.yoga

Bundesamt für Sport

www.baspo.admin.ch

Yoga Schweiz

www.yoga.ch/coronavirus

Schweizer Yogaverband

www.swissyoga.ch