

«gofit – Fitness barrierefrei»


Physio training Bezemer

Grossfeldstrasse 5
8887 Mels
081 723 51 11
info@bezemer.ch
www.bezemer.ch

Erhebungsdatum: 18.09.2018
Evaluierende Person: Pascal Su

Infrastruktur

Fitnesscenter allgemein

| Bereich | Kriterium | Details | Bemerkungen |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Anreise | | | |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Öffentlicher Verkehr | Niederflur Tram/Bus-Haltestelle in der Nähe | Bus, Mels Schwarzackerstrasse, 300m, Strasse überqueren |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Parkplatz | Rollstuhlparkplatz vorhanden  | 2 Rollstuhlparkplätze direkt vor dem Haus |
| <input type="checkbox"/> | Türöffnungssystem | selbständig passierbare Tür, Chipkartenleser auf max. 1.1 m | Hinterer Eingang, öffnen gegen aussen. Nahe der Rezeption. Bei Bedarf mit kurzem Anruf zur Rezeption kann geöffnet werden. |
| <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 | Verteilt auf 2 Etagen. Grosser Lift. |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Fitness Eingang | <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift | Tiefe Rezeption, 0.8m. |
| Zusatzinformationen | | | |
| <input checked="" 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 | |
| <p><i>Grösse: Mittel-Gross, verteilt auf verschiedene Räume</i> <i>zusätzliche Dienstleistungen: Physiotherapie</i></p> | | | |

Trainingsfläche & Kursraum

| Bereich | Kriterium | Details | Bemerkungen |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> Ausdauergeräte für Rollstuhlfahrende | | | Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Kranksing / Handkurbel | <input checked="" type="checkbox"/> mobiler Sitz <input checked="" type="checkbox"/> parallel fahrbar <input checked="" type="checkbox"/> rückwärts fahrbar | Ergofit-Gerät |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Adaptive Rowing | Rudergerät mit fixiertem Sitz | Fixierbarer Sitz im oberen Raum im 1.OG. |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Fahrrad | Mit verstellbaren Pedalen | |
| Motomed Fahrrad. Speziell für Therapieübungen oder Rollstuhlfahrer | | | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Gerätegestütztes Krafttraining | | | Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Kraftgeräte | <input checked="" type="checkbox"/> mobile Sitze <input checked="" type="checkbox"/> Zugänglichkeit (genügend Platz rund um die Geräte) <input type="checkbox"/> Kinesis | Viele der Sitze wegklappbar. |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Kabelzug | Erreichbar auf max. 1.1 m | Aus dem Rollstuhl möglich. |
| Freemotion Geräte. | | | |
| <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 | Terrabänder, Matten, Balancierübungsgeräte, Bälle, div. anderes |
| <input checked="" type="checkbox"/> | TRX | Schlingentraining | |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Sprossenwand | | |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Erhöhte Bank/ Liege | Für Stretching und anderes | |
| Powerplate, Aerobic Stepper, Minitrampolin, Balanciergeräte, Truestrech | | | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Freihantelbereich | | | Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen |
| Hanteln, Langhanteln, Multipress. Zum Teil im 1. OG | | | |
| <input checked="" type="checkbox"/> Kursraum | | | Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen |
| 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). | Automatische Trainingseinstellungen auf blauen EN-Dynamic Geräten im EG. |
| Die meisten Geräte befinden sich im Eingangsbereich, jedoch gibt es viele Räume die separat sind (Powerplate, Rückentraining, Therapieräume) und im 1. OG hat es einen 2. Bereich (inkl. 2 Kursräumen) | | | |

Sanitäreanlagen

| 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. | | Türe 0.9m Raum 1.8x1.65m Beidseitige Haltegriffe Unterfahrbares Waschbecken Im EG direkt hinter der Rezeption |
| <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 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 | | Damen im Erdgeschoss. Herren benutzen vorzugsweise die Garderoben im 1. OG. (im EG hat es eine Stufe) Dusche stufenlos Türe 0.8m Keine Haltegriffe |
| <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) | | Bänke: B:37cm; H:41cm Spiegel Höhe: 1.15m Garderobe der Herren im 1.OG ist neuer und Dusche dort stufenlos. |

Wellnessbereich

| Bereich | Kriterium | Details | Bemerkungen |
|----------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Stockwerk: | | | Zugang: <input 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"/> Duschrollstuhl steht zur Verfügung | |

Dienstleitungen für ALLE

Mitgliedschaft

| Bereich | Kriterium | Details | Bemerkungen |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | Qualitätslabel | <input checked="" type="checkbox"/> Fitness Guide <input type="checkbox"/> Qualitop <input checked="" type="checkbox"/> Krankenkasse zahlt in der Regel einen Beitrag | SFGV Mitglied |
| <input type="checkbox"/> | Preis | <input type="checkbox"/> IV-Vergünstigung <input type="checkbox"/> individuelle Abo-Lösungen <input type="checkbox"/> Hilfe bei Suche nach Unterstützungsbeiträgen | September Abo-aktion |
| <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 | Viele Senioren |
| 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 | Mo.-Fr. 7-21 Sa.-So. 9-13 |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Mitarbeiter | <input checked="" type="checkbox"/> Fitnessinstruktoren <input type="checkbox"/> EFZ (Lehrlinge) <input checked="" type="checkbox"/> Physiotherapeuten <input checked="" type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap | |
| Training | | | |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Einführung/ Trainingsplanung | Im Abo enthalten | Probetraining |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Gesundheitscheck | <input checked="" type="checkbox"/> Selbsterklärung/ Gesundheitsblatt <input checked="" type="checkbox"/> Messungen <input type="checkbox"/> Arztzeugnis | Div. Messungen möglich. Eine Messung im Abo inbegriffen. |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Trainingsbegleitung | <input checked="" type="checkbox"/> Personal Trainer <input checked="" type="checkbox"/> Medizinische Trainingstherapie <input 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 | Pilates, Sturztraining, etc. |
| Ernährungsberatung | | | |
| <input type="checkbox"/> | Ernährungsberatung | <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap | |
| Zusatzinformationen | | | |
| <p>Rückentherapieaum. Diverse Geräte speziell für Rückentraining. Möglichkeit für div. Messungen in dem Bereich. Möglichkeit zur Betreuung mit Physiotherapeut.</p> <p>Im 1.OG wird unter der Woche am Abend stets Karate angeboten. Geplant ab Ende Oktober 2018: Kleingruppenkurse, unbetreut in 2. Kursraum, Spinning, Bodypump, Bodybalance</p> <p>Möglichkeit Abo zu lösen nur für unbetreuten Fitnessraum im 1.OG. Einlass per Fingerprints scanner auf 1.3m Höhe.</p> <p>Physiotherapieangebot. Circuit-Training möglich</p> | | | |