

Empfehlungen für die Erstellung eines Schutz- und Hygienekonzepts für Yogaschulen und Yogastudios

Teilnehmerzahl

Begrenzung der Teilnehmerzahl in Abhängigkeit von dem zur Verfügung stehenden Raum. Zwischen den Yogamatten und den Yogapraktizierenden und zwischen den Praktizierenden und Yogalehrenden muss ein Abstand von 1,5 Metern eingehalten werden. Gegebenenfalls Anbringung von Bodenmarkierungen, vor allem im Eingangs- und Empfangsbereich und Toilettenbereich.

Räumlichkeiten

Verzicht auf Treffen vor oder nach der Yogapraxis im Aufenthaltsraum. Kein Angebot von Getränken.

Es sollten möglichst Yogamatten des Yogastudios verwendet werden. Yogamatten werden nach jeder Yogastunde desinfiziert. Soweit eigene Yogamatten mitgebracht werden, müssen diese vor Benutzung desinfiziert werden. Regelmäßige Belüftung der Räumlichkeiten. Regelmäßige Reinigung aller häufig berührten Flächen (z. B. Türklinke- und Griffe, Handläufe, Handwaschbecken, Wasserhähne etc.).

Handwasch- und Händedesinfektionsmöglichkeiten

Für ausreichende Handwaschmöglichkeit, ist zu sorgen. Sanitäranlagen sollten mit Seifenspendern und Papierhandtücher ausgestattet sein. Die Abstandswahrung ist auch hier zu beachten. Die TeilnehmerInnen sollten sich vor dem Betreten des Yogaraums gründlich die Hände waschen.

Umkleiden

Die TeilnehmerInnen sollten schon umgezogen zum Unterricht kommen.

Personenbezogene Maßnahmen

Die Namen und Anwesenheitszeiten der TeilnehmerInnen sind in einer Liste zu dokumentieren. TeilnehmerInnen mit Infekt-Zeichen dürfen nicht teilnehmen. Bei bestehenden Vorerkrankungen sollte vor der Teilnahme eine Rücksprache mit dem Hausarzt, der Hausärztin oder anderen behandelnden Fachärzten erfolgen.

Neben dem Beachten der Husten- und Nieß-Etikette, der Händehygiene und der Abstandsregeln sollten keine Bedarfsgegenstände wie Gläser, Flaschen, Matten etc. gemeinsam genutzt werden.

Die TeilnehmerInnen sind vor Beginn der Yogastunde auf die Hygiene- und Schutzmaßnahmen hinzuweisen.

Yogapraxis

Eine ruhige Yogapraxis ist zu empfehlen. Jegliche Form der Anstrengung, die eine verstärkte Aerosolbildung verursacht, sollte vermieden werden.

Der direkte Kontakt durch Hands on ist zum Schutz der TeilnehmerInnen und zum Eigenschutz zu vermeiden.

Sonstige Empfehlungen

Zwischen den einzelnen Kursen sollte ausreichend Zeit eingeplant werden, damit die TeilnehmerInnen eines Kurses die Räumlichkeiten in Ruhe verlassen, die notwendigen Hygienemaßnahmen durchgeführt und die nächsten TeilnehmerInnen sich vorbereiten können.

Dies sind allgemeine Empfehlungen, die rechtlich nicht verbindlich sind. Je nach den rechtlichen Vorgaben des Bundeslandes oder Gemeinde können ergänzende Maßnahmen erforderlich sein. Bitte erkundigen Sie sich bei dem für Sie zuständigen Gesundheitsamt oder Ordnungsamt, ob und wenn ja mit welchen Auflagen Yogaunterricht möglich ist.