

«gofit – Fitness sans obstacle»

Fitness – Grand Hôtel & Centre Thermal

Avenue des Bains 22
1400 Yverdon-les-Bains
024 423 02 25
info@bainsyverdon.ch
www.bainsyverdon.ch

Date de l'intervention: 12.09.2017

Nom de l'intervenant: Darryl Ackermann

Infrastructures

Fitness de manière générale

	Critères	Détails	Remarques
Arrivée			
<input checked="" type="checkbox"/>	Transports publics	Bus / tram avec plancher bas à proximité	Arrêt de bus « Yverdon-les-Bains, 20 m. du Centre Thermal » et 75 m de l'arrêt « Yverdon-les-Bains, Les bains »
<input checked="" type="checkbox"/>	Places de parc	Place de parc pour personnes en fauteuil roulant 	Assez de places de parc pour personnes en fauteuil roulant devant le centre thermal, gratuit
Accès			
<input checked="" type="checkbox"/>	Système d'ouverture des portes	Système d'ouverture utilisable de manière autonome, lecteur de carte hauteur max de 1.1m	Porte automatique, lecteur de carte bien accessible
<input checked="" type="checkbox"/>	Passages sans marche, ni seuil	Largeur de porte min 0.8 m (paliers max 2.5 cm) avec rampe (max 12% d'inclinaison) ou ascenseur	RC : Sanitaires, physio et piscines 1 ^{ère} étage : Fitness, services médicaux 2 ^{ème} étage : Wellness Tous les étages sont accessibles par ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Entrée du fitness	<input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur	Entrée avec une porte coulissante électrique, réception vis-à-vis
Informations complémentaires			
<input type="checkbox"/>	Indications	Toutes les salles sont indiquées avec des pictogrammes	WC et vestiaires, pictogramme. Autres inscriptions sous forme de texte
<input checked="" type="checkbox"/>	Informations pour handicap visuel	<input checked="" type="checkbox"/> Marquages sur les surfaces vitrées <input type="checkbox"/> Chiens guides d'aveugles autorisés <input type="checkbox"/> Marquage des reliefs douches/vestiaires/WC	Chiens guides pas autorisés dans la zone de training
Des fauteuils roulants à prêter sont disponibles au rez-de-chaussée Grandeur: petit (env. 40 installations) Prestations supplémentaires : Wellness, cabinet médical, physio, beauté, massages			

Espaces d'entraînement & salles de cours

	Critères	Détails	Remarques
<input checked="" type="checkbox"/> Appareils d'endurance pour personnes en fauteuil			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Vélo à bras	<input checked="" type="checkbox"/> Siège mobile <input checked="" type="checkbox"/> Pédalage parallèle <input checked="" type="checkbox"/> Pédalage en arrière	Un appareil, bien accessible Entraînement possible en fauteuil roulant
<input type="checkbox"/>	Rameur adapté	Rameur avec siège adapté	Rameur avec siège mobile
<input checked="" type="checkbox"/>	Vélo	Pédales réglables	Un vélo avec des pédales réglables
Salle séparée avec des installations de training pour des personnes avec handicap			
<input checked="" type="checkbox"/> Appareils pour l'entraînement de la force			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Appareils de musculation	<input type="checkbox"/> Siège mobile <input checked="" type="checkbox"/> Accessibilité (assez d'espace autour les appareils) <input checked="" type="checkbox"/> Kinesis	Changement de poids bien accessible Hauteur du siège modifiable Quelque appareils d'entraînement accessible en fauteuil roulant
<input checked="" type="checkbox"/>	Appareils à poulies	Accessible à hauteur max 1.1m	Entraînement possible en fauteuil roulant
<input checked="" type="checkbox"/> Entraînement de la coordination			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Accès au petit matériel	Accessible à hauteur max 1.1m	Élastiques, matelas, poids, balles de gym, syboba,...
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX	Entraînement en suspension	Salle séparée au 1 ^{ère} étage
<input checked="" type="checkbox"/>	Espaliers		Salle séparée au 1 ^{ère} étage
<input checked="" type="checkbox"/>	Banc élevé	Pour le stretching et autres	
<input checked="" type="checkbox"/> Espace libre			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur
1 ^{ère} étage, quelques haltères, miroir, bancs, multipress			
<input checked="" type="checkbox"/> Salles de cours			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
RC, miroir			
Informations complémentaires			
<input checked="" type="checkbox"/>	Programmes d'entraînement	Rangés à une hauteur de max 1.1m	Sous forme de papier, avec des images pour les exercices
<input type="checkbox"/>	Système de carte à puce pour l'entraînement	Le programme d'entraînement est affiché automatiquement (poids, vitesse, répétitions)	

Sanitaires

	Critères	Détails	Remarques	Domaines
<input checked="" type="checkbox"/>	WC adaptés aux fauteuils roulants	Norme SIA: min. 1.80 x 1.65 m, largeur de porte min. 80 cm, barres d'appui des deux côtés, tablette accessible (pouvant laisser la place au fauteuil en dessous)		<p>Au RC et 1^{ère} étage</p> <p>WC conformes aux normes SIA</p>
<input type="checkbox"/>	WC pour personnes à mobilité réduite	Pas décrit dans la Norme SIA, mais accessible sans marche, longueur si possible 1.70 m, largeur de porte min. 70 cm		
<input checked="" type="checkbox"/>	Douche adaptée au fauteuil roulant combinée avec un WC	Norme SIA: min. 1.80 x 1.65 m, largeur de porte min. 80 cm, barres d'appui des deux côtés, tablette accessible (pouvant laisser la place au fauteuil en dessous), siège rabattable et pomme de douche réglable		<p>Au RC</p> <p>2.30 x 1.55 m</p> <p>Avec une chaise de douche</p>
<input type="checkbox"/>	Douches adaptées au fauteuil roulant dans des douches collectives	Norme SIA: accès sans marche, siège rabattable et barres d'appui dans un angle, de préférence proche de l'entrée, pomme de douche coulissante. <input type="checkbox"/> Siège rabattable <input type="checkbox"/> Chaise de douche		
<input checked="" type="checkbox"/>	Vestiaires	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche <input checked="" type="checkbox"/> Armoires accessibles <input checked="" type="checkbox"/> Banc (largeur: 60 cm, longueur: 180 cm, hauteur: 46 cm)	<p>Au RC</p> <p>Vestiaire séparé pour les personnes avec handicap, juste à côté de la douche/WC adaptée au fauteuil roulant</p> <p>Banc électrique réglable en hauteur</p> <p>Élévateur disponible</p>	

Espace wellness

	Critères	Détails	Remarques
			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Sauna	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche <input checked="" type="checkbox"/> Place assise à côté de la porte	Largeur de la porte 80cm, 2 saunas mixtes au 2 ^{ème} étage
<input checked="" type="checkbox"/>	Hammam	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche <input checked="" type="checkbox"/> Place assise à côté de la porte	Largeur de la porte 80cm, au 2 ^{ème} étage
<input checked="" type="checkbox"/>	Bassin	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche <input checked="" type="checkbox"/> Élévateur <input checked="" type="checkbox"/> Bord du bassin sur élevé	Les bassins intérieurs disposent d'un élévateur Pour les bassins extérieurs, l'aide du personnel est nécessaire
<input type="checkbox"/>	Solarium	<input type="checkbox"/> Accès sans marche	
<input checked="" type="checkbox"/>	Salle de repos	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche	Au 2 ^{ème} étage
Informations complémentaires			
<input checked="" type="checkbox"/>	Accès	<input checked="" type="checkbox"/> Autorisé avec fauteuil roulant personnel <input type="checkbox"/> Fauteuil roulant pour douche à disposition	

Prestation pour TOUS

Affiliation

	Critères	Détails	Remarques
<input checked="" type="checkbox"/>	Label de qualité	<input checked="" type="checkbox"/> Fitness Guide <input type="checkbox"/> Qualitop <input checked="" type="checkbox"/> Contribution des caisses maladies	Fitness Guide, 4 étoiles
<input checked="" type="checkbox"/>	Tarifs	<input checked="" type="checkbox"/> Rabais AI <input checked="" type="checkbox"/> Tarifs adaptés <input type="checkbox"/> Soutien pour la recherche d'aides financières	Rabais AI 10% 1130.- à la place de 1250.- pour l'abonnement annuel Paiement en plusieurs fois possible
<input checked="" type="checkbox"/>	Des personnes avec handicap s'entraînent dans notre fitness	<input checked="" type="checkbox"/> Handicap mental <input checked="" type="checkbox"/> Handicap physique <input type="checkbox"/> Handicap sensoriel <input type="checkbox"/> Handicap psychique	Visiteurs avec trisomie 21 aux bains Plusieurs visiteurs en fauteuil roulant
Informations complémentaires			

Coaching

	Critères	Détails	Remarques
Accompagnement / conseil			
<input checked="" type="checkbox"/>	Les personnes avec handicap sont les bienvenues	Les personnes avec handicap mental, physique, psychique ou sensoriel sont les bienvenues dans notre fitness	
<input checked="" type="checkbox"/>	Accompagnement	Du personnel qualifié est toujours présent pendant les heures d'ouverture	
<input checked="" type="checkbox"/>	Personnel	<input checked="" type="checkbox"/> Instructeur fitness <input type="checkbox"/> CFC (apprentis) <input checked="" type="checkbox"/> Physiothérapeute <input checked="" type="checkbox"/> Expérience avec des personnes avec handicap	Ostéopathe, médecins
Entraînement			
<input checked="" type="checkbox"/>	Séance d'introduction/ programme d'entraînement	Inclus dans l'abonnement	Séance d'accueil avec tests et création d'un programme de training Tous les mois contrôle de training
<input checked="" type="checkbox"/>	Check up de santé	<input checked="" type="checkbox"/> Attestation par écrite du client / formulaire santé <input checked="" type="checkbox"/> Mesures <input checked="" type="checkbox"/> Certificat médical	VO2max, bilan corporel, autres mesures
<input checked="" type="checkbox"/>	Coaching pendant l'entraînement	<input type="checkbox"/> Personal Trainer <input checked="" type="checkbox"/> MTT (thérapie médic. d'entraînement) <input checked="" type="checkbox"/> Accompagnateur gratuit	
Cours			
<input checked="" type="checkbox"/>	Cours ouvert à tous	<input type="checkbox"/> Inclus dans l'abonnement <input type="checkbox"/> Cours spécifiques pour personnes avec handicap	Disponible moyennant un supplément
Nutrition			
<input type="checkbox"/>	Conseil en nutrition	<input type="checkbox"/> Expérience avec des personnes avec handicap	
Informations complémentaires			