

## Schutzkonzept für Gruppenstunden

### Hygienevorschriften:

- Vor und nach dem Training müssen die Hände korrekt gewaschen werden.
- Der Trainingsraum darf ausschliesslich von angemeldeten Teilnehmern aufgesucht werden.
- Du bringst **am besten** Deine eigene Matte **oder** ein grosses Tuch als Auflage für die Studio-Matte mit.
- Du bringst Dein eigenes Handdesinfektionsmittel mit. Wobei im Eingangsbereich eines aufstellt ist.
- Wenn nötig, bringst Du Deine eigene Schutzmaske mit. Es ist keine Pflicht.
- Du kommst bereits umgezogen ins Training.
- Die WC-Anlagen sind geöffnet. Aber Personen-Ansammlungen sind zu vermeiden!
- Die Eingangstüren bleiben bis zu Beginn der Stunde weit geöffnet, um Berührungen zu minimieren.

### Räumliche Organisation:

- Pünktliches Erscheinen zum Unterricht ist für die Erfüllung der Vorgaben zwingend.
- Warte im Foyer Bereich mit dem nötigen Abstand zu den anderen Kursteilnehmern vor Trainingsraum.
- Der Trainingsraum darf max. 5 Minuten vor Kursbeginn betreten werden.
- Der Eintritt in den Trainingsraum hat einzeln oder im Abstand von 2m zu erfolgen, resp. gestaffelt in 2 Gruppen.
- Begib Dich bitte direkt auf die markierten Stellen, um Deine Matte zu platzieren.
- Ansammlung von Personen im Foyer und im Trainingsraum sind zu vermeiden.

### Unterricht:

- Der Unterricht findet bis auf weiteres NUR verbal statt. Taktile Unterstützungen sind NICHT erlaubt (verbale aber schon ;-)
- Der Unterricht findet mit einem Sicherheitsabstand von 2m statt.