



bewegungsraum

## Schutzkonzept Bewegungsraum

Das vorliegende Schutzkonzept basiert auf den Vorgaben des BAG (Stand 26. Juni 2021) sowie auf den Empfehlungen des Berufsverbandes für Bewegung & Gymnastik und Yoga Schweiz.

- Seit dem 26. Juni gibt es Lockerungen für den Bewegungsbereich.
- Trainieren ohne Maske in Innenräumen. Du trägst eine Maske im Treppenhaus bis du im Bewegungsraum an deinem Platz bist und ihn eingerichtet hast. Lege deine Maske in eine Schutzhülle (Stoff oder Papier kein Plastik) neben deine Matte. Beim Verlassen deiner Matte und des Raums ziehst du Maske wieder an.
- Für den Präsenzunterricht ist die Gruppengrösse limitiert: MAX 9 Teilnehmer\*Innen für alle Kurse. Sobald die Trainerin den Kurs in der Gruppe eröffnet hat kannst du dich bis 12h vor Kursbeginn per WhatsApp oder SMS mit „Live 👍“ oder „Zoom 👍“ anmelden. Anmeldungen sind obligatorisch und verbindlich.
- Wir bieten Präsenz- und weiterhin Onlinekurse via Zoom an. So bieten wir für alle Zugriff zu unserem Angebot.
- Es gelten nur die Anmeldungen über den Chat. Es werden keine separaten Anmeldungen oder Reservationen entgegengenommen.
- Kurse finden ab 3 Teilnehmer statt. Egal ob Live oder Zoom.
- Wir bitten dich vor dem Betreten der Räumlichkeiten als erstes die Hände zu desinfizieren. Im Empfangsbereich befindet sich Desinfektionsmittel.
- Bitte betrete und verlasse den Kursraum geordnet nacheinander unter Einhaltung des Sicherheitsabstandes von 1.5 m.
- Wechsel zwischen den Lektionen 15 Minuten. Verlasse deinen Kurs bitte zügig und wenn möglich einzeln. Die nachfolgende Gruppe wartet vor dem Haupteingang und wird erst 5 Minuten vor Beginn eingelassen.
- Bringe ein eigenes Tuch und wenn vorhanden deine eigene Matte mit. Ansonsten stehen Matten zur Verfügung. Diese werden nach der Lektion gründlich mit Desinfektionsmittel gereinigt. Lege deine Matte auf die vorgegebene Markierung.
- Komme wenn möglich bereits umgezogen in den Kurs. Bitte Mindestabstand von 1.5m einhalten. Duschen ist wieder erlaubt.
- Die Teilnehmenden jeder Lektion werden mit Namen, Adresse, E-Mail und Telefonnummer registriert.
- Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen, sofern es Platz in den jeweiligen Kursen hat. Nur mit Voranmeldung.
- Handle eigenverantwortlich, bleib Zuhause wenn du Krankheits-Symptome hast (Fieber, Husten etc.). Treten Krankheitssymptome nach einem Kursbesuch auf, ist dies sofort an Sandra zu melden.
- Vermeide Körperkontakt mit anderen Teilnehmern (wie Umarmungen, Hände schütteln etc.)



bewegungsraum

- **Korrigieren der Übungen: wir unterstützen dich so gut es geht verbal. Wenn wir aber sehen, dass Handlungsbedarf für Hands-on sind, wenden wir diese beim Einverständnis der Teilnehmenden an.**
- **Gebrauchtes Material wird anschliessend gut desinfiziert und in einen separaten Behälter für die Quarantäne gelegt.**
- **Der Raum wird nach jedem Kurs gut gelüftet und gründlich gereinigt.**
- **Bestimmungen Corona Beauftragte des Bewegungsraumes.  
Sandra Grundisch, tel: 079 671 52 85, [info@bewegungsraum-saanen.ch](mailto:info@bewegungsraum-saanen.ch)**

Wir danken für dein Verständnis und deine Unterstützung.  
Dein Bewegungsraum-Team