DIN 33961-1:2014-12 (D)

Fitness-Studio - Anforderungen an Studioausstattung und -betrieb - Teil 1: Grundlegende Anforderungen

Inhalt

Seite

Vorwort 3

Einleitung 5

1 Anwendungsbereich 6

2 Normative Verweisungen 6

3 Begriffe 7

4 Grundlegende Anforderungen 9
4.1 Service 9
4.2 Kundenvertrag 10
4.3 Hygiene 10
4.4 Bodenbeläge 11
4.5 Beleuchtung 11
4.6 Notfallmanagement 11

5 Gerätegestütztes Krafttraining 19
5.1 Flächen für gerätegestütztes Training 19
5.2 Bodenbelag für stationäre Trainingsgeräte 19
5.3 Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf 19
5.4 Stationäre Trainingsgeräte 21
5.5 Personalanforderungen für gerätegestütztes Krafttraining 24

6 Prüfverfahren zu den grundlegenden Anforderungen 27
6.1 Prüfung des Service 27
6.2 Prüfung des Kundenvertrags 27
6.3 Prüfung der Hygiene 27
6.4 Prüfung der Beleuchtung 27
6.5 Prüfung des Notfallmanagements 27

7 Prüfverfahren zu den Anforderungen für das gerätegestützte Krafttraining 28
7.1 Prüfung der Flächen für gerätegestütztes Training 28
7.2 Prüfung des Bodenbelags für stationäre Trainingsgeräte 28
7.3 Prüfung der Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf 28
7.4 Prüfung der Geräteausstattung für Krafttraining 28
7.5 Prüfung der Personalanforderungen für gerätegestütztes Krafttraining 28

Anhang A (informativ) Beispielfragenbogen für die gesundheitliche Risikoabklärung 32

Anhang B (informativ) Beispielfragebogen für ein Evaluationsgespräch 35

Anhang C (normativ) Berechnung der Fitness-Studio spezifischen Trainerwochenstunden 37

Anhang D (informativ) Qualifikation im Bereich Arzneimittelge- und -missbrauch im Zusammenhang mit gerätegestütztem Training und Gruppentraining 43

Anhang E (informativ) Dokumentation der Kooperation mit einem Arzt oder Apotheker 44

Anhang F (informativ) Muster für einen Kundenvertrag 45

Anhang G (informativ) Hinweistafel für Notfälle 47

Anhang H (informativ) Schema für Trainingssteuerung 50

Anhang I (informativ) Erläuterung zu Primärprävention und Sekundärprävention 51

Anhang J (informativ) Hinweise zu den Qualifikationsstufen 52

Anhang K (informativ) Beispiel zur Protokollierung von medizinischen Notfällen 58

Literaturhinweise 59