

«gofit – Fitness barrierefrei»


Activ Fitness Uster
Poststrasse 1
8610 Uster

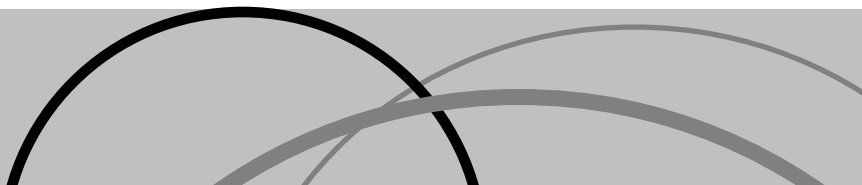
Tel. 044 941 10 10
http://www.activfitness.ch/Studio_Uster.page

Erhebungsdatum: 08.06.2016

Infrastruktur

Fitnesscenter allgemein

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Anreise			
<input checked="" type="checkbox"/>	Öffentlicher Verkehr	Niederflur Tram/Bus-Haltestelle in der Nähe	Das Fitnesscenter befindet sich direkt gegenüber vom Bahnhof Uster.
<input checked="" type="checkbox"/>	Parkplatz	Rollstuhlparkplatz vorhanden 	Im Parking (kostenpflichtig)
Zugang			
<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	
<input checked="" type="checkbox"/>	Eingang	<input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift	Garderoben und Wellness im 1. OG. Empfang und Trainingsfläche im 2. OG.
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Beschriftung	Alle Räume sind mit Piktogrammen beschriftet	
<input checked="" type="checkbox"/>	Infos für Sehbehinderte	<input checked="" type="checkbox"/> Glasmarkierungen <input checked="" type="checkbox"/> Blindenhund erlaubt <input type="checkbox"/> Reliefbeschriftung Dusche/Garderobe/WC	Glastrennwand zum Kursraum ist markiert. Blindenhund auf Anfrage erlaubt.



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"/>	Kranking / Handkurbel	<input checked="" type="checkbox"/> mobiler Sitz <input type="checkbox"/> parallel fahrbar <input checked="" type="checkbox"/> rückwärts fahrbar	Steht ganz hinten in einer Ecke bei den Ausdauergeräten.
<input type="checkbox"/>	Adaptive Rowing	Rudergerät mit fixiertem Sitz	
<input type="checkbox"/>	Fahrrad	Mit verstellbaren Pedalen	
<input checked="" type="checkbox"/> Gerätegestütztes Krafttraining			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift
<input type="checkbox"/>	Mobile Sitze		
<input checked="" type="checkbox"/>	Kabelzug	Erreichbar auf max. 1.1 m	
<input checked="" type="checkbox"/> Koordinationsbereich			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift
<input checked="" type="checkbox"/>	Zugang zu Kleinmaterial	Max. 1.1 m hoch platziert	
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX	Schlingentraining	
<input checked="" type="checkbox"/>	Sprossenwand		
<input type="checkbox"/>	Erhöhte Bank/ Liege	Für Stretching und anderes	
<input checked="" type="checkbox"/> Freihaltbereich			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift
<input checked="" type="checkbox"/> Kursraum			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Trainingspläne	Auf max. 1.1 m.	
<input type="checkbox"/>	Chipkartensystem	Trainingseinstellungen werden automatisch gemessen und angezeigt (Gewicht, Geschwindigkeit und Wiederholungen).	

Sanitäreanlagen

Bereich	Kriterium	Details	Bild	Bemerkungen
<input type="checkbox"/>	Rollstuhl-gerechtes WC	SIA Norm: min. 1.80 x 1.65 m, Türbreite min. 80 cm, beidseitige Haltegriffe, unterfahrbares Waschbecken.		
<input type="checkbox"/>	Bedingt rollstuhl-gerechtes WC	Nicht nach SIA Norm, aber stufenloser Zugang, Raumtiefe möglichst 1.70 m, Türbreite min. 70 cm.		
<input checked="" 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.		2 Kombi-Rolli-WC-Dusche-Anlagen sind vorhanden (Eine für Frauen und eine für Männer). Schlüssel bei Empfang einfordern.
<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"/> 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)		Schlüssel zu den Schränken werden bei Empfang abgegeben. Es ist auch möglich, die Wertsachen beim Empfang zu deponieren.

Wellnessbereich

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift
<input checked="" type="checkbox"/>	Sauna	<input checked="" type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	Ein herkömmlicher Stuhl könnte auf Anfrage direkt neben der Tür platziert werden.
<input checked="" type="checkbox"/>	Dampfbad	<input checked="" type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	Kleine Schwelle beim Eingang zum Dampfbad.
<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	
<input checked="" type="checkbox"/>	Ruheraum	<input checked="" type="checkbox"/> Zugang stufenlos	
Zusatzinformationen			
<input checked="" type="checkbox"/>	Rollstuhl	<input checked="" type="checkbox"/> eigener Rollstuhl erlaubt <input type="checkbox"/> Duschrollstuhl steht zur Verfügung	
Die Duschen im Wellnessbereich sind nur über eine Stufe erreichbar.			

Dienstleitungen für ALLE

Mitgliedschaft

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input checked="" type="checkbox"/>	Qualitätslabel	<input 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 checked="" type="checkbox"/> IV-Vergünstigung <input type="checkbox"/> individuelle Abo-Lösungen <input type="checkbox"/> Hilfe bei Suche nach Unterstützungsbeiträgen	Das Abo ist nur in Kombination mit Wellness und Kursen buchbar.
<input checked="" type="checkbox"/>	Kunden mit Handicap trainieren bereits im Fitnesscenter	<input checked="" type="checkbox"/> mit geistiger Behinderung <input checked="" type="checkbox"/> mit Körperbehinderung <input type="checkbox"/> mit Sinnesbehinderung <input type="checkbox"/> mit psychischer Behinderung	Ca. 6 Menschen mit geistiger Behinderung und eine Person im Rollstuhl trainieren im Fitnesscenter.
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	1-2 Fitnessinstruktoren sind immer auf der Trainingsfläche und unterstützen die Kunden (Einstellungen, Tipps, Hilfe bei Transfers...).
<input checked="" type="checkbox"/>	Mitarbeiter	<input checked="" type="checkbox"/> Fitnessinstruktoren <input type="checkbox"/> Physiotherapeuten <input checked="" type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	Einige Fitnessinstruktoren haben eine medizinische Weiterbildung absolviert.
Training			
<input checked="" type="checkbox"/>	Einführung/ Trainingsplanung	Im Abo enthalten	
<input checked="" type="checkbox"/>	Gesundheitscheck	<input checked="" type="checkbox"/> Selbsterklärung/ Gesundheitsblatt <input type="checkbox"/> Messungen <input type="checkbox"/> Arztzeugnis	Bei Einverständnis wird Rücksprache mit dem Physiotherapeut genommen.
<input checked="" type="checkbox"/>	Trainingsbegleitung	<input type="checkbox"/> personal Trainer <input checked="" type="checkbox"/> gratis Begleitperson <input type="checkbox"/> Begleithund erlaubt	
Kurse			
<input checked="" type="checkbox"/>	Kurse sind offen für alle	Im Abo enthalten	
<input type="checkbox"/>	Spezifische Kurse für Menschen mit Handicap		
Ernährungsberatung			
<input type="checkbox"/>	Ernährungsberatung	<input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	Einige Fitnessinstruktoren haben eine Weiterbildung als Ernährungscoaches absolviert.
Zusatzinformationen			