DIN 33961-3:2019-03 (D)

Fitness-Studio - Anforderungen an Studioausstattung und -betrieb - Teil 3: Gruppentraining

Inhalt

Seite

Vorwort ... 3

1 Anwendungsbereich ... 5

2 Normative Verweisungen ... 5

3 Begriffe ... 5

4 Allgemeines ... 5

5 Gruppentraining ... 5
5.1 Flächen für Gruppentraining ... 5
5.2 Bodenbelag für Gruppentraining ... 6
5.3 Beleuchtung ... 6
5.4 Gehörschutz der Trainierenden ... 6
5.5 Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf ... 7
5.5.1 Allgemeines ... 7
5.5.2 Eingangsgespräch ... 7
5.6 Personalanforderungen für Gruppentraining ... 7

6 Prüfverfahren Gruppentraining ... 8
6.1 Prüfung der Flächen für Gruppentraining ... 8
6.2 Prüfung des Bodenbelags für Gruppentraining ... 8
6.3 Prüfung des Gehörschutzes der Trainierenden ... 8
6.4 Prüfung der Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf ... 9
6.5 Prüfung der Personalanforderungen für Gruppentraining ... 9

Anhang A (informativ) Erläuterung zu Impact-Angeboten ... 10

Anhang B (informativ) BORG-Skala ... 11

Anhang C (normativ) Einstufung der Praktiker in DQR nach nicht formal und informell erworbenen Kompetenzen ... 13

Literaturhinweise ... 15