



Sicherheitsmaßnahmen zum Üben in der Gemeinschaft

1. Allgemeine Informationen:

- Wir bieten unsere Auswahl an Stunden wieder im Studio (@peace Holzstraße 4, 80469 München) an. Die meisten Stunden werden parallel als Online-Stunde im Livestream angeboten.
- Zur Einhaltung der vorgeschriebenen maximalen Teilnehmerzahlen, kann die Stundenteilnahme derzeit nur nach vorheriger Buchung über *fitogram* erfolgen.
- Seit 23.8.21 gilt die 3G Regel. Sofern du nicht zweifach geimpft oder genesen bist, gibt es 3 Möglichkeiten:
 1. Vorweisung eines höchstens 24 Stunden alten negativen Antigen Schnelltest
 2. einen unter Aufsicht vorgenommenen Selbsttest (bitte Schnelltest selbst mitbringen)
 3. Vorweisung eine höchstens 48 Stunden alten negativen PCR Test
- Bitte trage beim Kommen und Gehen, am Empfang, in den Sanitäreinrichtungen und Umkleiden eine Mund-und-Nasenmaske.
- Im Kursraum auf deiner Matte besteht keine Maskenpflicht.
- Bitte bringe für die Yogastunde deine eigene Yogamatte und eigenen Hilfsmittel mit. Sowie ein Getränk, wenn du eins benötigst.
- Bitte erscheine bereits in Übungskleidung. In Ausnahmefällen ist ein zügiges Umkleiden im Yogaraum natürlich gestattet.
- Bitte komm gesund, ohne Erkältungserscheinungen und ohne Symptome einer akuten Atemwegserkrankung jeglicher Schwere oder mit Fieber.
- Auf der Toilette befinden sich aus umweltgründen keine Papierhandtücher.

2. Respektvoller Studioeintritt

- Der Studio-Eintritt ist jeweils 15 Minuten vor Stundenbeginn möglich. Wir schenken uns ein Lächeln statt einer Umarmung.
- Anmeldung erfolgt im Voraus über unseren Stundenplan und *fitogram*.
- Am Empfang steht ein hochwertiges Desinfektionsmittel zur Verwendung bereit.
- Die respektvolle Einhaltung der Mindestabstandsregel von 1,5 Metern zu allen Teilnehmern und Lehrern gilt überall.



3. Sicheres Üben im Studio:

- Von Hilfsmitteln halten die Trainer weitestgehend Abstand. Bitte übe mit eigenen Hilfsmitteln.
- Wir durchlüften regelmäßig alle Räumlichkeiten vor- und nach den Stunden.
- Unser gesamtes Team wird vermehrt Desinfektionsrunden durchführen.

4. Sicheres Verlassen des Studios:

- Um nicht mit Teilnehmern aus anderen Stunden zusammen zu stoßen, wird dein Trainer dir sagen, welchen Ausgang du aus dem Studio nehmen kannst.
- Bitte beachte diese Hinweise und nimm gegebenenfalls deine Garderobe mit in den jeweiligen Yogaraum.

Vielen Dank für dein Verständnis! Bleib gesund.

Namasté.