



## Schutzkonzept für Yogalektionen (gültig ab dem 19. April 2021)

(Anpassungen per 22. April 2021 sind orange gekennzeichnet)

### 1. Nur symptomfrei in die Yogalektion

Personen mit Krankheitssymptomen dürfen NICHT an Yogalektionen teilnehmen. Sie bleiben zu Hause respektive begeben sich in Isolation und klären mit dem Hausarzt das weitere Vorgehen ab. Das BAG empfiehlt, vorgängig einen Schnelltest durchzuführen.

### 2. Abstand halten und Schutzmaske tragen

In Innenräumen besteht generell Maskenpflicht. Beim Betreten des Yogastudios sowie in der Garderobe besteht eine Maskentragpflicht. Auf Umarmungen und Begrüssungsküsse ist weiterhin zu verzichten. Im Yogaraum ist die Anzahl Personen auf maximal **15 Personen** begrenzt. **Der Mindestabstand von 1,5 m zwischen den Personen muss, wo dies räumlich umsetzbar ist, eingehalten werden.**

- **Yogaunterricht mit Maske:** Pro Kursteilnehmer/-in stehen mindestens **10 m<sup>2</sup>** für die eigene Yogapraxis zur Verfügung.
- **Ausnahme für kleine Räume:** Ist der Raum 30 m<sup>2</sup> oder kleiner, benötigt es pro Kursteilnehmer/-in für die eigene Yogapraxis mindestens 6 m<sup>2</sup>. In einem Yogastudio mit einer Raumgrösse zwischen 30 und 50 m<sup>2</sup> dürfen 5 Personen (Yogalehrer/-in und 4 Kursteilnehmer/-innen) Yoga praktizieren. Bei mehr als 50 m<sup>2</sup> bleibt die 10-m<sup>2</sup>-Regel (mit Maske) gültig.

Raumgrösse	Quadratmeter-Regel	Anzahl Kursteilnehmer/-innen (mit Maske)	Beispiel
≤ 30 m <sup>2</sup>	6 m <sup>2</sup>	Max. 5 Personen (1 Yogalehrer/-in + 4 Kursteilnehmer/-innen)	Raum 20 m <sup>2</sup> = 3 Personen Raum 30 m <sup>2</sup> = 5 Personen
31 bis ≤ 50 m <sup>2</sup>	10 m <sup>2</sup>	Max. 5 Personen (1 Yogalehrer/-in + 4 Kursteilnehmer/-innen)	Raum 40 m <sup>2</sup> = 5 Personen Raum 50 m <sup>2</sup> = 5 Personen
≥ 51 m <sup>2</sup>	10 m <sup>2</sup>		Raum 60 m <sup>2</sup> = 6 Personen

- Yogaunterricht ohne Maske: Pro Kursteilnehmer/-in stehen mindestens 15 m<sup>2</sup> für die eigene Yogapraxis zur Verfügung. **Diese Regel gilt für alle Yogastudios unabhängig von der Raumgrösse.**

### 3. Gründlich Hände waschen

Händewaschen spielt eine entscheidende Rolle bei der Hygiene. Wer seine Hände vor und nach der Yogalektion gründlich mit Seife wäscht, schützt sich und sein Umfeld.

### 4. Regelmässig lüften ...

... ist in Innenräumen essenziell.

### 5. Präsenzlisten führen

Enge Kontakte zwischen Personen müssen auf Aufforderung der Gesundheitsbehörde während 14 Tagen ausgewiesen werden können. Um das Contact-Tracing zu vereinfachen, führt das Yogastudio für sämtliche Yogalektionen Präsenzlisten. Die Person, welche die Yogalektion leitet, ist verantwortlich für die Vollständigkeit und die Korrektheit der Liste und dass diese dem/der Corona-Beauftragten in vereinbarter Form zur Verfügung steht (vgl. Grundsatz 6 unten).



Schweizer Yogaverband  
Association Suisse de Yoga  
Associazione Svizzera di Yoga  
Swiss Yoga Association



schweiz suisse svizzera

## 6. Bestimmung Corona-Beauftragte/-r des Yogastudios

Jedes Yogastudio muss eine/-n Corona-Beauftragte/-n bestimmen. Diese Person ist dafür verantwortlich, dass die geltenden Bestimmungen eingehalten werden. Sie muss bei einem positiven Fall sämtliche Teilnehmenden unmittelbar informieren und die Anweisungen der kantonalen Behörden befolgen. In unserem Studio ist dies:

Name: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_