

## **Zusätzliche Hygienebestimmungen für Bewegungs- und Entspannungskurse der KVHS Verden**

- a) Der Mindestabstand von 1,5m ist ab Betreten des Hauses bis zum Erreichen der Matte / des Platzes im Bewegungsraum einzuhalten.  
Gleiches gilt für das Verlassen der Matte/ des Platzes.
- b) Ab Betreten des Hauses bis zum Erreichen der Matte / des Platzes im Bewegungsraum ist ein Mund-Nasenschutz zu tragen.  
Gleiches gilt für das Verlassen der Matte/ des Platzes.
- c) Während des Kurses ist ein Mindestabstand von 2m zu anderen Teilnehmenden einzuhalten.
- d) Umkleidemöglichkeiten stehen vorerst nicht zur Verfügung. Kommen Sie daher bitte bereits in Sportkleidung zum Kurs.
- e) Auch Duschen dürfen derzeit nicht benutzt werden.
- f) Straßenschuhe müssen gleich nach dem Betreten des Unterrichtsortes gegen Ihre Sportschuhe oder Socken getauscht werden.
- g) Jacken etc. müssen mit Abstand voneinander abgelegt werden.
- h) Es darf ausschließlich nur die eigene Gymnastikmatte / Yogamatte etc. genutzt werden.
- i) Es dürfen keine Sportgeräte der KVHS genutzt werden.
- j) Getränke für den Eigenbedarf dürfen mitgebracht werden. Der Verzehr von Speisen ist nicht erlaubt.
- k) Die Kurse finden mit einer festen Platzordnung statt, die von den Kursleitungen dokumentiert wird. Bitte nehmen Sie bei jedem Besuch denselben Platz ein.

Darüberhinaus gelten die Bestimmungen des jeweiligen Veranstaltungsortes bzw. sinngemäß das Hygienekonzept für die Gebäude der KVHS Verden.