

## WELKOM TERUG! | BE-YOGA-ZAAL MAATREGELEN | DAALMEER

### Wat dien je mee te nemen?

- **Kom omgekleed** met zo min mogelijk spullen naar de zaal.
- Overige spullen/kleding in **boodschappentas**
- **Eigen matje** en/of yogamaterialen zijn aan te bevelen.
- Neem twee **handdoeken/dekens** mee voor over de bolsters en de kussens/ op de mat/ of over je heen.
- Neem een **bidon** mee met water.

### Wat te doen als je de yogazaal bezoekt?

- Kom bijtijds naar de vuurtoreenzaal, 5 min voor aanvang.
- **Ingang via noodingang achterkant van de zaal. Dus niet via de hoofdingang.**
- Wacht buiten.
- **Schoenen** en tas onder de kapstok.
- Bij binnenkomst je handen desinfecteren op de hiervoor aangegeven plek.
- Volg de instructies van de docent op en neem direct plaats op de aangegeven plek in de zaal.
- Handdoek/dekens over mat en over de kussens.
- Na afloop van de les volg je de instructies van de docent op en verlaat je een voor een de ruimte.
- Sanitair is gesloten alleen in geval van nood mag hiervan gebruik gemaakt worden.
- Houd ten alle tijden 1,5m afstand van zowel docent als je mede yogi's.

### Wat is aangepast?

- 1,5m buiten en in de zaal door om en om te liggen hoofd-voeten.
- Desinfectiemiddel beschikbaar
- Klinken worden na iedere les gereinigd
- Sanitair wordt na ieder bezoek gereinigd (sanitair is alleen te gebruiken in geval van nood!)
- Docent geeft geen assists en blijft op 1,5m afstand.
- Geen toegang bij koorts, hoest en verkoudheidsklachten.

**Welkom terug!!**