

# BITTE

- Eigene Yogamatte mitbringen oder eine Auflage für die Matte und die Matte nach Gebrauch desinfizieren.
- Eigene Getränke mitbringen.
- Die YogaOase einzeln betreten/verlassen, Mindestabstand 1,5 m.
- Maskenpflicht bis zum Platz auf der Matte.
- Keine Begrüßung mit Körperkontakt (Umarmung, etc.).
- Nach Eintreten Hände waschen und desinfizieren.
- Husten- und Niesetikette einhalten.
- Mattenabstand einhalten, Plätze werden zugeteilt.
- Sitzkissen und Bolster dürfen nicht genutzt werden, gerne eigene Hilfsmittel mitbringen.
- Wenn möglich, bereits in Yogasachen erscheinen.
- Die Toiletten können benutzt werden.
- Die YogaOase nach dem Unterricht zügig verlassen.
- Bei jeglichen Anzeichen von Krankheit bitte zu Hause bleiben.

# DANKE