

# «gofit – Fitness sans obstacle»

## BodyBrain


Rue du Collège 2  
1800 Vevey  
021 922 45 45  
info@bodybrain.ch  
www.bodybrain.ch

Date de l'intervention: 13.10.2017

Nom de l'intervenant: Darryl Ackermann

## Infrastructures

### Fitness de manière générale

	Critères	Détails	Remarques
<b>Arrivée</b>			
<input checked="" type="checkbox"/>	Transports publics	Bus / tram avec plancher bas à proximité	50 m. de l'arrêt de bus « Vevey, Clara Haskil »
<input checked="" type="checkbox"/>	Places de parc	Place de parc pour personnes en fauteuil roulant 	Parcomètre collectif devant le fitness
<b>Accès</b>			
<input type="checkbox"/>	Système d'ouverture des portes	Système d'ouverture utilisable de manière autonome, lecteur de carte hauteur max de 1.1m	
<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	Fitness au rez-de-chaussée Vestiaires et sanitaires au première étage (uniquement accessible par escaliers)
<input checked="" type="checkbox"/>	Entrée du fitness	<input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur	Porte s'ouvre contre l'intérieur
<b>Informations complémentaires</b>			
<input type="checkbox"/>	Indications	Toutes les salles sont indiquées avec des pictogrammes	Indications sous forme de texte
<input checked="" type="checkbox"/>	Informations pour déficience visuelle	<input type="checkbox"/> Marquages sur les surfaces vitrées <input checked="" type="checkbox"/> Chiens guides d'aveugles autorisés <input type="checkbox"/> Marquage des reliefs douches/vestiaires/WC	Pas de grandes surfaces vitrées
<p>Uniquement pour des personnes âgées de plus de 50 ans            Grandeur: petit (11 installations)            Prestations complémentaires : -</p>			

## Espaces d'entraînement & salles de cours

	Critères	Détails	Remarques
<input checked="" type="checkbox"/> <b>Appareils d'endurance pour personnes en fauteuil</b>			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input 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	Manettes réglables Siège tournable
<input type="checkbox"/>	Rameur adapté	Rameur avec siège adapté	
<input type="checkbox"/>	Vélo	Pédales réglables	
Stepper à position assise			
<input checked="" type="checkbox"/> <b>Appareils pour l'entraînement de la force</b>			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Appareils de musculation	<input type="checkbox"/> Siège mobile <input checked="" type="checkbox"/> Accessibilité (assez d'espace autour des appareils) <input type="checkbox"/> Kinesis	Appareils isocinétiques de HUR
<input type="checkbox"/>	Appareils à poulies	Accessible à hauteur max 1.1m	
<input checked="" type="checkbox"/> <b>Entraînement de la coordination</b>			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Accès au petit matériel	Accessible à hauteur max 1.1m	
<input type="checkbox"/>	TRX	Entraînement en suspension	
<input checked="" type="checkbox"/>	Espaliers		
<input type="checkbox"/>	Banc élevé	Pour le stretching et autres	
2 appareils de training cognitif-moteur digitale			
<input type="checkbox"/> <b>Espace libre</b>			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input type="checkbox"/> <b>Salles de cours</b>			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<b>Informations complémentaires</b>			
<input checked="" type="checkbox"/>	Programme d'entraînement	Rangés à une hauteur max 1.1m	Digitale ; au système des appareils de HUR
<input checked="" type="checkbox"/>	Système de carte à puce pour l'entraînement	Le programme d'entraînement est affiché automatiquement (poids, vitesse, répétitions)	Appareils isocinétiques de HUR Poids, vitesse et répétitions sont enregistrés sur la carte et réglés automatiquement après scannage

## Sanitaires

	Critères	Détails	Remarques	Domaines
<input 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)		
<input checked="" 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		<p>Au première étage (accessible par escaliers)</p> <p>210 x 95cm</p> <p>Pas de barres d'appui</p>
<input 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		
<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		<p>Au première étage (accessible par escaliers)</p> <p>Cabines 100 x 100cm</p> <p>Largeur de porte 60cm</p> <p>Pomme de douche réglable</p> <p>Pas des barres d'appui</p> <p>Pas de siège rabattable/chaise de douche</p>
<input checked="" type="checkbox"/>	Vestiaires	<input type="checkbox"/> Accès sans marche <input checked="" type="checkbox"/> Armoires accessibles <input type="checkbox"/> Banc (largeur: 60 cm, longueur: 180 cm, hauteur: 46 cm)	<p>Au première étage (accessible par escaliers)</p> <p>Serrures des armoires à une hauteur de 1.3m</p>	

## Espace wellness

	Critères	Détails	Remarques
			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input type="checkbox"/>	Sauna	<input type="checkbox"/> Accès sans marche <input type="checkbox"/> Place assise à côté de la porte	
<input type="checkbox"/>	Hammam	<input type="checkbox"/> Accès sans marche <input type="checkbox"/> Place assise à côté de la porte	
<input type="checkbox"/>	Bassin	<input type="checkbox"/> Accès sans marche <input type="checkbox"/> Élévateur <input type="checkbox"/> Bord du bassin sur-élevé	
<input type="checkbox"/>	Solarium	<input type="checkbox"/> Accès sans marche	
<input type="checkbox"/>	Salle de repos	<input type="checkbox"/> Accès sans marche	
Informations complémentaires			
<input type="checkbox"/>	Accès	<input 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, 3 étoiles
<input checked="" type="checkbox"/>	Tarifs	<input type="checkbox"/> Rabais AI <input checked="" type="checkbox"/> Tarifs adaptés <input type="checkbox"/> Soutien pour la recherche d'aides financières	Payable en séances (séances sont accompagnées) : 40 séances, valable 10 mois 24 séances, valable 6 mois 12 séances, valable 3 mois
<input checked="" type="checkbox"/>	Des personnes avec handicap s'entraînent dans notre fitness	<input checked="" type="checkbox"/> Handicap mental <input type="checkbox"/> Handicap physique <input checked="" type="checkbox"/> Handicap sensoriel <input type="checkbox"/> Handicap psychique	Démence Visiteurs avec un handicap visuel
Informations complémentaires			

## Coaching

	Critères	Détails	Remarques
<b>Accompagnement / conseil</b>			
<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 type="checkbox"/> Physiothérapeute <input checked="" type="checkbox"/> Expérience avec des personnes avec handicap	
<b>Entraînement</b>			
<input checked="" type="checkbox"/>	Séance d'introduction/ programme d'entraînement	Inclus dans l'abonnement	Séance de découverte gratuite, introduction dans les séances accompagnées
<input checked="" type="checkbox"/>	Check up de santé	<input checked="" type="checkbox"/> Attestation par écrite du client / formulaire santé <input type="checkbox"/> Mesures <input checked="" type="checkbox"/> Certificat médical	
<input checked="" type="checkbox"/>	Coaching pendant l'entraînement	<input checked="" type="checkbox"/> Personal Trainer <input type="checkbox"/> MTT (thérapie médic. d'entraînement) <input checked="" type="checkbox"/> Accompagnateur gratuit	
<b>Cours</b>			
<input type="checkbox"/>	Cours sont ouverts à tous	<input type="checkbox"/> Inclus dans l'abonnement <input type="checkbox"/> Cours spécifique pour personnes avec handicap	Pas de cours
<b>Nutrition</b>			
<input type="checkbox"/>	Conseil en nutrition	<input type="checkbox"/> Expérience avec des personnes avec handicap	
<b>Informations complémentaires</b>			