

Schutzkonzept COVID 19



-
- Der Mindestabstand zwischen Personen beträgt eineinhalb Meter. Der minimale Platzbedarf von 10m² pro Person muss eingehalten werden.
 - Es gelten die Hygienevorschriften des BAG.
 - Es müssen Anwesenheitsprotokolle bei jeder Lektion mit Datum, Namen, Telefonnummer und E-Mail der TeilnehmerInnen geführt werden. Diese sind für mindestens zwei Monate, aufzubewahren. So kann auch nachträglich sichergestellt werden, wer welche Lektion besucht hat und die Ansteckungsketten könnten also jederzeit zurückverfolgt werden.
 - Alle Beteiligten verhalten sich solidarisch und halten sich mit hoher Selbstverantwortung an das Schutzkonzept.
 - Der Trainer/in ist für die Einhaltung folgender Sicherheitsmassnahmen verantwortlich.

1. Hygienemassnahmen:

- KursteilnehmerInnen desinfizieren vor und nach den Lektionen ihre Hände. Desinfektionsmittel steht zur Verfügung.
- Bei Zumba Kids und Yoga Kids gelten die gleichen Schutzmassnahmen des BAG, wie bei den obligatorischen Schulen in BL.
- Yoginis werden gebeten, nach den Lektionen die gebrauchte Yogamatte und Hilfsmitteln in den Plastik-Tragtaschen mit den Namen aufzuräumen.
- Yoginis bringen Handtuch oder Tuch für die Yogamatte mit.
- KursteilnehmerInnen bringen nach Bedürfnis ihr eigenes Getränk.
- Entfernung von unnötigen Gegenständen, welche von Kundschaft angefasst werden können (Vorhänge Garderobe, Plüschtiere) etc.

2. Distanz halten

- KursteilnehmerInnen werden dazu aufgefordert, pünktlich (spätestens 5Min. im Voraus) zum Training zu erscheinen.
- Die KursteilnehmerInnen werden gebeten, bereits umgezogen zu erscheinen.
- KursteilnehmerInnen verlassen nach ihrem Training sofort und geordnet nacheinander unter Einhaltung des Sicherheitsabstandes den Trainingsraum. Der Kontakt vor und nach der Lektion ist auf ein Minimum zu reduzieren. Sie werden gebeten auch ausserhalb des Studios die Abstandsregelungen einzuhalten. Begleitpersonen sind im Raum nicht zugelassen.
- Es wird gebeten mit individuellen Fahrzeugen oder zu Fuss anzureisen. Öffentliche Verkehrsmittel sollen nach Möglichkeit vermieden werden.
- Die Raumaufteilung zwischen KursteilnehmerInnen muss durch Bodenmarkierung klar erkennbar sein.
- In der Yogalektion ist der Körperkontakt für Korrekturen wieder zulässig. Pro Person müssen in der Regel ca. 4m² Fläche zur Verfügung (falls Yogamatten nahe bei der Wand oder beim Spiegel platziert werden, kann diese Fläche entsprechend kleiner sein).

3. Informationspflicht:

- BAG-Plakate «So schützen wir uns» hängen gut sichtbar im Raum vor.
- Kursteilnehmerinnen werden über die Vorgaben und spezifischen Massnahmen informiert. Anpassungen der Schutzmassnahmen sind unverzüglich mitzuteilen.

4. Besonders gefährdeten Personen:

- Die Teilnahme von besonders gefährdeten Personen ist nicht verboten.
- Besonders gefährdete Personen werden explizit dazu aufgefordert, sich weiterhin an die Schutzmassnahmen des BAG zu halten.

5. Personen mit Krankheitssymptomen:

- Kursteilnehmerinnen mit Krankheitssymptomen (Husten, Fieber, Gelenkschmerzen oder Verlust des Geruchs- und Geschmackssinns) dürfen nicht am Training teilnehmen. Sie bleiben zu Hause, respektive begeben sich in Isolation. Sie rufen Ihren Hausarzt an und befolgen dessen Anweisungen.
- Kursteilnehmerinnen mit Allergien (wegen des Niesens) werden ebenfalls angehalten, dem Unterricht fernzubleiben.

6. Reinigung:

- Während Zumba Lektionen und nach den Yoga Lektionen wird für einen ausreichenden Luftaustausch (mindestens 10 Min.) im Raum gesorgt.
- Matten und Trainingshilfen sind nach jedem Kurs mit einem handelsüblichen Reinigungsmittel zu desinfizieren.
- Regelmässige Reinigung von Oberflächen und Gegenständen nach Gebrauch, insbesondere, wenn diese von mehreren Personen berührt werden (Türgriffe, Toiletten). Wenn möglich gilt es den Kontakt mit diesen sensiblen Bereichen zu vermeiden. Dh. Türen sind bereits offen, werden von Trainer/in geöffnet bzw. geschlossen.
- Die WC-Anlage ist in regelmässigen Abständen mit einem handelsüblichen Reinigungsmittel zu reinigen. Beim Entsorgen des Abfalls (in geschlossenen Behältern) sind Einweghandschuhe zu tragen.
- Trocknungstücher in der Sanitäranlage ist durch Einwegtücher zu ersetzen. (Abfall wird zu Hause entsorgt).