



Concept de protection pour l'enseignement du yoga (valable dès le 19 avril 2021)

(Les adaptations du 22 avril 2021 sont indiquées en orange)

1. Uniquement des personnes sans symptômes aux cours de yoga

Les personnes présentant des symptômes de maladie ne sont PAS autorisées à participer aux cours de yoga. Elles restent à la maison, s'isolent ou clarifient avec le médecin de famille la suite de la procédure. L'OFSP recommande d'effectuer au préalable un test rapide.

2. Garder les distances et porter le masque

Le port du masque est généralement obligatoire à l'intérieur. Les élèves doivent le porter à l'entrée du studio de yoga et dans le vestiaire. Les embrassades et les bises doivent toujours être évitées. Dans la salle de yoga, le nombre de **personnes est limité à 15**. La distance d'au moins 1,5 m entre les personnes doit être respectée lorsque cela est possible.

- Cours de yoga **avec masque** : chaque élève dispose d'au minimum **10 m2 d'espace** pour son usage exclusif.
- **Exception pour les petites salles**: si la salle fait 30 m2 ou moins, chaque participant-e au cours a besoin d'au moins 6 m2 pour sa propre pratique de yoga. Dans un studio de yoga d'une grandeur comprise entre 30m2 et 50m2, 5 personnes (enseignant-e de yoga et 4 participant-e-s au cours) sont autorisées à pratiquer le yoga. Au-delà de 50m2, la règle des 10m2 (avec masque) reste valable.

Surface de la salle	Règle des m2	Nombre d'élèves (avec masque)	Exemple
≤ 30 m2	6 m2	Max 5 personnes (1 enseignant-e + 4 élèves)	Salle 20 m2 = 3 personnes Salle 30 m2 = 5 personnes
31 à ≤ 50 m2	10 m2	Max 5 personnes (1 enseignant-e + 4 élèves)	Salle 40 m2 = 5 personnes Salle 50 m2 = 5 personnes
≥ 51 m2	10 m2		Salle 60 m2 = 6 personnes

- Cours de yoga **sans masque** : chaque élève dispose d'au minimum **15 m2 d'espace** pour son usage exclusif. Cette règle est valable pour tous les studios de yoga indépendamment de la surface.

3. Se laver soigneusement les mains

Le lavage des mains joue un rôle décisif dans l'hygiène. Si vous vous lavez soigneusement les mains avec du savon, avant et après la leçon de yoga, vous vous protégez ainsi que votre environnement.

4. Aérer régulièrement

Indispensable à l'intérieur.

5. Tenir une liste de présence

Les contacts étroits entre les personnes doivent, à la demande de l'autorité sanitaire, pouvoir être prouvés durant 14 jours. Pour simplifier la recherche des contacts, le studio de yoga tient une liste de présence pour



Schweizer Yogaverband
Association Suisse de Yoga
Associazione Svizzera di Yoga
Swiss Yoga Association



schweiz suisse svizzera

toutes les leçons. La personne qui enseigne la leçon de yoga est responsable de l'exhaustivité et de l'exactitude de la liste et du fait que le/la préposé-e au corona en dispose sous la forme convenue. (Voir principe no 6 ci-dessous).

6. Désignation du/de la préposé-e corona du studio de yoga

Chaque studio de yoga doit nommer un-e représentant-e corona. Cette personne est chargée de veiller au respect de la réglementation applicable. Dans la situation où un-e élève est testé-e positivement, la personne responsable doit informer immédiatement tous les participant-e-s et suivre les instructions des autorités cantonales.

Dans notre studio, cette personne est :

Nom : _____

Téléphone : _____

E-mail : _____