



Christine Schmid
Yoga & Pilates

Hygiene-Regeln

1. *Bei eventuellen COVID-19 Symptomen wie Husten, Halskratzen, Fieber, Kurzatmigkeit, Riech- und Geschmacksstörungen oder Kontakt zu nachweislich infizierter COVID-19 Person in den letzten 14 Tagen ist die Teilnahme am Unterricht nicht möglich. Ebenso bei Bestehen eines erhöhten Risikos durch Krebstherapie und Immunsuppression.*
2. *Bereits umgezogen kommen, mit eigener Matte (optional: eigene Decke). Gehe bitte direkt auf Deinen Übungsplatz und lege die Matte auf die Bodenmarkierung aus.*
3. *Mundschutz bis zu Beginn der Übungspraxis tragen und Abstandsregeln einhalten.*
4. *Der Empfangsraum und die Schließfächer bleiben geschlossen. Wir geben keine Getränke aus und setzen keine Hilfsmittel ein.*
5. *Nach Möglichkeit keine Wertsachen mitbringen. Das Handy auf Flugmodus stellen. In die Armebeuge husten oder nießen.*
6. *Zur Begrüßung schenken wir uns ein Lächeln, statt einer Umarmung oder Händeschütteln.*
7. *Keine Berührung während des gesamten Unterrichts und keine Nackenmassage.*
8. *Mundschutz nach Beendigung der Stunde wieder anlegen und mit der eigenen Matte das Studio zügig verlassen.*
9. *Am Eingang und in der Toilette stehen Händedesinfektionsmittel zur Verfügung. Bitte gezielt und sparsam einsetzen.*
10. *Die Teilnahmekarte verbleibt im Studio. Zur Übersicht der verbleibenden Einheiten kann gerne ein Foto gemacht werden.*

Ich habe die Hygiene-Regeln zur Kenntnis genommen und akzeptiert.
Mit der Teilnahme am Unterricht erteile ich mein Einverständnis.

Christine Schmid
Yoga & Pilates

Struwelpeterstraße 11a · 81739 München
Telefon 089 / 60 01 90 77
info@cs-yoga-pilates.de · www.cs-yoga-pilates.de