
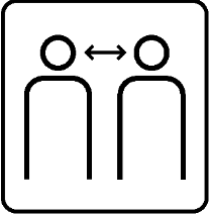

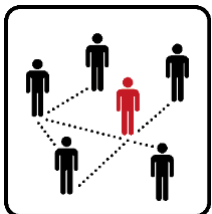




## Schutzkonzept :

### Andrea Ruffieux, Kursleitung Rückbildung & PilatesCare

	<p><b>Allgemeine Schutzmassnahmen:</b> Die Schutzmassnahmen des BAG werden ausnahmslos eingehalten werden. Ein Lavabo mit Seife oder ein Desinfektionsmittelpender ist im Eingangsbereich zugänglich bereit.</p> <p>Jede Teilnehmerin bringt zusätzlich eigenes Desinfektionsmittel mit.</p>
	<p><b>Abstand halten:</b> Wir halten einen Mindestabstand von 1,50 m ein. Die Gruppengrösse ist angepasst. Wir machen keine Partnerübungen. Jede Teilnehmerin bleibt während der Lektion auf Ihrer Matte. Die Räumlichkeiten sind gut gelüftet.</p>
	<p><b>Maskenpflicht:</b> Auch während der Kurse ist Maskenpflicht. Es gilt eine Maskenpflicht im Eingangsbereich, in der Garderobe und auf dem Weg zur Toilette.</p>
	<p><b>Kontaktdaten:</b> Ich kenne von allen Teilnehmerinnen: Name, Vorname, Wohnort und Telefonnummer. Ich führe eine Präsenzliste.</p>
	<p><b>Hygiene:</b> Flächen und Hilfsmittel werden regelmässig desinfiziert. Matten, Bälle, Therabänder, etc. werden nach jedem Gebrauch desinfiziert. Zwischen den Kursen wird gut gelüftet und es gibt einen Mindestabstand von 15 min. Die Teilnehmerinnen bringen ihre eigene Matte mit oder ein grosses Handtuch.</p>
	<p><b>Prävention:</b> Personen, die sich krank fühlen oder krank sind, sollen die Lektionen nicht besuchen oder nach Hause gehen.</p>