

Coronaprotocol

1) Voorbereiding thuis:

- Bij Corona-gerelateerde klachten blijf je thuis en volg je de les via Zoom.
- Thuis omkleden en in de studio alleen schoenen wisselen.
- Zo min mogelijk spullen meenemen; wel je eigen matje en eventueel kussentje.
- Vooraf thuis naar de WC gaan.
- Flesje met water vullen.

2) Ontvangst:

- Kom ongeveer 5 minuten van tevoren.
- Er mogen maximaal 4 mensen tegelijk in de wachtruimte zijn.
- Bij binnenkomst: Mondkapje dragen.
Handen ontsmetten.
Handtekening zetten en je nummer onthouden.
Schoenen wisselen en meenemen de zaal in.
- De WC is wel open, maar alleen bij hoge nood gebruiken.

3) De les:

- Je hebt een eigen vak van 2,5 bij 2,5 meter en daar leg je ook zoveel mogelijk je spullen in of in de buurt (dus alleen het hoognodige meenemen!!)
- We blijven binnen dat vak en letten goed op de afstand van elkaar.
- Zorg voor genoeg water in je fles, want het is niet de bedoeling om tijdens de les naar de keuken te lopen voor water.
- HAVE FUN!!!!

4) Weer naar huis:

- Na afloop van de les rol je je matje op en wissel je je schoenen.
- Dan per 2 door de achterdeur naar buiten (je kan links door het hek zo weer naar de parkeerplaats lopen).
- Ik doe zoveel mogelijk de deuren open en dicht, zodat er zo weinig mogelijk wordt aangeraakt.
- Er staan 2 luchtzuiveraars die alles wat er niet in de lucht thuishoort elimineren d.m.v. ionisatie.
- Ook zal er geventileerd worden d.m.v. open ramen en deuren.