

«gofit – Fitness sans obstacle»

Leader Top Fitness


Route du Château d’Affry 6
1762 Givisiez
026 466 36 66
info@leadertopfitness.ch
www.leadertopfitness.ch

Date de l’intervention: 11.10.2017

Nom de l’intervenant: Darryl Ackermann

Infrastructures

Fitness de manière générale

	Critères	Détails	Remarques
Arrivée			
<input checked="" type="checkbox"/>	Transports publics	Bus / tram avec plancher bas à proximité	100 m. de l’arrêt de bus « Givisiez, Bellevue »
<input checked="" type="checkbox"/>	Places de parc	Place de parc pour personnes en fauteuil roulant 	Devant le fitness, gratuit
Accès			
<input checked="" type="checkbox"/>	Système d’ouverture des portes	Système d’ouverture utilisable de manière autonome, lecteur de carte hauteur max de 1.1m	Porte pour le passage s’ouvre avec un lecteur d’empreinte digitale
<input checked="" type="checkbox"/>	Passages sans marche, ni seuil	Largeur de porte min 0.8 m (paliers max 2.5 cm) avec rampe (max 12% d’inclinaison) ou ascenseur	RDC : Espaces de fitness Sous-sol : Vestiaires avec wellness (ascenseur), salle de cours (seulement escalier)
<input checked="" type="checkbox"/>	Entrée du fitness	<input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur	Porte qui s’ouvre contre l’extérieur, réception directement vis-à-vis de l’entrée
Informations complémentaires			
<input type="checkbox"/>	Indications	Toutes les salles sont indiquées avec des pictogrammes	Indications de texte
<input checked="" type="checkbox"/>	Informations pour déficience visuelle	<input type="checkbox"/> Marquages sur les surfaces vitrées <input type="checkbox"/> Chiens guides d’aveugles autorisés <input type="checkbox"/> Marquage des reliefs douches/vestiaires/WC	Pas de grande surface vitrée Chiens guide doivent être laissés à la réception du fitness
<p>Grandeur: moyen (env. 90 installations) Prestations complémentaires : garderie, massage</p>			

Espaces d'entraînement & salles de cours

	Critères	Détails	Remarques
<input checked="" type="checkbox"/> Appareils d'endurance pour personnes en fauteuil			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Vélo à bras	<input checked="" type="checkbox"/> Siège mobile <input checked="" type="checkbox"/> Pédalage parallèle <input checked="" type="checkbox"/> Pédalage en arrière	Entraînement possible avec fauteuil roulant
<input type="checkbox"/>	Rameur adapté	Rameur avec siège adapté	Rameur avec siège mobile
<input type="checkbox"/>	Vélo	Pédales réglables	Vélos et vélos couchés (pédales fixes)
<input checked="" type="checkbox"/> Appareils pour l'entraînement de la force			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Appareils de musculation	<input type="checkbox"/> Siège mobile <input checked="" type="checkbox"/> Accessibilité (assez d'espace autour les appareils) <input type="checkbox"/> Kinesis	Hauteur des sièges modifiable
<input checked="" type="checkbox"/>	Appareils à poulies	Accessible à hauteur max 1.1m	Entraînement possible avec le fauteuil roulant
EMS, simply belt			
<input checked="" type="checkbox"/> Entraînement de la coordination			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Accès au petit matériel	Accessible à hauteur max 1.1m	Matelas, balles de gym, coussin de coordination, élastiques, poids ; des fois à hauteur de plus que 1.1m
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX	Entraînement en suspension	
<input checked="" type="checkbox"/>	Espaliers		
<input type="checkbox"/>	Banc élevé	Pour le stretching et autres	
Vibro plate			
<input checked="" type="checkbox"/> Espace libre			Accès: <input checked="" type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
Bancs, haltères, miroir, multipress			
<input checked="" type="checkbox"/> Salles de cours			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Ascenseur
Sous-sol (seulement accessible par escalier), miroir			
Informations complémentaires			
<input checked="" type="checkbox"/>	Programmes d'entraînement	Rangés à une hauteur max 1.1m	Digitale (app)
<input type="checkbox"/>	Système de carte à puce pour l'entraînement	Le programme d'entraînement est affiché automatiquement (poids, vitesse, répétitions)	

Sanitaires

	Critères	Détails	Remarques	Domaines
<input type="checkbox"/>	WC adaptés aux fauteuils roulants	Norme SIA: min. 1.80 x 1.65 m, largeur de porte min. 80 cm, barres d'appui des deux côtés, tablette accessible (pouvant laisser la place au fauteuil en dessous)		
<input checked="" type="checkbox"/>	WC pour personnes à mobilité réduite	Pas décrit dans la Norme SIA, mais accessible sans marche, longueur si possible 1.70 m, largeur de porte min. 70 cm		Salle 170 x 140cm Largeur porte 80cm Barres d'appui des deux côtés Miroir inclinable
<input type="checkbox"/>	Douche adaptée au fauteuil roulant combinée avec un WC	Norme SIA: min. 1.80 x 1.65 m, largeur de porte min. 80 cm, barres d'appui des deux côtés, tablette accessible (pouvant laisser la place au fauteuil en dessous), siège rabattable et pomme de douche réglable		
<input checked="" type="checkbox"/>	Douches adaptées au fauteuil roulant dans des douches collectives	Norme SIA: accès sans marche, siège rabattable et barres d'appui dans un angle, de préférence proche de l'entrée, pomme de douche coulissante. <input type="checkbox"/> Siège rabattable <input checked="" type="checkbox"/> Chaise de douche		Accès sans marche Cabines 100 x 100cm Pomme de douche réglable Barres d'appui
<input checked="" type="checkbox"/>	Vestiaires	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche <input checked="" type="checkbox"/> Armoires accessibles <input type="checkbox"/> Banc (largeur: 60 cm, longueur: 180 cm, hauteur: 46 cm)	Possibilité de se changer au RDC	

Espace wellness

	Critères	Détails	Remarques
			Accès: <input type="checkbox"/> Plein-pied <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Ascenseur
<input checked="" type="checkbox"/>	Sauna	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche <input type="checkbox"/> Place assise à côté de la porte	Sous-sol (ascenseur), séparé Largeur de porte 65cm, peu d'espace
<input checked="" type="checkbox"/>	Hammam	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche <input checked="" type="checkbox"/> Place assise à côté de la porte	Sous-sol (ascenseur), séparé Largeur de porte 90cm
<input type="checkbox"/>	Bassin	<input type="checkbox"/> Accès sans marche <input type="checkbox"/> Élévateur <input type="checkbox"/> Bord du bassin sur élevé	
<input checked="" type="checkbox"/>	Solarium	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche	Largeur de porte 65cm
<input checked="" type="checkbox"/>	Salle de repos	<input checked="" type="checkbox"/> Accès sans marche	Hauteur des chaises longues 30cm
Informations complémentaires			
<input checked="" type="checkbox"/>	Accès	<input checked="" type="checkbox"/> Autorisé avec fauteuil roulant personnel <input type="checkbox"/> Fauteuil roulant pour douche à disposition	

Prestation pour TOUS

Affiliation

	Critères	Détails	Remarques
<input checked="" type="checkbox"/>	Label de qualité	<input type="checkbox"/> Fitness Guide <input type="checkbox"/> Qualitop <input checked="" type="checkbox"/> Contribution des caisses maladies	Swica, Visana, Groupe Mutuel
<input checked="" type="checkbox"/>	Tarifs	<input checked="" type="checkbox"/> Rabais AI <input checked="" type="checkbox"/> Tarifs adaptés <input type="checkbox"/> Soutien pour la recherche d'aides financières	CHF 550.- à la place de 750.- pour un abonnement annuel
<input checked="" type="checkbox"/>	Des personnes avec handicap s'entraînent dans notre fitness	<input type="checkbox"/> Handicap mental <input checked="" type="checkbox"/> Handicap physique <input type="checkbox"/> Handicap sensoriel <input type="checkbox"/> Handicap psychique	Visiteurs en fauteuil roulant
Informations complémentaires			

Coaching

	Critères	Détails	Remarques
Accompagnement / conseil			
<input checked="" type="checkbox"/>	Les personnes avec handicap sont les bienvenues	Les personnes avec handicap mental, physique, psychique ou sensoriel sont les bienvenues dans notre fitness	
<input checked="" type="checkbox"/>	Accompagnement	Du personnel qualifié est toujours présent pendant les heures d'ouverture	Personnel présent : 8h00 – 21h00 lundi à vendredi 9h00 – 18h00 samedi et dimanche
<input checked="" type="checkbox"/>	Personnel	<input checked="" type="checkbox"/> Instructeur fitness <input checked="" type="checkbox"/> CFC (apprentis) <input type="checkbox"/> Physiothérapeute <input checked="" type="checkbox"/> Expérience avec des personnes avec handicap	
Entraînement			
<input checked="" type="checkbox"/>	Séance d'introduction/ programme d'entraînement	Inclus dans l'abonnement	Séance d'introduction, contrôle de training individuel
<input checked="" type="checkbox"/>	Check up de santé	<input checked="" type="checkbox"/> Attestation par écrite du client / formulaire santé <input checked="" type="checkbox"/> Mesures <input checked="" type="checkbox"/> Certificat médical	Analyse corporelle avec une balance
<input checked="" type="checkbox"/>	Coaching pendant l'entraînement	<input checked="" type="checkbox"/> Personal Trainer <input type="checkbox"/> MTT (thérapie médic. d'entraînement) <input checked="" type="checkbox"/> Accompagnateur gratuit	
Cours			
<input checked="" type="checkbox"/>	Cours sont ouverts à tous	<input checked="" type="checkbox"/> Inclus dans l'abonnement <input type="checkbox"/> Cours spécifiques pour personnes avec handicap	Salle de cours au sous-sol (seulement accessible par escalier)
Nutrition			
<input checked="" type="checkbox"/>	Conseil en nutrition	<input type="checkbox"/> Expérience avec des personnes avec handicap	
Informations complémentaires			