


«gofit – Fitness barrierefrei»

well come Fit ZHU AG
 Feldstrasse 72
 8180 Bülach
 043 444 04 04
 info@wellcomefit.ch
 www.wellcomefit.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 „Bülach, Einkaufszentrum Süd“ in 140 m Entfernung
<input checked="" type="checkbox"/>	Parkplatz	Rollstuhlparkplatz vorhanden 	Einkaufszentrum Süd in der Nähe (ca. 160 m), da hat es Migros und davor Rollstuhlparkplatz, ausserdem 3 Rollstuhlparkplätze direkt neben Fitnesscenter, die gehören jedoch einer Institution für Menschen mit Handicap (evt. auf Anfrage möglich)
<input checked="" type="checkbox"/>	Türöffnungssystem	selbständig passierbare Tür, Chipkartenleser auf max. 1.1 m	Im EG Türe nach aussen zu öffnen (etwas schwer) + 5.5 cm hoher Absatz , im 5. OG bediente Rezeption (Lift gibt es dahin), Empfehlung für Menschen mit Rollstuhl: anfragen, ob jemand vom Personal helfen könnte bei Haupteingang oder ob es anderen Weg ohne Absatz gibt
<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	*fast überall stufen- und schwellenlos, ausser zu Dampfbad im 6. OG (25 cm hohe Stufe) und zu Kinderhort im 4. OG (3 cm hoher Absatz)
<input checked="" type="checkbox"/>	Fitness Eingang	<input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift	Lift ins 5. OG (Rezeption + grosse Trainingsfläche), für das 6. OG oder 4. OG muss man Treppen nehmen oder Lift (Lift muss von Personal bedient werden)
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Beschriftung	Alle Räume sind mit Piktogrammen beschriftet	Nur Toiletten und Garderoben mit Frau/Mann-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	

Grösse: mittel, ca. 85 Geräte
 Zusätzliche Dienstleistungen: Kinderhort, Wellness
 Relativ ruhige Musik, entspannte Atmosphäre im Studio

Trainingsfläche & Kursraum

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input checked="" type="checkbox"/> Ausdauergeräte für Rollstuhlfahrende			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input checked="" type="checkbox"/> Treppen
<input checked="" type="checkbox"/>	Kranking / Handkurbel	<input type="checkbox"/> mobiler Sitz <input checked="" type="checkbox"/> parallel fahrbar <input type="checkbox"/> rückwärts fahrbar	1 Stück im 5. OG bei Freihantelbereich, viel Platz hinter Gerät und rechts davon, Sitz entfernbar 1 Stück im 6. OG, viel Platz rechts von Gerät, Sitz entfernbar, Bei beiden Handkurbeln ist Training im Rollstuhl grundsätzlich möglich.
<input type="checkbox"/>	Adaptive Rowing	Rudergerät mit fixiertem Sitz	
<input type="checkbox"/>	Fahrrad	Mit verstellbaren Pedalen	4 Liegevelos mit fixierten Pedalen + ohne Mittelkonsole
Ausdauergeräte mit taktil erfassbaren Tasten; viele verfügbar, die meisten Geräte ohne Touchscreen			
<input checked="" type="checkbox"/> Gerätegestütztes Krafttraining			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input checked="" type="checkbox"/> Treppen
<input checked="" type="checkbox"/>	Kraftgeräte	<input type="checkbox"/> mobile Sitze <input type="checkbox"/> Zugänglichkeit (genügend Platz rund um die Geräte) <input type="checkbox"/> Kinesis	Alle Geräte mit Steckgewichten, Gewichtseinstellung bei einigen Geräten etwas schwierig zu erreichen (Gewichtsplatten 10-70 cm ab Boden), Sitze höhenverstellbar, Training bei einigen „freemotion“-Geräten direkt im Rollstuhl möglich (Sitze bei manchen Geräten nach unten oder oben klappbar; man benutzt bei „freemotion“-Geräten nur Kabelzüge -> mancherorts sind diese hoch oben)
<input checked="" type="checkbox"/>	Kabelzug	Erreichbar auf max. 1.1 m	3 Stück, Training direkt im Rollstuhl möglich, zusätzliche Griffe in der Nähe des Geräts
Übersichtliche Anordnung der Geräte			
<input checked="" type="checkbox"/> Koordinationsbereich			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input checked="" type="checkbox"/> Treppen
<input checked="" type="checkbox"/>	Zugang zu Kleinmaterial	Max. 1.1 m hoch platziert	Matten, Koordinationskissen, Gewichte, Gymbälle, Bänder, Medizinbälle, blackroll, pilates-Ring
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX	Schlingentraining	3 Stück, einfacher Zugang
<input checked="" type="checkbox"/>	Sprossenwand		1 Stück, einfacher Zugang (vielleicht liegt 1 cm dicke Matte davor)
<input type="checkbox"/>	Erhöhte Bank/ Liege	Für Stretching und anderes	Aerobic Stepper
<input checked="" type="checkbox"/> Freihantelbereich (5. OG)			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input checked="" type="checkbox"/> Treppen
Einfacher Zugang, verfügbare Geräte: Hanteln, Langhanteln (nur von 1 Seite einfach wegzunehmen), Multipress (geführt + nicht geführt), Spiegel, Trainingsbänke			

<input checked="" type="checkbox"/> Kursraum (4. OG)		Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input checked="" type="checkbox"/> Treppen	
Zugang: Treppen <i>oder</i> Personal muss Lift öffnen, im 4. OG kommt öffnet sich Lift-Türe im Kinderhort, 3 cm hoher Absatz bei Türe vom Kinderhort überqueren, damit man zu Kursräumen kommt (Eine Person sollte vielleicht über den Absatz helfen.)			
Zusatzinformationen			
<input checked="" type="checkbox"/>	Trainingspläne	Auf max. 1.1 m.	Papierform und elektronisch (App)
<input type="checkbox"/>	Chipkartensystem	Trainingseinstellungen werden automatisch gemessen und angezeigt (Gewicht, Geschwindigkeit und Wiederholungen).	
Man benutzt Check-In-Armband.			

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 im 4. OG: <ul style="list-style-type: none"> • 77 cm breite Türe • 450 cm tiefer Raum • keine Haltegriffe Detailinfo WC bei Garderobe im 6. OG: <ul style="list-style-type: none"> • 77 cm breite Türe • 150 cm tiefer Raum • keine Haltegriffe
<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"/>	Rollstuhl-gerechte Duschkoje / Duschplatz	SIA Norm: stufenloser Zugang, vorzugsweise in Raumecke beim Eingang, höhenverstellbare Brause. <input type="checkbox"/> Klappsitz <input type="checkbox"/> Duschstuhl		Detailinfo Duschen in Garderoben: <ul style="list-style-type: none"> • Türbreite zu Duschaum: 80 cm • Keine höhenverstellbare Brause • keine Haltegriffe • stufenloser Zugang Detailinfo Dusche im Wellnessbereich: <ul style="list-style-type: none"> • 78 cm breiter Durchgang • Duschschauch und Duschkopf auf 90 cm • Keine Haltegriffe • stufenloser Zugang
<input checked="" type="checkbox"/>	Garderobe	<input checked="" type="checkbox"/> stufenloser Zugang <input checked="" type="checkbox"/> erreichbare Garderobenschränke <input type="checkbox"/> grosse Sitzbänke (B: 60 cm, L: 180 cm, H: 46 cm)	Höhe des Spiegels: 120 cm, unterfahrbares Waschbecken (auf 90 cm Höhe, 40 cm nach hinten zu Wasserhahn), mehrere Hocker mit folgenden Massen: (B: 81 cm, L: 81 cm, H: 37 cm) und (B: 81 cm, L: 81 cm, H: 56 cm), taktil benutzbares Schliessfachsystem bei Garderobe	

Wellnessbereich

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Stockwerk:			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input checked="" type="checkbox"/> Treppen
<input checked="" type="checkbox"/>	Sauna	<input checked="" type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	1 Stück, keine Haltegriffe, Türbreite: 63 cm, geschlechtergemischt, ausser donnerstags Frauen + montags Männer
<input checked="" type="checkbox"/>	Dampfbad	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	1 Stück, keine Haltegriffe, Türbreite: 63 cm, geschlechtergemischt, ausser donnerstags Frauen + montags Männer
<input type="checkbox"/>	Wasserbecken	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Badelift <input type="checkbox"/> erhöhter Beckenrand	
<input checked="" type="checkbox"/>	Solarium	<input checked="" type="checkbox"/> Zugang stufenlos	2 Stück, Türbreite: 90 cm, keine Haltegriffe, Höhe der Sonnenliege: 63 cm
<input checked="" type="checkbox"/>	Ruheraum	<input checked="" type="checkbox"/> Zugang stufenlos	15 Liegen, Höhe: ca. 49 cm
Zusatzinformationen			

<input checked="" type="checkbox"/>	Rollstuhl	<input checked="" type="checkbox"/> eigener Rollstuhl erlaubt <input type="checkbox"/> Duschrollstuhl steht zur Verfügung	
Fussbecken, Massage (Liege ist höhenverstellbar), Wellnessbereich ist nur während betreuten Zeiten geöffnet, Dusche im Wellnessbereich: 78 cm breiter Durchgang, Duschschauch und Duschkopf auf 90 cm			

Dienstleitungen für ALLE

Mitgliedschaft

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input checked="" type="checkbox"/>	Qualitäts-label	<input checked="" type="checkbox"/> Fitness Guide <input checked="" 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 type="checkbox"/> individuelle Abolösungen <input type="checkbox"/> Hilfe bei Suche nach Unterstützungsbeiträgen	Jahresabo (Fitness und Gruppenkurse kombiniert): CHF 690.- plus CHF 99.- Einschreibgebühr Partnerschaften mit anderen well come fit-Studios und mit qualifit-Zentren (mit CHF 50.- Aufpreis in allen qualifit-Zentren trainieren), Ratenzahlung möglich, Unterbruch des Abos bei Krankheit (mit ärztlichem Zeugnis), übertragbares Abo für Gruppen evt. nach Absprache möglich
<input checked="" type="checkbox"/>	Kunden mit Handicap trainieren bereits im Fitnesscenter	<input type="checkbox"/> mit geistiger Behinderung <input checked="" type="checkbox"/> mit Körperbehinderung <input type="checkbox"/> mit Sinnesbehinderung <input type="checkbox"/> mit psychischer Behinderung	Person mit Multiple Sklerose
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	Mind. 1 qualifizierte_r Mitarbeiter_in während betreuten Zeiten anwesend, oft 2-3 qualifizierte Mitarbeitende, betreute Zeiten: 8:00-22:00, täglich 24 h offen

<input checked="" type="checkbox"/>	Mitarbeiter	<input checked="" type="checkbox"/> Fitnessinstruktoren <input checked="" type="checkbox"/> EFZ (Lehrlinge) <input type="checkbox"/> Physiotherapeuten <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	+ Masseur + Fitnessökonom
Training			
<input checked="" type="checkbox"/>	Einführung/ Trainings- planung	Im Abo enthalten	Alle 3 Monate weitere Trainingskontrolle
<input checked="" type="checkbox"/>	Gesundheits- check	<input checked="" type="checkbox"/> Selbsterklärung/ Gesundheitsblatt <input checked="" type="checkbox"/> Messungen <input type="checkbox"/> Arztzeugnis	Messungen mit Aufpreis: Laktat, Körperanalyse (Waage), medizinischer Gesundheitstest, FMS (functional movement screening)
<input checked="" type="checkbox"/>	Trainings- begleitung	<input checked="" type="checkbox"/> Personal Trainer <input type="checkbox"/> Medizinische Trainingstherapie <input checked="" type="checkbox"/> gratis Begleitperson	Personal Training kostet Aufpreis
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	Kurse sind nur bei einem Abo inbegriffen. Gruppenkurs für Organisationen möglich
Ernährungsberatung			
<input checked="" type="checkbox"/>	Ernährungs- beratung	<input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	intern
Zusatzinformationen			