

GUIDE DES RECOMMANDATIONS DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS POST-CONFINEMENT

destiné à toute personne participant aux activités
dans l'enceinte des studios Om Sweet Om.
Merci de bien vouloir respecter les règles suivantes
pour la sécurité de tous.



Porter impérativement un masque grand public dès que vous entrez dans le studio et ce jusqu'à ce que vous soyez installé sur votre tapis.



Saluer votre professeur sans lui serrer la main ou lui faire la bise.



Passer vos mains au **gel Hydro-alcoolique** en entrant dans le studio **ET** de passer aux toilettes **vous laver les mains** avant le début de la séance.



Respecter une distance d'**au moins un mètre** avec les autres tant que vous n'êtes pas sur votre tapis de pratique.



Vous couvrir systématiquement le nez et la bouche dans votre coude quand vous toussiez ou éternuez.



Réserver votre tapis à l'avance car le **nombre de participants est limité à 9**



Prévoir l'appoint pour payer votre séance.



Prévoir un drap de bain ou un plaid pour vous couvrir.

Les tapis de yoga sont désinfectés après chaque cours mais vous pouvez apporter le vôtre si vous le désirez.



Prévoir un sac pour mettre vos effets personnels à côté de votre tapis pendant la séance.



Apporter votre gourde ou votre bouteille d'eau.