

## Hygiene- und Abstandsregeln für Outdoor-Yoga Yogagarten München

Stand 30.07.2020

Beim gemeinsamen Yogaüben bitte ich um Einhaltung folgender Maßnahmen:

Zu jeder Zeit muss ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zwischen euch und den anderen Teilnehmern eingehalten werden, auch auf dem Weg vom Treffpunkt zur Yogagarten-Wiese.

Falls ihr irgendwelche Krankheitssymptome oder Atemwegsprobleme habt oder in den letzten 14 Tagen Kontakt zu einem Covid-19 Fall hattet, dürft ihr an keiner Veranstaltung von mir teilnehmen. Wascht oder desinfiziert euch bitte die Hände, bevor wir uns am Treffpunkt treffen. Auf das Tragen einer Mund-/Nasenbedeckung kann verzichtet werden.

Ihr benötigt eine eigene Matte und, wenn gewünscht, auch eigene Hilfsmittel wie Decke, Blöcke und Gurt. Platziert eure Matte so auf der Wiese, dass ihr mindestens 1,5 Meter Abstand zu euren Nachbarn habt. Achtet auf korrekte Hust- bzw. Niesetikette. Ich verzichte auf körperliche Assists und wir üben kein Kapalabhati oder ähnliche Pranayamas. Auch auf Umarmungen und die Nackenmassagen zum Ende der Stunde müssen wir leider verzichten.

Um eine Kontaktpersonenermittlung im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19-Falles unter den Teilnehmern / Teilnehmerinnen zu ermöglichen, ist eine Dokumentation mit Angaben von Namen und sicherer Erreichbarkeit (Telefonnummer oder E-Mail-Adresse bzw. Anschrift) einer Person je Hausstand und Zeitraum des Aufenthalts zu führen. Eine Übermittlung dieser Informationen wird ausschließlich zum Zweck der Auskunftserteilung auf Anforderung gegenüber den zuständigen Gesundheitsbehörden erfolgen. Die Dokumentation wird so verwahrt, dass Dritte sie nicht einsehen können und die Daten vor unbefugter oder unrechtmäßiger Verarbeitung und vor unbeabsichtigtem Verlust oder unbeabsichtigter Veränderung geschützt sind. Die Daten werden nach Ablauf eines Monats vernichtet.

Vielen Dank für eure Hilfe und euer Verständnis!

Claudia Miedke