



# Hygieneregeln

für ALLE Teilnehmer in meinen Kursen/Workshops:

- Ganz klar sollte sein, kein Mitmachen/ Erscheinen bei Krankheitsverdacht, leichte Erkältungsanzeichen oder wer einige Tage zuvor krank war.
- Maßgeblich gilt die **AHA**-Formel:  
**A**bstand 1,5m halten, auf **H**ygiene (Händewaschen, Niesetikette) achten, eine **A**lltagsmaske (Mund/Nasenschutz) tragen/dabei haben!
- Keine Begrüßung durch Körperkontakt. Kein Händeschütteln oder Umarmungen.
- Nutzung von Desinfektionsspendern zur Händedesinfektion.
- Um Infektionsketten schnell auffindig machen zu können, wird die Anwesenheit jeder Person dokumentiert.
- Auf den Fluren und im gesamten Gebäude außerhalb des Raumes gilt der Mund- Nasenschutz sowie unbedingt die Hausregel des Eigentümers (siehe vor Ort Aushängeschilder, Info).
- Bitte achtet auch draußen vor dem Gebäude auf den Mindestabstand. Unterhaltungen auf dem Parkplatz oder vor der Eingangstür mit mehreren Personen sind von den Hauseigentümern, Institutionen und Vereinen nicht erwünscht.
- Die Kurse werden so gestaltet, dass zwischendurch immer wieder gelüftet wird.

Ich hoffe, ihr habt in dieser Zeit Verständnis für diese unvermeidbaren Regeln und Einschränkungen. Wir alle tragen in dieser Zeit Verantwortung und sollten diese ernst nehmen.

Und trotz der Maßnahmen werden wir viel Spaß haben, uns endlich wieder zu sehen und gemeinsam tanzen und bewegen zu können.

Ich freue mich sehr darauf! Bleibt gesund!

Herzliche Grüße,

Eure Silvia