

## CORONA FAQs

Wir freuen uns dir und allen anderen Yogis endlich wieder auf der Matte zu begegnen! Mit einem achtsamen Miteinander und ein paar Sicherheitsvorkehrungen können wir endlich wieder gemeinsam yogieren.

### **Folgende Dinge gibt es derzeit zu beachten, damit wir alle entspannt miteinander praktizieren können:**

- **Das Betreten des Yogaraumes ist nur mit Mund Nasen Schutz erlaubt!** Sobald du auf deiner Matte bist, kannst du den MNS abnehmen und deine Praxis genießen.
- **Bitte halte einen Mindestabstand von 1 Meter** zwischen den Yogamatten ein.
- Komme zur Yogaeinheit nur, wenn du dich **völlig gesund** fühlst. Du fehlst uns natürlich, wenn du nicht da bist, doch Sicherheit geht vor.
- Komme bereits in deiner Yogakleidung zur Yogaeinheit.
- Beim Eingang oder vor dem Yogaraum findest du ein Fläschchen zur Händedesinfektion. Regelmäßiges Hände waschen setzen wir voraus.
- Nimm bitte deine eigene Yogamatte mit .
- Wir werden dich verbal ausrichten und für ein berührend schönes Yogaerlebnis ohne Adjustments und ohne Körperkontakt sorgen. Hands-On-Techniken sind derzeit nicht erlaubt.
- Wir bitten dich vorübergehend auf enge Körperkontakte, wie Hände geben oder umarmen zu verzichten – zum Glück haben wir unser wunderbares Lächeln und unser herzliches Namaste!
- Unsere gemeinsame Praxis wird uns wunderbar dabei unterstützen zu uns selbst und zu ganz viel Zuversicht zu finden. Wir freuen uns auf

In diesem Sinne freut sich das ganze YOGANIA-Team auf die Yoga-Saison!  
Om namah shivaya und namaste  
Die Yogania's