

Hygiene im Studio

Bitte beachte:

- Das Einhalten der Hygieneregeln des BAG.
- Teilnahme, wenn du gesund bist! (solltest du oder eine Person in deinem Haushalt Krankheitssymptome haben, bleibe zu Hause).
- Melde dich vorgängig über unser Buchungssystem an.
- Anreise individuell (verzichte auf ÖV).
- Abstand vor und im Studio, im Gruppenraum: Bleibe auf deiner Matte.
- Schuhe und Jacken im Korridor deponieren.
- Eigene Matte oder rutschfestes Yogatuch (gibt's im Studio-Shop) mitnehmen.
- Wenn möglich bereits umgezogen erscheinen. Solltest du die Garderobe benutzen, nur 1 Person in der Garderobe.
- Saubere / frische Kleidung tragen.
- Wunden und Warzen an Händen/Füssen abdecken (Socken tragen oder Pflaster - > Pflaster kannst du bei der Lehrperson beziehen).
- Aerial Yoga: Keine Lotion/Sonnencreme, Shirt mit Ärmel, du hängst dein Tuch selbst auf und ab.
- Keine Hands-on der Lehrperson.

Die Hygiene im Studio ist uns wichtig, deshalb desinfizieren die Lehrpersonen nach jeder Lektion u.a. Türklinken, Fenstergriffe, Lichtschalter.

Bei Fragen oder Unklarheiten komm auf uns zu.

Wir wünschen viel Freude und Gesundheit.

www.mii-ruum.ch