



yogamond

der Weg zu einem gesunden,
harmonischen, bewussten Leben

Schutzkonzept Covid 19 Yoga Therapie

Wir betreten die Garderobe einzeln, mit genügend Abstand.

Wir halten während den Übungen genügend Abstand; die Yogamatten sind so gelegt damit sie dem Schutzkonzept des Yogaverbandes welches mit dem BAG ausgearbeitet wurde entsprechen.

Die Teilnehmerzahl pro Kurs ist im Moment reduziert und ist den Empfehlungen des Verbandes sowie der aktuellen Lage angepasst.

Die Yogalektion wird so gestaltet damit der Wechsel der Gruppen ohne Kontakt erfolgen kann und genügend Zeit für die Desinfektion bleibt.

Ich empfehle Dir Deine eigene Yogamatte mitzubringen, solltest Du keine besitzen, stehen Desinfektionsmattenspray und Papiertücher zur Verfügung.

Wir werden uns japanisch Begrüssen und uns nicht die Hände geben. Zum Händereinigen wird ebenfalls Mittel vorhanden sein.

Und für mich das wichtigste:

Wir stärken unser Immunsystem und das innere Gleichgewicht und halten unseren Körper gesund.

Silvie Reichen
Dipl. Yogalehrerin SYV
Dipl. Erwachsenenbilderin SVEB
Alte Gasse 32
3704 Krattigen

033 654 90 14
079 813 86 14
www.yogamond.ch
silvie@yogamond.ch



Mitglied des
Schweizer
Yogaverbandes

EMfit

Qualitätslabel
EMfit-Nr 200408