



Merkblatt | Hygieneregeln für Teilnehmer*innen

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

- **Mitzubringen sind:** ausreichend 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)
- 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