



wohlfuehlzeit.ch

Studio für deine Achtsamkeitspraxis

mail@wohlfuehlzeit.ch

Schutzkonzept für den Gruppen- und Einzelunterricht in der Wohlfühlzeit

Das Schutzkonzept wurde gemäss den Rahmenvorgaben für Gruppenunterricht und Praxis für Komplementär Therapie erstellt.

Die Verantwortung der Umsetzung des Schutzkonzeptes vor Ort liegt bei uns, der Leitung des Yogastudios und den zuständigen Kursleitern.

Ausserdem zählen wir auf das Mitdenken und die Selbstverantwortung der Mitglieder und Kursteilnehmer.

Saubere Hände, Geräte und Räume

Im Eingangsbereich befindet sich Desinfektionsmittel damit sich die Kursteilnehmenden nach dem Betreten der Räumlichkeiten als erstes die Hände desinfizieren können, wenn sie das möchten. Als **besonders gute Alternative** hat sich das gründliche Händewaschen erwiesen.

Vor und nach bzw. zwischen jeder Lektion werden sensible Bereiche wie Türfallen und Toilette etc. von den Kursleitern desinfiziert.

Die Teilnehmenden können ihre eigene Yogamatte oder Yogatuch mitzubringen, wenn sie das möchten.

Nach der Stunde sprüht jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin die benutzte Studiomatte ein und trocknet sie mit einem Papiertuch.

Der Körperkontakt der Instrukturen für Korrekturen ist zulässig. Diese kann, wie immer, von den Teilnehmern abgelehnt werden, ohne Angabe von Gründen.

Die Räumlichkeiten werden in regelmässigen Abständen gut gelüftet.

Kursteilnehmeranzahl

Die Anzahl Teilnehmenden ist auf die Raumgrösse abgestimmt und garantiert die Referenzfläche von 4 Quadratmeter pro Teilnehmer/Teilnehmerin. Es sind ca. 16 Personen im grossen Raum zulässig. Im kleinen Raum sind ca. 7 Personen zulässig.

Wir verzichten bewusst auf das Markieren von Abständen, mit Bändern und rot-weiss Klebeband. Unsere Teilnehmer sind achtsam und wach, sie entscheiden selber, wo er /sie steht, liegt und sitzt.

Der Mindestabstand von 1.5 m pro Kursteilnehmer wird während der Stunde eingehalten. Die Personen bewegen sich vor allem auf ihrer Matte.

Protokollierung der Teilnehmenden

Die Teilnehmenden aller Kurse werden über das Abo protokolliert, wie immer. Wir kennen die Namen, Adresse, E-Mail und Telefonnummer unserer Teilnehmer. Diese sensiblen Daten werden wir nicht weitergeben.

Bei besonderen Bedürfnissen

Wie immer können besondere Bedürfnisse mit den Kursleiter besprochen werden.

Krankheit

Teilnehmende mit Krankheitssymptomen werden angehalten, dem Unterricht fernzubleiben, sich Gutes zu tun und das Immunsystem zu stärken.

Yoga Einzelunterricht und Thai Yoga Massage

Die Handhabung wird in einem Vorgespräch individuell abgemacht.