



schweiz suisse svizzera

Coronavirus – Recommandations de Yoga Suisse pour les participant-e-s aux cours de yoga Etat : 18 décembre 2021

A partir du lundi 20 décembre 2021, **la règle 2G avec masque ou la règle 2G+ sans masque** s'appliquera dans les cours de yoga. Yoga Suisse recommande également le port du masque à l'entrée et à la sortie de la salle ainsi que dans les vestiaires pour la règle 2G+. En outre, Yoga Suisse recommande aux participant-e-ss aux cours de continuer à respecter les règles d'hygiène et de comportement ainsi que les indications suivantes :

- Pas de contacts physiques (poignées de mains, bises) et pas d'accolades, mais des solutions alternatives telles que la salutation namaste, main sur le cœur, etc.
- Lavez-vous les mains avec le désinfectant avant d'entrer dans la salle.
- Apportez si possible votre propre tapis de yoga et déposez-le selon les consignes de votre enseignant-e de yoga.
- Apportez un linge pour placer sur le tapis de yoga et protéger l'éventuel matériel mis à disposition (coussins de méditation, blocs, etc.).
- Apportez votre boisson si besoin.
- Si vous présentez des symptômes de maladie, veuillez rester à la maison.
- Veuillez porter un masque à l'entrée du studio de yoga, dans les vestiaires et jusqu'au tapis de yoga.