

Hygienekonzept für QiGong-Kurse

im Evangelischen Gemeindehaus Nürnberg-Laufamholz



Folge Deinem Herzen

Bernard Pasche
Heuchlinger Straße 16
D-90482 Nürnberg

Tel.: 0911 – 180 98 95
info@bernard-pasche.de
www.bernard-pasche.de

QiGong – Supervision - Handauflegen

Die QiGong-Kurse dauern 60 Minuten.

Zugang:

Beim Betreten und beim Verlassen des Gemeindehauses ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen. Beim Betreten des Übungsraumes (großer Saal) sind die Hände mit einem Hand-Desinfektionsmittel, das zur Verfügung steht, zu reinigen. Darüber hinaus stehen Einmal-Desinfektionstücher zur Verfügung. Im gesamten Haus ist – außer während der Übungsstunde – grundsätzlich ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.

Der Fahrstuhl darf immer nur von einer Person genutzt werden.

Abstand:

Auf Grund der Raumgröße ist die Zahl der Teilnehmenden auf 14 begrenzt. So ist ein ausreichender Abstand zwischen den Teilnehmenden gewährleistet. Die Teilnehmenden achten darauf, dass der Mindestabstand von 1,5 Metern eingehalten wird. Das gilt zum einen während der Übungen aber auch während des Kommens und Gehens. Gruppenbildungen sind zu vermeiden.

Die Teilnehmenden kommen bereits in Trainingsbekleidung und bringen ihre eigenen Hilfsmittel (Matten, Decken etc) und ggf. Getränke mit.

Toiletten:

Auf dem Weg zur Toilette ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen. Auf den Toiletten sind die üblichen Reinigungsmittel und Einmalhandtücher. Händedesinfektion ist im Übungsraum (großer Saal) möglich. In den Toilettenräumen sind maximal zwei Personen zulässig.

Nachfolgen von Infektionsketten:

Die Anmeldeinformationen der an der jeweiligen Kursstunde Teilnehmenden (Name, Adresse und Telefon) dürfen im Falle einer Infektion auf Verlangen an das Gesundheitsamt weitergegeben werden.

Weiteres:

Regelmäßiges Stoßlüften – direkt vor und nach der QiGong-Stunde - garantiert den Luftaustausch.

Die bekannte Husten- und Niesetikette sollte unaufgefordert eingehalten werden.

Zutrittsverbot

Personen,

- die aktuell positiv auf COVID-19 getestet oder unter Quarantäne gestellt sind,
- die Atemwegsprobleme (respiratorische Symptome jeder Schwere) haben,
- die unspezifische Allgemeinsymptome oder Fieber haben
- die in den letzten vierzehn Tagen Kontakt zu einem bestätigten an COVID-19 Erkrankten gehabt oder sich im selben Raum wie ein bestätigter COVID-19-Fall aufgehalten haben,

dürfen an den Kursen nicht teilnehmen bzw. den Kursraum nicht betreten.