

Liebe Teilnehmende

Wir alle sind uns der aktuellen Situation des Coronavirus bewusst. Damit du dich weiterhin bei uns wohl und sicher fühlst, informieren wir über unsere Massnahmen zum Schutz vor COVID-19 (Coronavirus).

Wir verfolgen die Vorgaben der Regierung und tun alles, um die Hygienevorschriften zu erfüllen. In unserem Studio gibt es antibakterielle Seifen und Papiertücher zur Handtrocknung. Wir achten darauf, die Fenster noch mehr zu öffnen, um eine gute Luftzirkulation zu garantieren und reinigen die Studios gründlicher als zuvor. Zusätzlich werden wirksame ätherische Öle im Yoga Raum versprüht.

Unsere Yogalehrer wissen wie sie sich zu verhalten haben. Zur Begrüssung gibt es von uns einen Herzensgruss, denn auf Umarmungen und Händeschütteln müssen wir leider vorerst verzichten. Im Moment unterlassen wir das Korrigieren in den Übungen, die Lehrer unterstützen dich verbal.

Zusätzlich bitten wir dich folgende Vorgehensweise zu beachten:

- Bitte wasch die Hände vor und nach dem Yoga gründlich.
- Wer möchte, kann auch seine eigene Yogamatte mitbringen oder ein Mattentuch.
- Bitte vermeide dir ins Gesicht, an die Nase und den Mund zu fassen.
- Bitte vermeide Körperkontakt mit anderen Yogis (wie Umarmungen, Hände schütteln etc.)
- Bitte handle selbstverantwortlich, bleib Zuhause wenn du Symptome hast (Fieber, Husten etc.)
- Bitte entsorge benutzte Taschentücher im geschlossenen Abfalleimer.
- Bitte reinige die Matte nach dem Yoga gründlich, der nächste Yogi ist dir dankbar dafür.

**Wir sind überzeugt, dass gerade jetzt Yoga eine Quelle der Ruhe ist. Hier im Studio tankst du neue Energie, stärkst das Immunsystem und kommst bei dir an.**

Herzliche Grüsse Carmen & Team