

# Hygieneregeln ELEMENT Ost Yoga, Stand 24.9.2020

- Bei grippeähnlichen Symptomen: bleibe zu Hause und nutze unser online-Angebot
- Direkt nach Betreten des Studios: Wasche deine Hände oder desinfiziere sie!
- Komme zeitig um Fluktuation von vielen Menschen auf den Gängen zu vermeiden
- Maximal 9 Teilnehmer\*innen pro Klasse
- Matten sind nach Gebrauch zu reinigen
- Im Studio besteht Maskenpflicht. Auf der Matte dürft ihr die Maske abnehmen, außerdem natürlich beim Trinken
- Maximal zwei Personen in der Umkleide
- Wir tönen statt "ohm" ein "mmmh" mit geschlossenen Lippen
- Hands-ons: werden sparsam verwendet, die Lehrer\*innen tragen dabei eine Gesichtsmaske