



schweiz suisse svizzera

Coronavirus – Recommandations de Yoga Suisse pour les participant-e-s aux cours de yoga Etat : 13 août 2021

L'exigence du port du masque, l'obligation de maintenir une distance minimale et la restriction de capacité durant les cours de yoga ont été levées par le Conseil fédéral en juin. Les règles d'hygiène et de comportement restent en place et les coordonnées des participant-e-s doivent toujours être enregistrées. Yoga Suisse recommande néanmoins aux participants aux cours de yoga de continuer à respecter 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 lorsque vous entrez dans le studio de yoga ainsi que dans le vestiaire.