

Consignes sanitaires à tenir au Centre de yoga

à partir de septembre 2020



Consignes générales :

En plus des gestes barrières habituels ;

- **limitez le contact d'objets** : laissez l'enseignant ouvrir et fermer les portes et fenêtres et gérer la lumière
- le **croisement des groupes entre deux cours se fait dans le hall de l'immeuble** (attendre que tout le monde soit sorti)
- le port du masque n'est pas exigé pendant la pratique mais est **obligatoire jusqu'à son tapis**
- chacun doit amener **son propre tapis** (ou serviette pour le recouvrir) et matériel de pratique
- la distanciation physique est à maintenir, notamment le respect de **4m² par personne pendant la pratique**
- la capacité de la salle est désormais **limitée à 8 personnes maximum en même temps** (y compris l'enseignant)
- la salle **sera ventilée** le plus souvent possible et notamment **entre chaque cours**

Consignes pour désinfecter le matériel :

Nous vous demandons d'éviter d'utiliser le matériel et si c'est le cas, de le **désinfecter après utilisation**. Vous pouvez également sur demande le désinfecter avant la séance.

Le centre vous propose au choix :

● **Un spray bio, à base de vinaigre et d'huiles essentielles**

A utiliser en pulvérisation directe sur le tapis ou matériel, puis étaler avec un chiffon en microfibres.

● **Une bouteille de virucide non biologique**

Merci de réserver l'utilisation de l'éponge à ce produit : à utiliser pur en mouillant l'éponge pour application