



# Förhållningsregler

Sommaryoga med Carina Ivarsson  
Grogarnsberget och Östergarns Prästänge

På grund av Covid-19 har Sandeladan beslutat att inte genomföra några yogaklasser inomhus under sommaren. Vi förhåller oss till myndigheternas riktlinjer för att hindra smittspridning. Vi behöver alla hålla avstånd och undvika folksamlingar. Situationen gör att vi får tänka alternativt och våra yogaklasser flyttar ut i naturen.

Deltagare tar med egen matta och eventuellt andra tillbehör som filt, kudde och varma kläder.

Regn, kyla och blåst får avgöra om vi ska genomföra passet. Varje bokad deltagare får ett sms meddelande senast en timma innan om yogaklassen blir inställd.

Mattorna placeras med ett mellanrum om minst två meters avstånd till varandra i gruppen.

Efter passet kan vi njuta av frukost tillsammans men var för sig på sin matta. Deltagarna tar i år med egen frukostkorg.

Jag ser fram mot en härlig yogasommar tillsammans!  
Varmt välkommen!

Carina Ivarsson. 0708-276209  
[www.carinaivarsson.se](http://www.carinaivarsson.se)