

# DIN 33961-2:2013-03 (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 Gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining .....	4
4.1 Flächen für gerätegestütztes Training .....	4
4.2 Bodenbelag für stationäre Trainingsgeräte .....	4
4.3 Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf .....	4
4.3.1 Allgemeines .....	4
4.3.2 Eingangsgespräch .....	5
4.3.3 Trainingszielsetzung und Trainingsplanung .....	5
4.3.4 Trainingsdurchführung .....	5
4.4 Stationäre Trainingsgeräte .....	5
4.4.1 Allgemeines .....	5
4.4.2 Anforderungen an die Geräteausstattung für Herz- und Kreislauftraining .....	5
4.5 Personaltableau für gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining .....	5
5 Prüfverfahren für gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining .....	6
5.1 Prüfung der Flächen für gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining .....	6
5.2 Prüfung des Bodenbelags für stationäre Herz- und Kreislauftrainingsgeräte .....	6
5.3 Prüfung der Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf .....	6
5.3.1 Prüfung der allgemeinen Anforderungen an Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf .....	6
5.3.2 Prüfung des Eingangsgesprächs .....	6
5.3.3 Prüfung der Trainingszielsetzung und Trainingsplanung .....	6
5.3.4 Prüfung der Trainingsdurchführung .....	6
5.4 Prüfung der stationären Trainingsgeräte .....	6
5.5 Prüfung des Personaltableaus für gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining .....	6
Literaturhinweise .....	7