

HYGIENEKONZEPT

Stand 08.01.2022



FÜR EIN GESUNDES MITEINANDER

Generelle Sicherheits- und Hygieneregeln



Hygienevorschriften für Yogalehrerausbildung (YLA) und offene Klassen & Kurse

- Auf einen Blick
- Generelles
- Lüftungs- und Reinigungskonzept
- Verhalten vor, während und nach dem Unterricht

- Übersicht Teststationen
- Quellen

Hygienevorschriften für die Teilnahme an & offenen Klassen, Kursen & Workshops

HYGIENEKONZEPT

Auf einen Blick

Für den Unterricht in unserer Yogaschule liegt ein **durchdachtes Hygienekonzept** vor.

In unserer Yogaschule bieten wir auf ca. 100m² **Platz für 15 YogaschülerInnen** unter Einhaltung der entsprechenden Hygienevorschriften.

Die **Teilnahme erfolgt unter vorheriger Anmeldung** und ist festen Kursen bzw. Klassen zugeordnet.

Die **Nachverfolgbarkeit** der Kontakte ist zu jedem Zeitpunkt gewährleistet.

Unsere Yogalehrenden sind in puncto Hygienekonzept **geschult** und achten auf die Einhaltung der Hygienevorschriften durch sich selbst und die Teilnehmenden.

Die einzuhaltenden Hygienevorschriften werden den Teilnehmenden **vor Unterricht zur Verfügung gestellt**. Das **Hygienekonzept liegt zudem aus**.



HYGIENEKONZEPT



Maskenpflicht FFP2
bis zur Matte



2G+ bzw. Booster-Nachweis
geimpft oder genesen + Test



Mindestabstand
1,5 Meter



Hände desinfizieren



Eigenes Equipment
Matte bzw. Handtuch, Decke & Co.



Sei bitte pünktlich!

HYGIENEKONZEPT

Generelle Sicherheits- und Hygieneregeln



Bist du fit? Wir bitten dich, nur zu uns zu kommen, wenn

- du dich rundum gesund und munter fühlst und quarantänefrei bist
- **2G+s**: einen offiziellen Nachweis darüber hast, dass du nachweislich genesen oder geimpft bist und zusätzlich ein negatives Testergebnis mitbringst (entfällt bei Booster). Selbstmitgebrachte Schnelltests können vor Ort

HYGIENEKONZEPT

Lüftungskonzept

Wir sorgen für frische Luft! Indem wir

- ca. alle 15 Minuten alle Fenster im Yogaraum öffnen und für mind. 5 Minuten für Durchzug sorgen
- jeweils vor und nach einer Unterrichtseinheit die gesamte Yogaschule belüften (offene Haus- und Flurtüren)



HYGIENEKONZEPT

Reinigungskonzept



Wir machen sauber! Indem wir

- alle Türgriffe und Kontaktflächen nach jeder Yogastunde reinigen und desinfizieren
- beide Toiletten nach jeder Yogastunde reinigen und desinfizieren
- die Matten, die als Unterlage für deine eigene Yogamatte dienen, nach jeder Yogastunde mit bereitgestellten Mattensprays desinfizieren und reinigen
- regelmäßig saugen und wischen

HYGIENEKONZEPT

Ankommen bei uns.



- **Bist du fit?** Wir bitten dich, nur zu uns zu kommen, wenn du dich rundum gesund und munter fühlst und die generellen Sicherheits- und Hygieneregeln von Seite 5 einhältst .
- **Nachweis von 2G+!** Bringe einen offiziellen Nachweis deiner Impfung oder deiner Genesung sowie ein aktuelles, negatives Testergebnis mit und zeige ihn deinen Yogalehrenden. Die Testpflicht entfällt für dreifach Geimpfte mit **Nachweis**.
- **Maskenpflicht!** Vom Betreten der Schule bis zu deinem Ankommen auf der Matte ist eine FFP2-Maske zu tragen.
- Wenn du ankommst, **desinfiziere bitte deine Hände** mit dem von uns bereitgestellten Desinfektionsmittel, danach Händewaschen im Bad
- **Bitte komme, wenn möglich, schon umgezogen**, ansonsten gilt 1 Person in der Umkleide. Schuhe sind im Vorraum auszuziehen.
- **Bringe bitte deine eigene Yogamatte und Equipment wie Kissen, Decke, Handtuch fürs Bad und warme Kleidung mit**
- Lege deine Matte bitte auf eine der **bereits ausgelegten Matten** im Yogaraum, um den Sicherheitsabstand einzuhalten
- Halte stets den **Abstand von 1,5m**, in den Gängen nacheinander, nicht nebeneinander laufen. **Achte auf „Gegenverkehr“**.
- Wir **öffnen die Türen der Yogaschule** 15 Minuten vor Kursbeginn
- **Komm bitte pünktlich! Die Türen schließen 5 Minuten vor Kursbeginn**. Eine späteres Erscheinen können wir nicht berücksichtigen, die Kursgebühr wird jedoch berechnet.

HYGIENEKONZEPT

Während und nach dem Yogaunterricht



- **Teilnahme** nur unter Abgabe der Kontaktdaten möglich bzw. via Buchung eversports möglich (Nachverfolgung)
- **Desinfektionsmittel** stehen für dich im Eingangsbereich jederzeit bereit
- **Auf deiner Matte** kannst du deine Maske abnehmen
- **Frische Luft:** Wir lüften regelmäßiges während des Yogaunterrichts in der gesamten Yogaschule – bitte warm anziehen
- **Sanfte Atemübungen und sanfter Sonnengruß** sind nach Absprache mit dem Gesundheitsamt möglich
- **Hands-On**, also händische Berührung und Korrekturen durch den Lehrenden sind laut Gesundheitsamt ebenfalls unter Maskenpflicht des Lehrenden möglich.
- **Alle Kontaktflächen**, Türgriffe und Matten werden nach den Yogastunden desinfiziert
- Ein **Verbleib in der Yogaschule** ist nach der Yogastunde aktuell leider nicht möglich

QUELLEN



Wir berufen uns auf die folgenden Quellen sowie die Angaben des Gesundheitsamtes Bambergs zur Erstellung unseres Hygienekonzeptes :

Gesetze Bayern

https://www.gesetze-bayern.de/Content/Document/BaylfSMV_14/true

Rahmenkonzept Sport:

- <https://www.verkuendung-bayern.de/baymbli/2021-309/>

Stadt Bamberg:

- <https://www.landkreis-bamberg.de/Kurzmen%C3%BC/Startseite/Aktuelle-Corona-Statistik.php?object=tx,2892.5&ModID=7&FID=2976.2576.1>
- <https://www.stadt.bamberg.de/Leben/Gesundheit/Alles-Wichtige-zu-Corona/>

YOGALEHRER-AUSBILDUNG YLA

Berufliche Aus- und Weiterbildung



Aufgrund des Merkmals „Berufliche Aus- und Weiterbildung“ gilt für TeilnehmerInnen der Yogalehrer-ausbildung aktuell die 2G-Pflicht.

vgl.

https://www.gesetze-bayern.de/Content/Document/BayIfSMV_14>true

TESTSTATIONEN

Im Raum Bamberg

Teststationen in Bamberg

→ [Link zu allen Teststationen in Bamberg](#)

