



Merkblatt | Hygieneregeln für Teilnehmer*innen

Die/der Teilnehmer*in hält sich eigenverantwortlich in den Kursräumen auf.
Die Corona Eindämmungsmaßnahmen sind bekannt.

- **Mitzubringen sind:**

- Nachweis eines negativer Corona-Schnelltest (nicht älter als 24 Stunden) **Mitgebrachte und bereits aktivierte Testkassetten können nicht akzeptiert werden!**

ODER

- Genesene brauchen einen Nachweis über die durchgestandene Corona-Infektion. Als Bescheinigung reicht ein positives PCR-Testergebnis (oder ein anderer Nukleinsäurenachweis), das mindestens 28 Tage aber höchstens 6 Monate zurückliegt (es gilt das Datum des PCR-Testergebnisses).

ODER

- Nachweis(Impfausweis) über einer vollständigen Covid-19 Impfung

- genügend medizinischer und FFP2 Mund-Nasen-Schutz, Hand-Desinfektionsmittel, evtl. Pflegemittel für die Hände, großes Handtuch, welches komplette Matte bedeckt (bei Kursen auf der Matte), ein großes Laken für Behandlungsliegen (bei Kursen auf Liegen)
- Medizinischer Mund-/Nasenschutz ist obligatorisch
- Die Versorgung in den Kaffeepausen mit Heißgetränken und Keksen o.ä. ist gewährleistet
- Abstandsregel von 1,5 Metern beachten
- Vor und nach Unterrichtsbeginn/-ende Hände waschen
- Einhaltung der Sitzordnung während des gesamten Kurses
- Kein Partnerwechsel bei Übungsbehandlungen
- Beim praktischen Üben am immer gleichen Partner (gilt auch für Mehrtageskurse)
- Nur das eigene Handtuch/Laken benutzen
- Immer an der gleichen Bank bzw. am gleichen Tisch arbeiten
- In den Pausen Ansammlungen vermeiden
- In der Mittagspause frische Luft schnappen