



# Schutzkonzept des Yoga Gruppen- und Einzelunterrichts

(gültig ab 19. April 2021)

Das Schutzkonzept wurde gemäss den Rahmenvorgaben für Schutzkonzepte in Sportaktivitäten des Bundesamtes für Sport BASPO in Zusammenarbeit der beiden Yoga Berufsverbänden, Yoga Schweiz Suisse Svizzera und Schweizer Yogaverband erstellt.

## Folgende sechs Grundsätze müssen zwingend eingehalten werden:

### 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

In Innenräumen besteht generell Maskenpflicht. Beim Betreten des Yogastudios sowie in der Garderobe besteht eine Maskentragpflicht. Auf Umarmungen und Begrüssungsküsse ist weiterhin zu verzichten. Im Yogaraum ist die Anzahl Personen auf maximal 4 Personen begrenzt. Der Abstand von 1.5 m zwischen den Personen muss jederzeit eingehalten werden. Für den Yogaunterricht ohne Maske stehen pro Kursteilnehmer/-in mindestens 15 m<sup>2</sup> für die eigene Yogapraxis zur Verfügung.

### 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 essenziell.

### 5. Präsenzlisten 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 Präsenzlisten. 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 (vgl. Grundsatz 6 unten).

### 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. In unserem Studio ist dies:

Karina Baumann  
Krähenbühlweg 59  
4814 Bottenwil

Besten Dank für eure Mithilfe und das Verständnis.  
Karina