


# «gofit – Fitness barrierefrei»

egymtraining.ch  
 Badenerstrasse 7  
 5442 Fislisbach  
 079 170 23 46  
 info@egymtraining.ch  
[www.egymtraining.ch](http://www.egymtraining.ch)

Erhebungsdatum: 20.08.2019  
 Evaluierende Person: Adrian Mettler

## Infrastruktur

### Fitnesscenter allgemein

| Bereich  | Kriterium                           | Details   | Bemerkungen  |
|--|-------------------------------------|---|--|
| <b>Anreise</b>   |                                     |   |  |
| <input checked="" type="checkbox"/>  | Öffentlicher Verkehr                | Niederflur Tram/Bus-Haltestelle in der Nähe   | Bushaltestelle „Fislisbach, Post“ in 200 m Entfernung  |
| <input checked="" type="checkbox"/>  | Parkplatz                           | Rollstuhlparkplatz vorhanden   | Einkaufszentrum in der Nähe (Migros nebenan)   |
| <input checked="" type="checkbox"/>  | Türöffnungssystem                   | selbständig passierbare Tür, Chipkartenleser auf max. 1.1 m   | Türöffnung nach innen, keine automatische Türe, taktiles Chipkarten.System (Mit Armband kann man Türe öffnen,) unregelmässig bediente Rezeption im Fitnessstudio |
| <input checked="" type="checkbox"/>  | Durchgänge Stufen- und Schwellenlos | Türbreite min. 0.8 m, Absätze max. 2.5 cm, mit Rampe (max. 12% Neigung) oder Lift   | Trainingsfläche auf 1 Etage; Es gibt keine Absätze oder Stufen auf Trainingsfläche.  |
| <input checked="" type="checkbox"/>  | Fitness Eingang                     | <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig<br><input type="checkbox"/> Rampe<br><input type="checkbox"/> Lift  | Eingang mit Rollstuhl grundsätzlich selbständig passierbar, Türentriegelung mit Chiparmband-Leser, danach Türe aufstossen  |
| <b>Zusatzinformationen</b>   |                                     |   |  |
| <input type="checkbox"/>   | Beschriftung                        | Alle Räume sind mit Piktogrammen beschriftet  |  |
| <input type="checkbox"/>   | Infos für Sehbehinderte             | <input type="checkbox"/> Glasmarkierungen<br><input type="checkbox"/> Blindenhund erlaubt<br><input type="checkbox"/> Reliefbeschriftung<br>Dusche/Garderobe/WC | Momentan Zettel auf Eingangstüre (aus Glas) geklebt, zusätzlich 4 grosse Fenster hinter Trainingsgeräten ohne Markierungen (manchmal Storen unten)               |
| <p><b>Alle verfügbaren Geräte sind milon-Geräte. Diese sind für Rollstuhlfahrende und Personen mit Sehbehinderung eher ungeeignet.</b> → Bei milon-Geräten müssen alle Trainierende nach vorgegebener Zeit (ca. 2 min) Geräte wechseln; für Wechsel ca. 30 Sekunden Zeit; auf Touch-Screen wird angezeigt, in welchem Rhythmus Bewegungen gemacht werden sollten; Gewichtseinstellung, Sitzposition und Trainingseinstellung werden automatisch richtig eingestellt, wenn mit Chipkarte eingeloggt</p> <p>Grösse: sehr klein, ca. 15 Stationen<br/>         Sehr modernes Studio</p> |                                     |   |  |

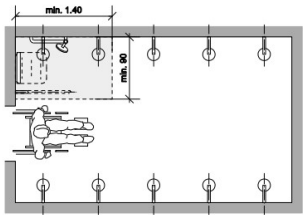
## Trainingsfläche & Kursraum

| Bereich   | Kriterium               | Details   | Bemerkungen   |
|---|-------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> <b>Ausdauergeräte für Rollstuhlfahrende</b>  |                         |   | Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen   |
| <input type="checkbox"/>  | Kranking / Handkurbel   | <input type="checkbox"/> mobiler Sitz<br><input type="checkbox"/> parallel fahrbar<br><input type="checkbox"/> rückwärts fahrbar                                    |   |
| <input type="checkbox"/>  | Adaptive Rowing         | Rudergerät mit fixiertem Sitz   |   |
| <input type="checkbox"/>  | Fahrrad                 | Mit verstellbaren Pedalen   |   |
| Ausdauergeräte: 2 Fahrräder; ohne verstellbare Pedale, mit Mittelkonsole; 1 Rudergerät, mit mobilem Sitz  |                         |   |   |
| <input checked="" type="checkbox"/> <b>Gerätegestütztes Krafttraining</b>   |                         |   | Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen   |
| <input checked="" type="checkbox"/>   | Kraftgeräte             | <input type="checkbox"/> mobile Sitze<br><input checked="" type="checkbox"/> Zugänglichkeit*(genügend Platz rund um die Geräte)<br><input type="checkbox"/> Kinesis | Abstand zwischen vielen Geräten knapp für Menschen im Rollstuhl, vor Geräten genügend Platz; Gewichtseinstellung, Sitzposition und Trainingseinstellung werden automatisch richtig eingestellt, wenn mit Chipkarte eingeloggt; Training nicht direkt im Rollstuhl möglich |
| <input type="checkbox"/>  | Kabelzug                | Erreichbar auf max. 1.1 m   |   |
| rechtwinklige Anordnung der Geräte, 5 verschiedene Trainings-Einstellungen möglich: „Metabolik-Fit“, „Reha-Fit“, „Kraft“, „Kraft-Ausdauer“ etc. → nach 6 Trainings wird Einstellung gewechselt<br>Man folgt mit den Bewegungen einer einfachen Animation auf dem Bildschirm – der Bildschirm zeigt, wie schnell und wann man die Bewegungen machen soll (unterschiedlich je nach gewähltem Trainingsmodus). |                         |   |   |
| <input checked="" type="checkbox"/> <b>Koordinationsbereich</b>   |                         |   | Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen   |
| <input checked="" type="checkbox"/>   | Zugang zu Kleinmaterial | Max. 1.1 m hoch platziert   | 2 Matten, Koordinationskissen, Gymbälle (sehr wenig Material)   |
| <input type="checkbox"/>  | TRX                     | Schlingentraining   |   |
| <input type="checkbox"/>  | Sprossenwand            |   |   |
| <input type="checkbox"/>  | Erhöhte Bank/ Liege     | Für Stretching und anderes  |   |
| <input type="checkbox"/> <b>Freihantelbereich</b>   |                         |   | Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen  |
| <input type="checkbox"/> <b>Kursraum</b>  |                         |   | Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen  |
| <b>Zusatzinformationen</b>  |                         |   |   |
| <input checked="" type="checkbox"/>   | Trainingspläne          | Auf max. 1.1 m.   | elektronisch (auf Armband und App gespeichert)  |
| <input checked="" type="checkbox"/>   | Chipkartensystem        | Trainingseinstellungen werden automatisch gemessen und angezeigt  | Milon-Zirkel: man wechselt gleichzeitig von Gerät zu Gerät mit anderen Kund_innen (ca. 30 Sekunden Zeit)  |

|  |  |  |               |
|--|--|--|---------------|
|  |  | (Gewicht, Geschwindigkeit und Wiederholungen). | für Wechsel). |
|  |  |  |               |

## Sanitäranlagen

| Bereich                             | Kriterium                                      | Details   | Bild | Bemerkungen   |
|-------------------------------------|--|---|------|---|
| <input type="checkbox"/>            | Rollstuhl-gerechtes WC                         | SIA Norm: min. 1.80 x 1.65 m, Türbreite min. 80 cm, beidseitige Haltegriffe, unterfahrbares Waschbecken.  |      |   |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Bedingt rollstuhl-gerechtes WC                 | Nicht nach SIA Norm, aber stufenloser Zugang, Raumtiefe möglichst 1.70 m, Türbreite min. 70 cm.   |      | <p>Detailinfo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Türbreite: 80 cm</li> <li>• Raumtiefe: 155 cm</li> <li>• Raumbreite: 150 cm</li> <li>• keine Haltegriffe</li> <li>• unterfahrbares Waschbecken</li> </ul> <p>→ wird auch als Umkleide benutzt</p> |
| <input type="checkbox"/>            | Kombiniertes rollstuhl-gerechtes WC und Dusche | SIA Norm: min. 1.80 x 1.65 m, Türbreite min. 80 cm, beidseitige Haltegriffe, unterfahrbares Waschbecken, Klappsitz und höhenverstellbare Brause.                            |      |   |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Rollstuhl-gerechte Duschkoje / Duschplatz      | SIA Norm: stufenloser Zugang, vorzugsweise in Raumecke beim Eingang, höhenverstellbare Brause.<br><input type="checkbox"/> Klappsitz<br><input type="checkbox"/> Duschstuhl |      | Keine Duschen zur Verfügung   |

|                                     |           |  |   |  |
|-------------------------------------|-----------|--|---|--|
|                                     |           |  |   |  |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Garderobe | <input checked="" type="checkbox"/> stufenloser Zugang<br><input type="checkbox"/> erreichbare Garderobenschränke<br><input type="checkbox"/> grosse Sitzbänke (B: 60 cm, L: 180 cm, H: 46 cm) | Im gleichen Raum wie Trainingsgeräte (nicht abgetrennt), offene, kleine Fächer unter Sitzbank + Kleiderbügel<br>Sitzbänke (B: 52 cm, L: 180 cm, H: 46 cm) |  |

## Wellnessbereich

| Bereich                    | Kriterium    | Details  | Bemerkungen  |
|----------------------------|--------------|--|--|
| <b>Stockwerk:</b>          |              |  | Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen |
| <input type="checkbox"/>   | Sauna        | <input type="checkbox"/> Zugang stufenlos<br><input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.            |  |
| <input type="checkbox"/>   | Dampfbad     | <input type="checkbox"/> Zugang stufenlos<br><input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.            |  |
| <input type="checkbox"/>   | Wasserbecken | <input type="checkbox"/> Zugang stufenlos<br><input type="checkbox"/> Badelift<br><input type="checkbox"/> erhöhter Beckenrand |  |
| <input type="checkbox"/>   | Solarium     | <input type="checkbox"/> Zugang stufenlos  |  |
| <input type="checkbox"/>   | Ruheraum     | <input type="checkbox"/> Zugang stufenlos  |  |
| <b>Zusatzinformationen</b> |              |  |  |
| <input type="checkbox"/>   | Rollstuhl    | <input type="checkbox"/> eigener Rollstuhl erlaubt<br><input type="checkbox"/> Duschrollstuhl steht zur Verfügung              |  |

## Dienstleitungen für ALLE

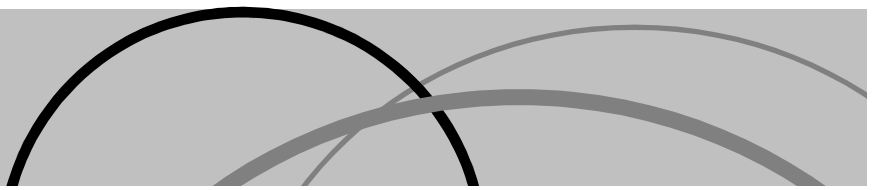
### Mitgliedschaft

| Bereich                             | Kriterium      | Details   | Bemerkungen |
|-------------------------------------|----------------|---|-------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | Qualitätslabel | <input checked="" type="checkbox"/> Fitness Guide<br><input type="checkbox"/> Qualitop<br><input checked="" type="checkbox"/> Krankenkasse zahlt in der Regel einen Beitrag |             |

|                                     |   |  |  |
|-------------------------------------|---|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> | Preis   | <input type="checkbox"/> IV-Vergünstigung<br><input type="checkbox"/> individuelle Abo-Lösungen<br><input type="checkbox"/> Hilfe bei Suche nach Unterstützungsbeiträgen   | Partnerschaft mit weiteren Studios derselben Firma (egymtraining.ch): Man kann mit Abo überall trainieren. keine Ratenzahlung möglich; bei Krankheit ab 4 Wochen wird Abo unterbrochen und kostenlos an bestehendes Abo angehängt; keine automatische Verlängerung |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Kunden mit Handicap trainieren bereits im Fitnesscenter | <input checked="" type="checkbox"/> mit geistiger Behinderung<br><input checked="" type="checkbox"/> mit Körperbehinderung<br><input type="checkbox"/> mit Sinnesbehinderung<br><input type="checkbox"/> mit psychischer Behinderung | Beispiel: Person, die aufgrund eines Hirnschlags leicht beeinträchtigt ist   |
| <b>Zusatzinformationen</b>          |   |  |  |
|                                     |   |  |  |

## Coaching

| Bereich                             | Kriterium                        | Details  | Bemerkungen   |
|-------------------------------------|----------------------------------|--|---|
| <b>Betreuung/ Beratung</b>          |                                  |  |   |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Menschen mit Handicap willkommen | Menschen mit geistigem, physischem, psychischem Handicap oder einer Sinnesbehinderung sind im Fitnesscenter willkommen.  |   |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Betreuung                        | Die Trainingsfläche ist während der Öffnungszeiten immer von qualifizierten Mitarbeitern betreut   | 365 Tage pro Jahr geöffnet, 5:00-23:00<br>Man kann über Internet ( <a href="http://www.egymtraining.ch">www.egymtraining.ch</a> ) vorgängig Termin mit Betreuungsperson abmachen, damit jemand anwesend ist, wenn man dies wünscht. |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Mitarbeiter                      | <input checked="" type="checkbox"/> Fitnessinstructoren<br><input checked="" type="checkbox"/> EFZ (Lehrlinge)<br><input type="checkbox"/> Physiotherapeuten<br><input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap |   |
| <b>Training</b>                     |                                  |  |   |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Einführung/ Trainingsplanung     | Im Abo enthalten   | danach Folgetermine (nach ca. 2-3 Monaten)  |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Gesundheitscheck                 | <input checked="" type="checkbox"/> Selbsterklärung/ Gesundheitsblatt<br><input checked="" type="checkbox"/> Messungen<br><input type="checkbox"/> Arztzeugnis   | Mit Aufpreis Messungen in anderem Fitnesscenter, im Gymfit (gleiche Geschäftsleitung), möglich  |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Trainingsbegleitung              | <input type="checkbox"/> Personal Trainer<br><input type="checkbox"/> Medizinische Trainingstherapie<br><input checked="" type="checkbox"/> gratis Begleitperson*  | Jederzeit möglich, Termin für Trainingsbegleitung zu buchen (kostenlos)<br>*auf Anfrage evt. gratis Begleitperson (von Fall zu Fall individuelle Abklärung, evt. mit Aufpreis)  |
| <b>Kurse</b>                        |                                  |  |   |
| <input type="checkbox"/>            | Kurse sind offen für alle        | <input type="checkbox"/> im Abo enthalten<br><input type="checkbox"/> spezifische Kurse für  | keine Kurse angeboten   |



|                            |                    |  |  |
|----------------------------|--------------------|--|--|
|                            |                    | Menschen mit Handicap  |  |
| <b>Ernährungsberatung</b>  |                    |  |  |
| <input type="checkbox"/>   | Ernährungsberatung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap |  |
| <b>Zusatzinformationen</b> |                    |  |  |
|                            |                    |  |  |