

Bitte auf einen Abstand zu anderen Kursteilnehmern von 1,5 m achten! Das gilt auch beim Betreten und Verlassen der Räume! In unserem Seminarraum sind die Plätze im vorgeschriebenen Abstand eingerichtet. Der Herzkontakt darf intensiv und nah sein wie gewohnt :-)

Abstand

Mund-Nasen-Schutz

Beim Betreten und Verlassen sowie beim Gang zum WC bitte einen Mund-Nasen-Schutz tragen. Dieser darf am Platz in unserem Gruppenraum abgelegt werden.

Im Eingangsbereich besteht die Möglichkeit zur Desinfektion der Hände. Desweiteren bitten wir um sorgfältiges Händewaschen mit Seife im Toilettenbereich.

Handhygiene



Teilnehmerzahl

Im Moment können maximal 8 Personen an unseren Angeboten vor Ort teilnehmen. Eine verbindliche Anmeldung im Vorfeld per Email oder per online-Buchung ist deshalb erforderlich!

Bitte bringe eine Decke oder ein großes Tuch mit und lege diese auf die Meditationsmatten u. Kissen! Unsere Matten und Sitzkissen werden nach jeder Nutzung desinfiziert bzw. gewaschen. Bei fortlaufenden Kursen mit festen Gruppen bekommt Jeder ein Set von uns gestellt, das nach jeder Kurseinheit in eine Box gepackt wird

Nutzung von Material und Ausstattung

Hygiene allgemein

Unsere Räumlichkeiten werden regelmäßig gelüftet. Oberflächen werden nach jedem Kurs gereinigt und desinfiziert. Bei Krankheitssymptomen bitte zu Hause bleiben. Ebenso, wenn eine COVID 19 Erkrankung vorliegt oder es in den letzten 14 Tagen Kontakt mit einer an COVID 19 erkrankten Person gab!

**Hygiene- Schutz-Konzept
für unsere Kurse im Raum für
Achtsamkeit, Muße &
Herzensbildung in Regensburg**



www.cordat.org