

Infektionsschutzkonzept Yogaraum Claudia Uthke

Erstellt am 23.05.2020

Dieses Infektionsschutzkonzept ist gültig für beide Studios des Unternehmens:

- Standort Saalfeld: Reinhardtstraße 56, 07318 Saalfeld
- Standort Bad Blankenburg: obere Markstraße 1, 07422 Bad Blankenburg

I. Einleitung

Die Öffnung von Fitnessstudios und ähnlichen Sportstätten kann erfolgen, wenn die Infektionsschutzregeln nach den §§ 3 bis 5 der Thüringer Corona-Eindämmungsverordnung beachtet werden. Die Einhaltung der Infektionsschutzregeln (§§ 3 und 4) sind in einem schriftlichem Hygiene-, Abstands- und Infektionsschutzkonzept (Infektionsschutzkonzept) gemäß § 5 zu konkretisieren und zu dokumentieren. Das Infektionsschutzkonzept ist von der verantwortlichen Person oder den von ihr Beauftragten vorzuhalten und auf Verlangen der zuständigen Behörde vorzulegen.

Frau Claudia Uthke, als Geschäftsführerin ist verantwortliche Person, wenn sie den Kursbetrieb organisiert und durchführt.

Yoga ist eine Sportart, die zwar in der Gruppe, jedoch von jedem einzeln auf seiner Matte ausgeübt wird. Körperkontakt zwischen den Teilnehmern oder dem Kursleiter und dem Teilnehmer ist nicht nötig und wird vermieden.

Der Kursleiter kann alle durchzuführenden Übungen verbal anleiten oder durch ein Vormachen-Nachahmen-Prinzip vermitteln.

II. Verantwortliche Person

Verantwortliche Person gem. § 5 Abs. 2 ThürSARS-CoV-2-MaßnFortentwVO ist

Claudia Uthke
Kulmbacherstraße 80b
07318 Saalfeld/Saale

Sie ist Inhaberin und Geschäftsführerin des Yogaraum Claudia Uthke.

Beauftragt mit der tatsächlichen Kontrolle (Beauftragter) für die Hatha und YinYogakurse am Standort Bad Blankenburg ist Frau Monique Dienelt.

Der Verantwortliche oder Beauftragte kann Aufgaben wie die Führung von Tageslisten, Einhaltung des Hygienekonzeptes und der Abstandsregelungen an andere Verantwortliche tageweise delegieren. Diese Verantwortlichen müssen auf der Tagesliste ersichtlich sein. Der Benannte ist mit seiner Unterschrift für die Einhaltung der Vorschriften verantwortlich.

III. Angaben zur genutzten Raumgröße in Gebäuden

Der Standort Saalfeld (Reinhardtstraße 56, 07318 Saalfeld) umfasst insgesamt 138 qm, wobei der Kursraum insgesamt 80 qm groß ist.

Der Standort Bad Blankenburg (Obere Marktstraße 1, 07422 Bad Blankenburg) hat eine Größe von 90 qm, mit einem Qm großem Kursraum.

IV. Angaben zur begehbaren Grundstücksfläche unter freiem Himmel

Entfällt

V. Angaben zur raumluftechnischen Ausstattung

An beiden Standorten besteht ausreichend Möglichkeit durch eine gute Anzahl von Fenstern, sowohl während als auch zwischen den Kursen zu lüften.

VI. Allgemeine Regeln zur Umsetzung des Infektionsschutzes

(u. a. Gewährleistung des Mindestabstandes, Beschränkung des Publikumsverkehrs, Einhaltung der Infektionsschutzregeln nach den §§ 3 und 4)

1. Am Yogakurs dürfen nur Kunden/Teilnehmer und der Kursleiter/Yogalehrer teilnehmen, Zuschauer sind nicht erlaubt.
2. Um einen unkontrollierten Publikumsverkehr zu verhindern, erfolgt der Zugang zum Yogastudio über den einzigen Eingang. Wartende Kunden werden zur Einhaltung der Abstandsgebote verbal aufgefordert und erinnert.
3. Personen, welche folgende Symptome aufweisen, dürfen nicht am Kurs teilnehmen bzw. die Yogastudios betreten: **Husten, Fieber, Durchfall, Übelkeit, Schnupfen, Schwindel, Kurzatmigkeit/Atemnot, Schüttelfrost, Kopfschmerzen.** Wer sich krank fühlt, bleibt zuhause. Wer nicht bei der Arbeit/in der Schule war, darf nicht am Kurs teilnehmen.
4. Die Husten- und Nies-Etikette wird beachtet (in den Ellenbogen niesen/husten).
5. Kunden, die in den beiden Wochen vor einem Kurs Kontakt zu einer mit dem Virus SARS-CoV-2 infizierten Person oder Reiserückkehrern hatten, dürfen die Yogastudios nicht betreten und nicht am Kurs teilnehmen.
6. Personengruppen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf (Risikogruppen) sind besonders zu schützen. Kunden haben ihre Zugehörigkeit zu einer Risikogruppe dem Verantwortlichen bzw. dessen Beauftragten unaufgefordert anzuzeigen. Nach erfolgter Belehrung können sich Personen der Risikogruppen für oder gegen eine Teilnahme am Kurs entscheiden. Es werden keine gesonderten Kurseinheiten angeboten.
7. Begrüßungsrituale, wie Händeschütteln oder sonstige körperliche Berührungen sind nicht erlaubt.
8. Vor Beginn und nach Ende des Kurses müssen sich alle Teilnehmer (Kunden und Kursleiter) die Hände gründlich waschen und desinfizieren.
9. Die Teilnehmer erscheinen bereits umgezogen zum Kurs und verlassen diesen danach auch wieder auf schnellstem Weg; Umkleiden und Duschen vor Ort werden nicht genutzt. Die Sportbekleidung ist nach jedem Kurs zu wechseln bzw. zu waschen.
10. Alle Teilnehmer halten immer einen Mindestabstand von 1,5 Meter zueinander ein.
11. Jeder Teilnehmer nutzt seine eigene (bestenfalls beschriftete) Trinkflasche sowie eigene Handtücher.
12. Vor und nach dem Kurs wird das genutzte Equipment vom Verantwortlichen bzw. dessen Beauftragten desinfiziert.
13. Die allgemeinen Hygiene-Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts (RKI) bzw. der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sind einzuhalten (Anlage A). Die allgemeinen Regeln des Infektionsschutzes werden sichtbar für alle Teilnehmer ausgehängt, zusätzlich wird jeder Teilnehmer über deren Einhaltung belehrt (Anlage B und Anhang C).

14. Alle Teilnehmer werden mit Vornamen, Name und Telefonnummer dokumentiert (unter Beachtung des Datenschutzes, vgl. Anlage D). Gleichzeitig haben alle Teilnehmer Erklärungen zur eigenen Gesundheit, Risikogruppe, Kontakt zu Covid-Erkrankten und Anerkennung von Verhaltensregeln abzugeben. Anwesenheitslisten für jegliche Kurseinheit sind vorbereitet und werden durch die jeweiligen Kursleiter ausgefüllt, um mögliche Infektionsketten zurückverfolgen zu können. Eine Aufbewahrung von vier Wochen durch die Geschäftsführung wird gewährleistet.
15. Begleitpersonen dürfen sich nicht im Studio aufhalten.
16. Fahrgemeinschaften für den Weg zum Yogastudio sind nicht zulässig.
17. Ausreichend Hand- und Flächendesinfektionsmittel, Flüssigseife mit Spendern und Papierhandtücher stehen zur Verfügung, genauso wie Einweghandschuhe und Mund-Nasen-Schutz für Erste-Hilfe-Maßnahmen.
18. Zusammenkünfte aus Gründen der Geselligkeit (vor, während und nach dem Kurs) sind verboten. Ebenfalls verboten ist die Ausgabe von Speisen und Getränken (auch abgepackt oder in Flaschen)

VII. Durchführung des Kurses

Auf Übungen mit Körperkontakt, sportartbezogene Hilfestellungen sowie Atemtechniken (tiefe Bauchatmung, Feueratem, etc.) wird verzichtet.

Der Kurs findet unter strenger Einhaltung der Abstandsgebote statt. Dieser bestehen aus 1,5 m zwischen den Personen inkl. Kursleiter. Die Kursgruppen werden in ihrer Zusammensetzung bei jedem Kurs beibehalten. Im Vordergrund stehen hier Körperübungen zur Förderung von Körperwahrnehmung, sowie Koordination und das Erlernen von Entspannungstechniken; hierbei wird auf Körperkontakt komplett verzichtet. Jeder Kunde hat seine fest zugewiesene Matte, die er während des Kurses nicht verlässt.

Alle genutzten Matten o.ä. Equipment wird nach jedem Kurs vom Verantwortlichen bzw. Beauftragten desinfiziert.

Die Verantwortung für die Einhaltung der Maßnahmen obliegt dem Unternehmen Yogaraum Claudia Uthke. Der Verantwortliche bzw. dessen Beauftragter überprüft regelmäßig die Einhaltung der Verhaltens- und Hygieneregeln. Bei Zuwiderhandlungen können Hausverbote ausgesprochen werden. Bei wiederholten Zuwiderhandlungen droht der Ausschluss vom Kursangebot.

