

«gofit – Fitness barrierefrei»

dr. rickli Premium Training


Ottenbachstrasse 23
8912 Obfelden
043 530 30 30
info@reuss-fit.ch
www.reuss-fit.ch

Erhebungsdatum: 11.09.2017

Evaluierende Person: Darryl Ackermann

Infrastruktur

Fitnesscenter allgemein

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Anreise			
<input checked="" type="checkbox"/>	Öffentlicher Verkehr	Niederflur Tram/Bus-Haltestelle in der Nähe	Bushaltestelle „Obfelden, Bickwil“ 500m entfernt
<input checked="" type="checkbox"/>	Parkplatz	Rollstuhlparkplatz vorhanden 	Vor reuss-center oder rechts neben Gebäude, gratis
<input type="checkbox"/>	Türöffnungssystem	selbständig passierbare Tür, Chipkartenleser auf max. 1.1 m	
<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	1. OG: Fitnessbereich (erhöhte Fläche, 9cm) 1. OG+: Empfang, Sanitäranlagen, Wellness 2. OG: Fitness 3. OG: Kursraum
<input checked="" type="checkbox"/>	Fitness Eingang	<input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift	Eingangstür auf rechten Seite des Gebäudes öffnet sich gegen aussen, Lift in 1. OG+
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Beschriftung	Alle Räume sind mit Piktogrammen beschriftet	WCs und Garderoben, ansonsten Textbeschriftung
<input checked="" type="checkbox"/>	Infos für Sehbehinderte	<input type="checkbox"/> Glasmarkierungen <input checked="" type="checkbox"/> Blindenhund erlaubt <input type="checkbox"/> Reliefbeschriftung Dusche/Garderobe/WC	Glasflächen nicht markiert Blindenhunde auf der Trainingsfläche nicht erlaubt
<p>Grösse: mittel (ca. 90 Stationen) zusätzliche Dienstleistungen: Kinderhort (im UG), Einkaufszentrum reuss-center</p>			

Trainingsfläche & Kursraum

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input type="checkbox"/> Ausdauergeräte für Rollstuhlfahrende			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
<input type="checkbox"/>	Kranking / Handkurbel	<input type="checkbox"/> mobiler Sitz <input type="checkbox"/> parallel fahrbar <input type="checkbox"/> rückwärts fahrbar	
<input type="checkbox"/>	Adaptive Rowing	Rudergerät mit fixiertem Sitz	Rudergerät mit mobilem Sitz
<input type="checkbox"/>	Fahrrad	Mit verstellbaren Pedalen	Sitz- und Liegevelos (Pedale fix)
<input checked="" type="checkbox"/> Gerätegestütztes Krafttraining			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" 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 type="checkbox"/> Kinesis	1. & 2. OG Sitze höhenverstellbar, Steckgewichte Viel Platz um die Geräte
<input checked="" type="checkbox"/>	Kabelzug	Erreichbar auf max. 1.1 m	Training direkt im Rollstuhl möglich
Itensic Rumpfstabilisation			
<input checked="" type="checkbox"/> Koordinationsbereich			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
<input checked="" type="checkbox"/>	Zugang zu Kleinmaterial	Max. 1.1 m hoch platziert	Matten, Koordinationskissen, Gewichte, Gymbälle, Bänder, Bälle, Sypoba
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX	Schlingentraining	2. OG
<input checked="" type="checkbox"/>	Sprossenwand		1. OG
<input checked="" type="checkbox"/>	Erhöhte Bank/ Liege	Für Stretching und anderes	
five Rücken- und Gelenkzentrum (1. OG)			
<input checked="" type="checkbox"/> Freihantelbereich			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
Kurz- & Langhanteln, Multipress, Spiegel, Trainingsbänke			
<input checked="" type="checkbox"/> Kursraum			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
Spiegel bodentief, wunderbares Panorama			
Zusatzinformationen			
<input checked="" type="checkbox"/>	Trainingspläne	Auf max. 1.1 m.	
<input checked="" type="checkbox"/>	Chipkartensystem	Trainingseinstellungen werden automatisch gemessen und angezeigt (Gewicht, Geschwindigkeit und Wiederholungen).	Milon-Zirkel Isokinetische Kraftgeräte Sitze und Gewichte werden automatisch eingestellt, Wiederholungen vorgegeben und angezeigt

Milou-Geräte auf erhöhter Fläche von 9cm

Sanitäranlagen

Bereich	Kriterium	Details	Bild	Bemerkungen
<input checked="" type="checkbox"/>	Rollstuhl-gerechtes WC	SIA Norm: min. 1.80 x 1.65 m, Türbreite min. 80 cm, beidseitige Haltegriffe, unterfahrbares Waschbecken.		1. OG+ Raum 200 x 165 cm Türbreite 80 cm
<input type="checkbox"/>	Bedingt rollstuhl-gerechtes WC	Nicht nach SIA Norm, aber stufenloser Zugang, Raumtiefe möglichst 1.70 m, Türbreite min. 70 cm.		
<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 Duschoje / Duschkopf	SIA Norm: stufenloser Zugang, vorzugsweise in Raumecke beim Eingang, höhenverstellbare Brause. <input type="checkbox"/> Klappsitz <input type="checkbox"/> Duschstuhl		1. OG+ Absatz à 17cm bei Duscheingang (Damen) Duschraum geräumig Keine Haltegriffe Brause höhenverstellbar Kein Klappsitz/Duschstuhl

<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)	1. OG+ Bänke: 42 x 100 x 46cm
-------------------------------------	-----------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------

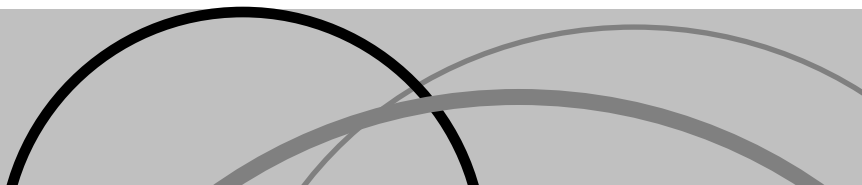
Wellnessbereich

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Stockwerk:			Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
<input checked="" type="checkbox"/>	Sauna	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input checked="" type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	Schwelle à 9cm, Türbreite 61cm gemischt
<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 type="checkbox"/> Zugang stufenlos	Liegenhöhe 30cm, auf Terrasse
Zusatzinformationen			
<input checked="" type="checkbox"/>	Rollstuhl	<input checked="" type="checkbox"/> eigener Rollstuhl erlaubt <input type="checkbox"/> Duschrollstuhl steht zur Verfügung	
1. OG+: Einrichtungen auf Terrasse (Absatz von 16cm), Fussbad ebenfalls auf Terrasse			

Dienstleitungen für ALLE

Mitgliedschaft

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input checked="" type="checkbox"/>	Qualitäts-label	<input checked="" type="checkbox"/> Fitness Guide <input type="checkbox"/> Qualitop <input checked="" type="checkbox"/> Krankenkasse zahlt in der Regel einen Beitrag	Fitness Guide, 4 Sterne
<input checked="" type="checkbox"/>	Preis	<input checked="" type="checkbox"/> IV-Vergünstigung <input checked="" type="checkbox"/> individuelle Abo-Lösungen <input type="checkbox"/> Hilfe bei Suche nach Unterstützungsbeiträgen	IV-Vergünstigung: CHF 980.- statt CHF 1'210.- für Jahresabo Offen für individuelle Lösungen
<input checked="" type="checkbox"/>	Kunden mit Handicap trainieren bereits im Fitnesscenter	<input type="checkbox"/> mit geistiger Behinderung <input checked="" type="checkbox"/> mit Körperbehinderung <input checked="" type="checkbox"/> mit Sinnesbehinderung	Blinde Besucherin



		<input type="checkbox"/> mit psychischer Behinderung	
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 checked="" type="checkbox"/>	Betreuung	Die Trainingsfläche ist während der Öffnungszeiten immer von qualifizierten Mitarbeitern betreut	
<input checked="" type="checkbox"/>	Mitarbeiter	<input checked="" type="checkbox"/> Fitnessinstruktoren <input type="checkbox"/> EFZ (Lehrlinge) <input type="checkbox"/> Physiotherapeuten <input checked="" type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	
Training			
<input checked="" type="checkbox"/>	Einführung/ Trainingsplanung	Im Abo enthalten	Probetraining mit Gesundheitscheck, Trainingskontrolle alle 3 Monate
<input checked="" type="checkbox"/>	Gesundheitscheck	<input checked="" type="checkbox"/> Selbsterklärung/ Gesundheitsblatt <input checked="" type="checkbox"/> Messungen <input checked="" type="checkbox"/> Arztzeugnis	X-Contact-Körperanalyse
<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	
Ernährungsberatung			
<input checked="" type="checkbox"/>	Ernährungsberatung	<input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	Externe Ernährungsberaterin
Zusatzinformationen			

