



Hygienekonzept VHS Trebgast

Das Hygienekonzept basiert auf den Mindestvoraussetzungen des Bayerischen Kultusministeriums sowie auf der Hygiene-Checkliste des Bayerischen Volkshochschulverbandes.

Alle Vorgaben und Verhaltensregeln sind von Teilnehmer/-innen, Kursleiter/-innen und VHS-Mitarbeiter/-innen zwingend einzuhalten.

- ✓ Bei den kleinsten Symptomen einer Atemwegsinfektion oder Erkältung bitte dem Kurs fernbleiben. Auch der/die Kursleiterin wird Kursstunden absagen, sollte sie/er sich nicht gesund fühlen.
- ✓ Bitte im Kursraum (Turnhalle) einen Mundschutz tragen bis ihr auf eurer Matte/eurem Platz seid. Während der Kursstunde können wir diesen ausziehen. Sobald ihr die Matte verlasst, den Mundschutz wieder anziehen.
- ✓ Niesen natürlich immer in die Armbeuge.
- ✓ Nur Teilnehmer, die mit Namen und Adresse zu der jeweiligen Kursstunde angemeldet sind, werden eingelassen.
- ✓ Die Matten werden im Sicherheitsabstand von 1,5 m ausgelegt.
- ✓ Beim Betreten/Verlassen des Kursraums bzw. Aufenthalt außerhalb einen Abstand von mind. 1,5 m einhalten.
- ✓ Jede(r) Teilnehmerin muss eine eigene Matte und evtl. Hilfsmittel (Kissen, Decke, Handtuch etc.) mitbringen.
- ✓ Sportkleidung möglichst bereits beim Ankommen tragen.
- ✓ Vor dem Eintritt in den Kursraum/Turnhalle sind die Hände mit dem bereitstehenden Desinfektionsmittel einzureiben.
- ✓ Auf Begrüßungen, die nicht kontaktfrei sind, wird vorläufig verzichtet.
- ✓ Es werden lediglich verbale Korrekturen, keine Hands-On-Adjusts durch die/den Kursleiter/in vorgenommen.
- ✓ Nach der Benutzung der Toilette müssen die Hände gründlich mit der bereitgestellten Seife gewaschen werden.
- ✓ Die Toilette bitte nur einzeln aufsuchen.
- ✓ Bitte alle Hinweise auf den Aushängen vor Ort beachten.

Der Schutz Ihrer Gesundheit steht bei uns an erster Stelle. Bitte halten Sie sich an die Regeln.

Vielen Dank!

Ihr Team der VHS Trebgast 😊