

## Kunst der Energie

Petra Martinet-Rusch  
Rehetobelstrasse 6  
9037 Speicherschwendi/AR

Tel 079 269 27 89  
Martinet@KunstDerEnergie.ch  
www.KunstDerEnergie.ch

Qi Gong  
Tai Ji Quan  
Shaolin Quan  
TCM Tui Na  
Physiotherapie  
Massagen



## Hygieneblatt Qigong/Taiji

- Bitte Hände desinfizieren
- Möglichst in den Trainingskleidern ankommen
- Bitte Maske im Eingangsbereich und der Garderobe
- Während dem Training ist es erlaubt ohne Maske mit 1.5m Abstand

Neues Coronavirus Aktualisiert am 9.10.2020

**SO SCHÜTZEN WIR UNS.** 

### Wichtiger denn je: Anstieg der Infektionszahlen stoppen.



Abstand halten.



Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.



Gründlich Hände waschen.



Bei Symptomen sofort testen lassen und zuhause bleiben.



Zur Rückverfolgung immer vollständige Kontaktdaten angeben.



Um Infektionsketten zu stoppen: SwissCovid App downloaden und aktivieren.



Bei positivem Test: Isolation. Bei Kontakt mit positiv getesteter Person: Quarantäne.



Hände schütteln vermeiden.



In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.



Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch)

