

«gofit – Fitness barrierefrei»

InForm Fitnessclub AG

Rütiweg 9

4133 Pratteln

061 821 90 90

alessio@inform-fitnessclub.ch

inform-fitnessclub.ch

Erhebungsdatum: 23.08.2019

Evaluierende Person: Mettler Adrian

Infrastruktur

Fitnesscenter allgemein

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Anreise			
<input checked="" type="checkbox"/>	Öffentlicher Verkehr	Niederflur Tram/Bus-Haltestelle in der Nähe	Bushaltestelle „Pratteln, Rankacker“ in 170 m Entfernung
<input checked="" type="checkbox"/>	Parkplatz	Rollstuhlparkplatz vorhanden 	Im Erdgeschoss des grossen Gebäudes mehrere Rollstuhl-Parkplätze (bei interio etc.)
<input checked="" type="checkbox"/>	Türöffnungssystem	selbständig passierbare Tür, Chipkartenleser auf max. 1.1 m	Im Rüticenter gibt es Lift zum Studio, bei Studio ist Türöffnung nach innen, bediente Rezeption, Drehkreuz nach Eingang → Drehkreuz kann man nach unten klappen, Personen mit Rollatoren waren bereits im Fitnesscenter
<input 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 hat Stufen oder Absätze zu milon-Zirkel, Ausdauergeräte, Wellnessbereich und Duschen.
<input checked="" type="checkbox"/>	Fitness Eingang	<input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift	Eingang mit Rollstuhl selbständig passierbar, Studio im 2. OG, beim Fitness-Eingang im 2. OG ist Personal in Sichtweite, falls Hilfe benötigt
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Beschriftung	Alle Räume sind mit Piktogrammen beschriftet	
<input checked="" type="checkbox"/>	Infos für Sehbehinderte	<input type="checkbox"/> Glasmarkierungen <input checked="" type="checkbox"/> Blindenhund erlaubt* <input type="checkbox"/> Reliefbeschriftung Dusche/Garderobe/WC	*auf Anfrage Blindenhund evt. erlaubt
<p>Familienbetrieb Grösse: mittel, ca. 50-100 Stationen Zusätzliche Dienstleistungen: Wellness, Kinderhort (nicht zugänglich für Personen im Rollstuhl)</p> <p>Menschen mit Beeinträchtigungen, Menschen im Rollstuhl: vor Besuch bitte frühzeitig anrufen, damit sich Personal Zeit nehmen kann, um sich über Körperbau und spezielle Bedürfnisse informieren zu können</p>			

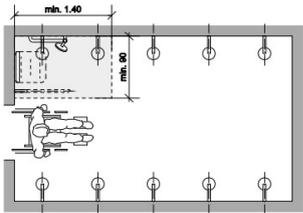
Trainingsfläche & Kursraum

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input type="checkbox"/> Ausdauergeräte für Rollstuhlfahrende			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input checked="" type="checkbox"/> Stufe
<input checked="" type="checkbox"/>	Kranking / Handkurbel	<input type="checkbox"/> mobiler Sitz <input type="checkbox"/> parallel fahrbar <input checked="" type="checkbox"/> rückwärts fahrbar	auf erhöhter Trainingsfläche platziert (10 cm hoch): nicht mit Rollstuhl erreichbar
<input type="checkbox"/>	Adaptive Rowing	Rudergerät mit fixiertem Sitz	
<input type="checkbox"/>	Fahrrad	Mit verstellbaren Pedalen	3 Sitzergometer/ Liegevelos → mit Mittelkonsole, Höhe der Griffe: 100 cm, Sitz nach vorne schiebbar, Gewicht nicht auf Knien
Ausdauergeräte mit taktil erfassbaren Tasten (Tasten nur ein klein wenig erhöht)			
<input checked="" type="checkbox"/> Gerätegestütztes Krafttraining			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 <input checked="" type="checkbox"/> Zugänglichkeit (genügend Platz rund um die Geräte) <input checked="" type="checkbox"/> Kinesis	Geräte mit Steckgewichten, Gewichtseinstellung auf 15-90 cm Höhe (mancherorts schwierig zu erreichen: hinter Sitz oder nur von Sitz aus erreichbar): mit Rollstuhl Trainingsfläche erreichbar weitere Geräte auf erhöhter Trainingsfläche (milon-Zirkel): nicht mit Rollstuhl erreichbar
<input checked="" type="checkbox"/>	Kabelzug	Erreichbar auf max. 1.1 m	1 Stück, Training nicht direkt im Rollstuhl möglich, zusätzliche Griffe in der Nähe des Geräts
<input checked="" type="checkbox"/> Koordinationsbereich			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	Gymbälle, Matten, Sypoba
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX	Schlingentraining	im Kursraum; momentan nur obere Schlingen befestigt (Auf Anfrage kann auch unterer Teil des TRX befestigt werden.)
<input type="checkbox"/>	Sprossenwand		
<input checked="" type="checkbox"/>	Erhöhte Bank/ Liege	Für Stretching und anderes	Aerobic Stepper im Kursraum
<input checked="" type="checkbox"/> Freihantelbereich			Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
Relativ einfacher Zugang zu Langhanteln, Trainingsbänke, Multipress (geführt + nicht geführt), Trainingsbänke; Zugang zu Hanteln schwierig; Spiegel an Wand			
<input checked="" type="checkbox"/> Kursraum			Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
relativ einfacher Zugang; bodentiefer Spiegel; zur Verfügung, wenn kein Kurs stattfindet			
Zusatzinformationen			
<input checked="" type="checkbox"/>	Trainingspläne	Auf max. 1.1 m.	elektronisch (für milon-Zirkel) und Papierform

<input checked="" type="checkbox"/>	Chipkartensystem	Trainingseinstellungen werden automatisch gemessen und angezeigt (Gewicht, Geschwindigkeit und Wiederholungen).	Daten auf Chipkarte gespeichert, mit Chipkarte meldet man sich auf milon-Geräten an
Zusätzlicher Raum für Functional Training, mit Freihantelbereich, evt. laute Musik, Geräte: Hanteln, Langhantel, Boxsack, gerätegestütztes Krafttraining, Kabelzug (Training im Rollstuhl möglich, zusätzliche Griffe nebenan), Gewichte, Medizinbälle			

Sanitäranlagen

Bereich	Kriterium	Details	Bild	Bemerkungen
<input type="checkbox"/>	Rollstuhlgerechtes WC	SIA Norm: min. 1.80 x 1.65 m, Türbreite min. 80 cm, beidseitige Haltegriffe, unterfahrbares Waschbecken.		
<input checked="" type="checkbox"/>	Bedingt rollstuhlgerechtes WC	Nicht nach SIA Norm, aber stufenloser Zugang, Raumtiefe möglichst 1.70 m, Türbreite min. 70 cm.		Detailinfo WC: <ul style="list-style-type: none"> • 70 cm breite Türe • 163 cm tiefer Raum • keine Haltegriffe WC links, auf Seite der Türöffnung
<input type="checkbox"/>	Kombiniertes rollstuhlgerechtes 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 type="checkbox"/>	Rollstuhlgerechte Duschkoje / Duschplatz	SIA Norm: stufenloser Zugang, vorzugsweise in Raumecke beim Eingang, höhenverstellbare Brause. <input type="checkbox"/> Klappsitz <input type="checkbox"/> Duschstuhl		Stufe zu Duschen: 12 cm hoch, keine Haltegriffe

				
<input checked="" type="checkbox"/>	Garderobe	<input checked="" type="checkbox"/> stufenloser Zugang <input checked="" type="checkbox"/> erreichbare Garderobenschränke <input checked="" type="checkbox"/> grosse Sitzbänke (B: 60 cm, L: 180 cm, H: 46 cm)	Höhe des Spiegels: ca. 116 cm taktil benutzbares Schliessfachsystem bei Garderobe, unterfahrbares Waschbecken (60 cm Platz unter Waschbecken)	

Wellnessbereich

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Stockwerk:			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input checked="" type="checkbox"/> Stufe
<input checked="" type="checkbox"/>	Sauna	<input checked="" type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	1 Sauna, keine Haltegriffe, Türbreite: 64 cm, nur kleine Fläche am Boden (1 m ²)
<input type="checkbox"/>	Dampfbad	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	
<input type="checkbox"/>	Wasserbecken	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Badelift <input type="checkbox"/> erhöhter Beckenrand	
<input type="checkbox"/>	Solarium	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos	
<input checked="" type="checkbox"/>	Ruheraum	<input checked="" type="checkbox"/> Zugang stufenlos	7 Liegen: 20 cm hoch, 50 – 80 cm Abstand zwischen den Liegen
Zusatzinformationen			
<input checked="" type="checkbox"/>	Rollstuhl	<input checked="" type="checkbox"/> eigener Rollstuhl erlaubt <input type="checkbox"/> Duschrollstuhl steht zur Verfügung	
7 cm hohe Stufe zu Wellnessbereich			

Dienstleitungen für ALLE

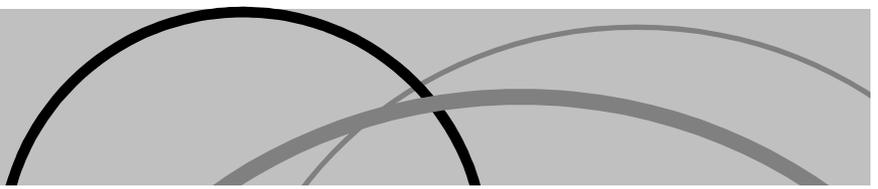
Mitgliedschaft

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

<input checked="" type="checkbox"/>	Preis	<input type="checkbox"/> IV-Vergünstigung <input checked="" type="checkbox"/> individuelle Abo-Lösungen <input type="checkbox"/> Hilfe bei Suche nach Unterstützungsbeiträgen	für Preise: Fitnesscenter anfragen (ab 60.- pro Monat) bei Spezialfällen kürzeres Abo (als normale Abos) möglich
<input checked="" type="checkbox"/>	Kunden mit Handicap trainieren bereits im Fitnesscenter	<input checked="" type="checkbox"/> mit geistiger Behinderung <input checked="" type="checkbox"/> mit Körperbehinderung <input checked="" type="checkbox"/> mit Sinnesbehinderung <input checked="" type="checkbox"/> mit psychischer Behinderung	Personen mit Trisomie 21 Personen, die Beeinträchtigungen aufgrund von Schlaganfall hatten Personen mit Schwerhörigkeit etc.
Zusatzinformationen			

Coaching

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Betreuung/ Beratung			
<input checked="" type="checkbox"/>	Menschen mit Handicap willkommen	Menschen mit geistigem, physischem, psychischem Handicap oder einer Sinnesbehinderung sind im Fitnesscenter willkommen.	
<input type="checkbox"/>	Betreuung	Die Trainingsfläche ist während der Öffnungszeiten immer von qualifizierten Mitarbeitern betreut	1-3 Mitarbeitende je nach Zeit Nicht betreute Zeiten: 6:00-8:30 und 22:00-24:00
<input checked="" type="checkbox"/>	Mitarbeiter	<input checked="" type="checkbox"/> Fitnessinstruktoren <input checked="" type="checkbox"/> EFZ (Lehrlinge) <input type="checkbox"/> Physiotherapeuten <input checked="" type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap*	einige Mitarbeitende Erfahrungen mit Menschen, die obengenannte Beeinträchtigungen haben
Training			
<input checked="" type="checkbox"/>	Einführung/ Trainingsplanung	Im Abo enthalten	Zu Beginn Bedarfsanalyse, nach ca. 12 Wochen weitere Trainingskontrolle
<input checked="" type="checkbox"/>	Gesundheitscheck	<input checked="" type="checkbox"/> Selbsterklärung/ Gesundheitsblatt <input checked="" type="checkbox"/> Messungen <input type="checkbox"/> Arztzeugnis	Fettmessung, Bioelektrische Impedanzanalyse etc.
<input checked="" type="checkbox"/>	Trainingsbegleitung	<input checked="" type="checkbox"/> Personal Trainer <input type="checkbox"/> Medizinische Trainingstherapie <input checked="" type="checkbox"/> gratis Begleitperson	
Kurse			



<input checked="" type="checkbox"/>	Kurse sind offen für alle	<input checked="" type="checkbox"/> im Abo enthalten <input type="checkbox"/> spezifische Kurse für Menschen mit Handicap	Yogilates, Rückentraining, Spinning, Kick & Fit und weitere Kurse
Ernährungsberatung			
<input type="checkbox"/>	Ernährungsberatung	<input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	
Zusatzinformationen			