

## **HYGIENEMAßNAHMEN**

### **Hygienemaßnahmen Gyrotonic**

- ♣ Personen mit Krankheitssymptomen, vor allem Fieber, Husten und Atemnot, dürfen das Studio nicht betreten!
- ♣ Bitte desinfizieren oder waschen Sie Ihre Hände gründlich vor Betreten des Studios.
- ♣ Der Abstand von 1m zu anderen Personen ist grundsätzlich einzuhalten. Bei Unterschreiten des Abstands ist ein MNS zu tragen.
- ♣ Es gilt die „Sockenpflicht“.
- ♣ Für das Training werden ein Handtuch sowie Baumwollhandschuhe zur Verfügung gestellt. Bitte diese nach dem Training in den dafür vorgesehenen Korb legen (Bitte NICHT mit nach Hause nehmen!). Die Handschuhe werden personalisiert und nach jedem Training von uns gewaschen.
- ♣ Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegrehen.

### **Hygienemaßnahmen Gyrokinesis**

- ♣ Personen mit Krankheitssymptomen, vor allem Fieber, Husten und Atemnot, dürfen das Studio nicht betreten!
- ♣ Bitte desinfizieren oder waschen Sie Ihre Hände gründlich vor Betreten des Studios.
- ♣ Der Abstand von 1m zu anderen Personen ist grundsätzlich einzuhalten. Bei Unterschreiten des Abstands ist ein MNS zu tragen.
- ♣ Bitte bringen Sie Ihre eigene Yogamatte mit.
- ♣ Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegrehen.

### **Hygienemaßnahmen Tanzen**

Aufgrund der Auflagen der Bundesregierung bitten wir, die wichtigsten Hinweise entsprechend der Verordnung zu beachten:

- ♣ Mund-Nasen-Schutz in der Garderobe der Tanzschule aufsetzen (dieser darf erst nach Einnahme des Sitzplatzes und auch beim Tanzen entfernt werden – Maske oder Visier), wenn der Abstand von mindestens 1 m nicht eingehalten werden kann! Damit können Tröpfchen,

## HYGIENEMAßNAHMEN

die man z.B. beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Dies darf aber nicht dazu führen, dass der Abstand unnötigerweise verringert wird.

- ♣ Händedesinfektion beim Eingang
- ♣ Zum Tanzen muss KEIN Mund-Nasen-Schutz getragen werden, wenn der Sicherheitsabstand zum nächsten Paar von 1 Meter gewährleistet wird.
- ♣ Bei sonstigen Bewegungen in den Räumlichkeiten der Tanzschule sind die gängigen Hygienevorschriften zwingend weiterhin einzuhalten.
- ♣ Getränke dürfen an der Bar bestellt und abgeholt werden – Abstand von 1 Meter beachten!

Unsere Hygiene-Maßnahmen für Ihre Sicherheit:

- ♣ Stark frequentierte Bereiche werden regelmäßig gereinigt: Türschnallen, Tische, Stühle,..
- ♣ Kursbeginn- und Endzeiten sind versetzt, um Staus im Eingangs-/ Garderobebereich zu vermeiden
- ♣ Beim Eintreffen sowie Verlassen der Schulräumlichkeiten sind die Hände zu desinfizieren.
- ♣ Darauf achten, dass der Tanzsaal nacheinander betreten wird.
- ♣ In jeder Pause zwischen den Kursen wird eine Stoßlüftung bzw. Querlüftung durch vollständig geöffnete Fenster über mehrere Minuten vorgenommen.
- ♣ Desinfektionsmittel stehen bereit
  - Bei Krankheitszeichen (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust Geschmacks-/Geruchssinn, Halsschmerzen, Gliederschmerzen) auf jeden Fall zu Hause bleiben. Wenn eine Person im Tanzkurs Symptome aufweist, ist die Telefonnummer 1450 anzurufen und die Person in einen gesonderten Raum zu bringen.
  - Mit den Händen nicht das Gesicht, nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
  - Keine gegenseitigen Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln.
  - Gründliche Handhygiene (z. B. nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen; nach der Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln; nach dem Toiletten-Gang; nach Verlassen des Tanzsaals)

## HYGIENEMAßNAHMEN

- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türschnallen oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. mit dem Ellenbogen.
- Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegdrehen.

**Kurzfristige ÄNDERUNGEN sind aufgrund der immer wieder geänderten Vorgaben der Regierung jederzeit möglich! Wir bitten um Ihr Verständnis!**