

Hygieneschutzkonzept **für Kurse und Seminare mit Gabriele Höll** Stand: 08.11.2021

Organisatorisches:

Durch Emails, Veröffentlichung auf der Website und Aushang ist sichergestellt, dass die Kursteilnehmer/Innen über das Hygieneschutzkonzept informiert sind.

Verantwortlichkeiten:

Verantwortlich für die Hygienevorschriften in den extern angemieteten Räumen ist der Vermieter. Den Anweisungen von Hausmeistern ist uneingeschränkt Folge zu leisten. Regelungen in den externen Räumen haben Vorrang.

Verantwortlich für die Hygienevorschriften während des Kursbetriebes und die Einhaltung der Regeln ist Frau Gabriele Höll; 0176/61193967; info@yogaincoburg.de Die Einhaltung der Regeln wird überprüft und bei Nicht-Beachtung erfolgt ein Ausschluss aus dem Kurs.

Ausschluss aus dem Kurs:

Nicht am Kurs teilnehmen dürfen Personen

- mit nachgewiesener SARS-CoV-2-Infektion
- mit Kontakt zu COVID-19 Fällen in den letzten 14 Tagen
- mit Quarantänepflicht
- mit unspezifischen Symptomen wie Atemnot, Husten, Schnupfen, Fieber oder Verlust von Geruchs -oder Geschmacksinn

Ab einer Inzidenz von 35 gilt die 3 G Regel: (geimpft, genesen oder getestet)

Die Impf und Genesenennachweise sind in schriftlicher oder elektronischer Form am ersten Kurstag einmal pro Kursblock vorzulegen; Die Testergebnisse vor dem Beginn einer jeden Kursstunde.

Als Testnachweis nach Maßgabe von § 4 der 13. BayIfSMV gilt ein schriftliches oder elektronisches negatives Testergebnis: eines PCR-Tests, PoC-PCR-Tests oder eines Tests mittels weiterer Methoden der Nukleinsäureamplifikationstechnik, der vor höchstens 48 Stunden durchgeführt wurde, eines POC-Antigentests, der vor höchstens 24 Stunden durchgeführt wurde, oder eines vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte zugelassenen, unter Aufsicht vorgenommenen Antigentests zur Eigenanwendung durch Laien (Selbsttests), der vor höchstens 24 Stunden durchgeführt wurde.

Ausgenommen von der Notwendigkeit der Vorlage eines Testnachweises sind asymptotische Personen, die im Besitz eines auf sie ausgestellten Impfnachweises (geimpfte Personen) oder Genesenennachweises (genesene Personen) sind, Kinder bis zum sechsten Geburtstag und Schülerinnen und Schüler, die regelmäßigen Testungen im Rahmen des Schulbesuchs unterliegen.

Corona-Ampel auf gelb: es gilt die 3G Plus Regel: geimpft, genesen oder PCR-Test und FFP2-Maske bis zur Yogamatte

Corona Ampel auf rot: 2 G Regel: geimpft oder genesen und FFP2-Maske bis zur Yogamatte

Bei Inzidenz in Coburg größer als 300 gilt die 2 G –Regel: geimpft oder genesen und FFP2-Maske bis zur Yogamatte

Hygienevorschriften -spezifische Umsetzung im Kursbetrieb-

Die Hygienevorschriften gelten auch für vollständig geimpfte oder Genesene!

- Vor Kursbeginn sind die Hände zu waschen und zu desinfizieren.
- Die Kontakte vor und nach dem Kurs sind auf ein Mindestmaß zu beschränken.
- Beim Ankommen, Verlassen und Bewegen im Raum ist eine FFP2- oder eine medizinische Gesichtsmaske zu tragen. Bei der Einhaltung der Abstandsregeln kann dann während des Kurses (Beginn der Anfangsentspannung) die Maske abgenommen werden. Während des Kurses wird der individuelle Standort (Yogamatte) beibehalten. Zwischen den Personen besteht dauerhaft ein Abstand von 1,5 Metern.
- Jeder bringt seine eigene Matte, Decke und Kissen mit und desinfiziert diese nach Gebrauch.
- Es findet kein direkter körperlicher Kontakt statt. Korrekturen und Hilfestellungen durch die Kursleitung werden verbal gegeben.
- Die Toiletten dürfen nur von einer Person betreten werden.
- Umkleiden stehen nicht zur Verfügung.
- Die Schuhe sind vor dem Raum abzustellen.
- Personen von nachfolgenden Kursen dürfen den Raum erst betreten, wenn alle Personen des vorherigen Kurses den Raum verlassen haben und vollständig gelüftet ist; aus diesem Grund ist eine Ankunft frühestens 10 Minuten vor Kursbeginn gestattet.
- Vor und nach dem Kurs wird ausgiebig gelüftet. Zwischen den Kursen ist eine Pause von 30 Minuten vorgesehen, so dass ein ausreichender Frischluftaustausch gewährleistet ist. Falls eine Lüftungsanlage im Raum vorhanden ist wird diese zusätzlich eingesetzt.
- Nach 20 Kursminuten wird 3 bis 5 Minuten gelüftet. Empfindliche Personen bringen bitte eine Decke und warme Socken mit.
- Bei der Anmeldung ist eine gültige Telefonnummer zu hinterlassen, die auf der Anwesenheitsliste vermerkt ist. Die Anwesenheitsliste wird von der Kursleitung geführt.
- Die Teilnehmer/Innen sind einem festen Kursverband zugeordnet.

Stand: 08.11.2021