

«gofit – Fitness barrierefrei»

SALVEO Fitness-Studio GmbH
 Riedstrasse 8
 4222 Zwingen
 079 257 83 18
 info@salveo-fitness.ch
 www.salveo-fitness.ch

Erhebungsdatum: 22.08.2019
 Evaluierende Person: Adrian Mettler

Infrastruktur

Fitnesscenter allgemein

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Anreise			
<input checked="" type="checkbox"/>	Öffentlicher Verkehr	Niederflur Tram/Bus-Haltestelle in der Nähe	Haltestelle „Dittingen, Industriezone Ried“ in 480 m Entfernung
<input type="checkbox"/>	Parkplatz*	Rollstuhlparkplatz vorhanden 	*kein ausgeschilderter Rollstuhlparkplatz, vielleicht ist trotzdem ein geeignet Parkplatz verfügbar: „SALVEO“-Parkplätze können den ganzen Tag lang benutzt werden, zusätzlich können ab 18:00 auch alle anderen Parkplätze im Areal benutzt werden
<input type="checkbox"/>	Türöffnungssystem	selbständig passierbare Tür, Chipkartenleser auf max. 1.1 m	Treppen bis ins 2. OG, Türöffnung nach innen im 2. OG, keine automatische Türen, Rezeption ist oft bedient ODER: Warenlift auf anderer Seite des Gebäudes (vorher anrufen, damit Personal öffnen kann)
<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, keine Stufen und Absätze, ausser 3 cm hoher Absatz bei Türe, die zu Warenlift geht
<input checked="" type="checkbox"/>	Fitness Eingang	<input type="checkbox"/> ebenerdig <input checked="" type="checkbox"/> Treppen <input checked="" type="checkbox"/> Lift	Eingang mit Rollstuhl nicht selbständig passierbar: Treppen oder Warenlift ins 2. OG, dann durch Hintertüre (3 cm Absatz) zum Trainingsraum (Personal muss Warenlift und Hintertüre mit Schlüssel öffnen, darum vorher anrufen)
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	*zu Stosszeiten (ab 18:00) ist es mit Blindenhund evt. nicht angenehm

Grösse: klein, ca. 30-50 Geräte
 zusätzliche Dienstleistungen: Physio (extern)
 eher laute Musik, freundliches Personal

Trainingsfläche & Kursraum

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input checked="" type="checkbox"/> Ausdauergeräte für Rollstuhlfahrende			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 <input type="checkbox"/> parallel fahrbar <input type="checkbox"/> rückwärts fahrbar	
<input type="checkbox"/>	Adaptive Rowing	Rudergerät mit fixiertem Sitz	Rudergerät ohne fixierbaren Sitz
<input type="checkbox"/>	Fahrrad	Mit verstellbaren Pedalen	Einige Fahrräder (alle mit mindestens 40 cm hoher Mittelkonsole)
Ausdauergeräte mit taktil erfassbaren Tasten: Fahrräder, Cross-Trainer, Laufband, Rudergerät			
<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 type="checkbox"/> Zugänglichkeit* (genügend Platz rund um die Geräte) <input type="checkbox"/> Kinesis	Geräte mit Steckgewichten, Gewichtseinstellung bei einigen Geräten im Rollstuhl schwierig zu erreichen (auf ca. 20-100 cm Höhe, mancherorts hinter Sitz), Sitze höhenverstellbar (bei meisten Geräten), Training nicht direkt im Rollstuhl möglich *genügend Platz um einige Kraftgeräte
<input type="checkbox"/>	Kabelzug	Erreichbar auf max. 1.1 m	
<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	Matten, Gewichte, Gymbälle, Bälle, Sypoba, blackroll, Springseile; ein Gerät ist vor Kleinmaterial (schwierig zugänglich im Rollstuhl), Koordinationskissen und Bänder höher als 1.1 m positioniert
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX	Schlingentraining	Ca. 8 Stück; einfacher Zugang; befinden sich im Saal 2
<input type="checkbox"/>	Sprossenwand		
<input type="checkbox"/>	Erhöhte Bank/ Liege	Für Stretching und anderes	Aerobic Stepper (theoretisch für Hanteltraining eingesetzt, eventuell auch für Stretching benutzbar)
Vibrationsplatte (nur unter Anleitung)			
<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 (Trainingsbänke vielleicht im Weg zu Hanteln und müssten verschoben werden), Hanteln, Langhanteln, Multipress (geführt), Spiegel, Trainingsbänke			

<input checked="" type="checkbox"/> Kursraum		Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen	
Saal 1: Türbreite genug breit, jedoch Spinning-Fahrrad im Weg (wegen Fahrrad nur 66 cm breiter Durchgang), Saal 2: einfacher Zugang, TRX-Bänder, Spiegel ab 30 cm vom Boden			
Zusatzinformationen			
<input checked="" type="checkbox"/>	Trainingspläne	Auf max. 1.1 m.	Papierform
<input type="checkbox"/>	Chipkartensystem	Trainingseinstellungen werden automatisch gemessen und angezeigt (Gewicht, Geschwindigkeit und Wiederholungen).	

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 in Garderobe): <ul style="list-style-type: none"> • Durchgang zu WC nur 58 cm breit • Türbreite: 80 cm • Raumtiefe: 220 cm • 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 / Duschkabine	SIA Norm: stufenloser Zugang, vorzugsweise in Raumecke beim Eingang, höhenverstellbare Brause. <input type="checkbox"/> Klappsitz <input type="checkbox"/> Duschkabine		Detailinfo: <ul style="list-style-type: none"> • Türbreite: 80 cm (Vorhang auf Seite schieben) • keine Höhenverstellbare Brause, jedoch mit Duschschauch (relativ tief positioniert) • keine Haltegriffe
<input checked="" type="checkbox"/>	Garderobe	<input checked="" type="checkbox"/> stufenloser Zugang <input type="checkbox"/> erreichbare Garderobenschränke <input type="checkbox"/> grosse Sitzbänke (B: 60 cm, L: 180 cm, H: 46 cm)	unterfahrbares Waschbecken, Sitzbänke (B: 40 cm, L: 400 cm, H: 37 cm)	

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 type="checkbox"/>	Sauna	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	
<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 type="checkbox"/>	Ruheraum	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos	
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Rollstuhl	<input type="checkbox"/> eigener Rollstuhl erlaubt <input type="checkbox"/> Duschkabine steht zur Verfügung	

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	
<input checked="" type="checkbox"/>	Preis	<input type="checkbox"/> IV-Vergünstigung* <input type="checkbox"/> individuelle Abo-Lösungen <input type="checkbox"/> Hilfe bei Suche nach Unterstützungsbeiträgen	<u>*auf Anfrage</u> , Es gibt bereits Vergünstigungen für Jugendliche und Personen im Pensionsalter. Verschiedene Abos: 3er-Karte, 1-Monatsabo, 5-Monatsabo, Jahres-Abo etc. Wenn man 1-Monatsabo löst und auf 5 Monate verlängert, kostet es gleich viel, wie wenn man 5-Monatsabo zu Beginn gekauft hätte. Partnerschaft mit GYMHOPPER (Damit kann man in anderen Studios trainieren + es gibt App dazu.) Ratenzahlung möglich keine automatische Verlängerung
<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 checked="" type="checkbox"/> mit psychischer Behinderung	Herr mit Beinprothese, viele betagte Menschen, evt. einige Personen mit psychischen Beeinträchtigungen
Zusatzinformationen			
Firmen trainieren bereits im Fitnesszentrum.			

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	meistens 1 qualifizierte Person, genaue Betreuungszeiten siehe Webseite
<input checked="" type="checkbox"/>	Mitarbeiter	<input checked="" type="checkbox"/> Fitnessinstruktoren <input type="checkbox"/> EFZ (Lehrlinge) <input checked="" type="checkbox"/> <u>Physiotherapeuten*</u> <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	<u>*externe Physiotherapeutin</u>
Training			
<input checked="" type="checkbox"/>	Einführung/ Trainings-	Im Abo enthalten	ca. alle 6 Wochen weitere Trainingskontrolle, mit der Zeit schreiben Kund_innen selbst neue Trainingspläne



	planung		
<input checked="" type="checkbox"/>	Gesundheitscheck	<input checked="" type="checkbox"/> Selbsterklärung/ Gesundheitsblatt <input type="checkbox"/> Messungen <input type="checkbox"/> Arztzeugnis	
<input checked="" type="checkbox"/>	Trainingsbegleitung	<input type="checkbox"/> Personal Trainer <input checked="" type="checkbox"/> Medizinische Trainingstherapie <input checked="" type="checkbox"/> gratis Begleitperson	MTT durch externe Physiotherapeutin, mit Aufpreis (RisiFit)
Kurse			
<input checked="" type="checkbox"/>	Kurse sind offen für alle	<input type="checkbox"/> im Abo enthalten <input type="checkbox"/> spezifische Kurse für Menschen mit Handicap	ca. 17 Kurse pro Woche
Ernährungsberatung			
<input type="checkbox"/>	Ernährungsberatung	<input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	
Zusatzinformationen			