

DIN 33961-2:2019-03 (D)

Fitness-Studio - Anforderungen an Studioausstattung und -betrieb - Teil 2: Gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining

Inhalt	Seite
Vorwort	3
1 Anwendungsbereich.....	4
2 Normative Verweisungen	4
3 Begriffe	4
4 Allgemeines	4
5 Gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining.....	4
5.1 Flächen für gerätegestütztes Training	4
5.2 Bodenbelag für stationäre Trainingsgeräte	4
5.3 Beleuchtung	5
5.4 Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf.....	5
5.4.1 Allgemeines	5
5.4.2 Eingangsgespräch.....	5
5.4.3 Trainingszielsetzung und Trainingsplanung	5
5.4.4 Trainingsdurchführung.....	5
5.5 Stationäre Trainingsgeräte	5
5.5.1 Allgemeines	5
5.5.2 Anforderungen an die Geräteausstattung für Herz- und Kreislauftraining	5
5.6 Personalanforderungen für gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining.....	6
6 Prüfverfahren für gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining.....	6
6.1 Prüfung der Flächen für gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining.....	6
6.2 Prüfung des Bodenbelags für stationäre Herz- und Kreislauftrainingsgeräte.....	6
6.3 Prüfung der Geräteausstattung für Herz-Kreislauftraining	6
6.4 Prüfung der Personalanforderungen für gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining	6
Literaturhinweise	7