



# Schutzkonzept für Yogalektionen (gültig ab dem 22. Juni 2020)

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.

Das Schutzkonzept wird von den beiden Verbänden an dessen Mitglieder schriftlich kommuniziert, sowie auf deren Verbandswebseiten veröffentlicht. Die Verantwortung der Umsetzung des Schutzkonzeptes vor Ort liegt bei der Leitung der Yogastudios.

## **Folgende fünf 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.

### **2. Abstand halten**

Bei der Anreise, beim Betreten des Yogastudios, in der Garderobe, bei Besprechungen, beim Duschen, nach der Yogalektion, bei der Rückreise – in all diesen und ähnlichen Situationen sind nun eineinhalb Meter Abstand einzuhalten, und auf Umarmungen und Begrüssungsküsse ist weiterhin zu verzichten. In der Yogalektion ist der Körperkontakt für Korrekturen wieder zulässig. Pro Person müssen in der Regel ca. 4 m<sup>2</sup> Fläche zur Verfügung stehen (falls Yogamatten nahe bei der Wand platziert werden, kann diese Fläche entsprechend kleiner sein).

### **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. 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 5 unten).

### **5. 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

062 721 24 79  
karina@yoga-schule-wynental.ch



**Nebst den Schutzmassnahmen des Bundes und dem Schutzkonzept des Yogaverbands bitten wir die Kursteilnehmer/-innen von Yogakursen folgende Hinweise zu beachten:**

- Nur symptomfrei in die Yogastunde
- Komme wenn möglich, bereits umgekleidet in die Yogastunde
- Bringe bitte dein eigenes Getränk mit, da wir es nicht mehr zur Verfügung stellen dürfen
- Haltet wenn immer möglich 1.5 Meter Abstand untereinander
- Pro Person müssen ca. 4 m<sup>2</sup> zur Verfügung stehen
- Berührungen für Korrekturen sind wieder erlaubt
- wenn möglich, nimm deine eigene Yogamatte sowie ein Sitzkissen mit\*
- Gründlich Hände waschen
- bitte komme zurzeit nicht unangemeldet (Gruppengrösse und Protokollierung der Teilnehmenden)

*\* wir können eine beschränkte Anzahl von Matten und Hilfsmittel (an regelmässige Teilnehmer fix) ausleihen. Falls etwas nur einmalig benötigt wird, lege es bitte nicht in die Schränke zurück sondern davor. Es wird durch die Yoga Schule desinfiziert oder gewaschen. Details erklären wir dir gerne.*

Besten Dank für eure Mithilfe und das Verständnis.

Karina