

Aktuelle Teilnahmebedingungen/ Maßnahmen aufgrund von Coronavirus_Covid19

Teilnahmebedingungen:

- **Für die Teilnahme am Präsenzunterricht ist eine vorherige Anmeldung nötig** – sowie der Nachweis über 2x geimpft (2. Impfung mindestens 14 Tage zurückliegend) bzw. innerhalb der letzten 6 Monate genesen **oder** ein tagesaktueller Negativtestnachweis (max.24h alt).
- Die Teilnehmerzahl pro Kurs ist limitiert. Nur der obere Kursraum steht zum Unterricht zur Verfügung. Es gilt der monatsaktuelle Kursplan.
- Vor- / Nachholen bzw. Ausweichen auf andere Kurse ist bis auf Weiteres nur nach Verfügbarkeit und nach schriftlicher Voranmeldung per Mail bis spätestens am Vorabend um 18 Uhr möglich.

Kostenlose Bürgertests in der Nähe des YOGAHOF:

- **Apotheke auf der Rü**, Rüttenscheiderstr.253 (Ecke Florastr./Rü);
Terminvereinbarung: <https://www.apotheke-auf-der-rue.de/corona-schnelltest-essen-ruettenscheid/>
- **CTG Corona Testzentrum Grugahalle**; Terminvereinbarung: <https://www.schnelltest-essen.de/ctg>

Des Weiteren gelten folgende Bedingungen:

Hygienemaßnahmen:

- **Nachweis über 2x geimpft** (2. Impfung mindestens 14 Tage zurückliegend) **bzw. innerhalb der letzten 6 Monate genesen oder ein tagesaktueller Negativtestnachweis (max.24h alt).**
- Der Einlass ins Gebäude erfolgt frühestens 15 Minuten vor Kursbeginn.
- Der Einlass erfolgt unter der Empfehlung, den Mindestabstand von 1,5 m auch während des Kursbetriebs weitestgehend zu wahren.
- Nach Betreten der Yogaschule sind die Hände gründlich zu waschen oder zu desinfizieren.
- Garderobe kann auf den bereitgestellten Stühlen im unteren Kursraum abgelegt werden. Hier könnt ihr euch auch umziehen.
- Die Mattenabstände sind markiert und einzuhalten.
- Korrekturen erfolgen weitestgehend verbal.
- Die üblichen Hygienevorschriften wie das Desinfizieren der Hände, Niesetikette etc. sind einzuhalten.
- Die Räumlichkeiten werden regelmäßig gelüftet.
- Die Räumlichkeiten, sanitären Anlagen und Flächen werden täglich in regelmäßigen Abständen gereinigt.
- Es sind Hinweisschilder vorhanden, die auf den Mindestabstand und die Desinfektion hinweisen.

Hilfsmittel:

- Hilfsmittel wie Matte, 2 Klötze und Gurt müssen zum Üben vor Ort mitgebracht werden.
- 3 Decken, sowie ein Stuhl pro TeilnehmerIn werden von uns zur Verfügung gestellt. Bei Nutzung der Decken ist ein Handtuch von mind. 60x100cm mitzubringen und über den Hilfsmitteln zu nutzen. Natürlich könnt ihr auch eure eigenen Decken mitbringen, sofern ihr das bevorzugt. Das Mitbringen von Polstern zum Unterricht ist ebenfalls nicht nötig.
- **Wer zug- bzw. kälteempfindlich ist, denkt bitte an entsprechende Kleidung!** Um eine gute Durchlüftung des Kursraums während der Kursstunde zu gewährleisten, bleiben Fenster entsprechend geöffnet.

Vielen Dank für euer Verständnis und eure Kooperation!