

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 |