



HYGIENEKONZEPT

Hygiene-Regeln

- Es gelten die Hygiene- und Infektionsschutzempfehlungen gem. CoronaSchVO.
- Wir bitten Dich, die „**AHA+A+L-Formel**“ zu beachten.
- **Abstand:** Halte zu fremden Personen möglichst 1,5 Meter Mindestabstand.
- **Hygiene:** Wasch Dir regelmäßig und gründlich die Hände, vor allem vor und nach dem Üben. Halte die Husten- und Niesetikette ein, also in die Armbeuge. Beachte die „10 wichtigsten Hygienetipps“ der BZgA (Aushang).
- **Alltag mit Maske:** Überall dort, wo es eng wird, empfiehlt sich das Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes. Lieber einmal öfter als zu wenig.
- **App:** Nutze die Corona-Warn-App, um über eine Ansteckungsgefahr informiert zu werden und Infektionsketten zu durchbrechen. Zusätzlich kannst Du Dich bei Ankunft mit der Corona-Warn-App einchecken (Check-In-QR-Code am Eingang).
- **Lüften:** Lüfte Innenräume regelmäßig, damit sich Coronaviren nicht über Aerosole im Raum verbreiten können. Unsere Übungsräume werden regelmäßig und großzügig durchgelüftet, so dass ein Luftaustausch stattfindet. Zusätzlich sind in allen Übungsräumen Luftfilter im Einsatz.
- Bei Krankheitszeichen, vor allem bei typischen Symptomen einer Corona-Infektion bitten wir Dich, verantwortungsbewusst zu sein, zuhause zu bleiben und Dich testen zu lassen. Werde schnell gesund!


Grundlage

Es gilt die Corona-Schutzverordnung (CoronaSchVO) des Landes NRW in ihrer jeweils aktuellen Fassung sowie die Anlage 1 „Hygieneempfehlungen für Privatpersonen“ und Anlage 2 „Hygieneempfehlungen für Unternehmen und Veranstaltungen“.

Kontakt

Hast Du noch Fragen? Dann melde Dich gerne bei uns:

Bewegung & Lebenskunst – Dr. Thomas Christaller

 0228-74887239

 info@lebenskunst-bonn.de



LebenskunstBonn

