


# «gofit – fitness senza barriere»

Wellness Club Sassa  
Via Tesserete 10  
6900 Lugano  
091 911 49 91  
info@villasassa.ch  
www.villasassa.ch

Data della valutazione: 22.09.2018  
Valutazione effettuata da: Pascal Su

## Infrastruttura

### Centro fitness in generale

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
<b>Arrivo</b>			
<input checked="" type="checkbox"/>	Trasporti pubblici	Fermate tram/bus con pianale ribassato nelle vicinanze	Bus, Massagno, Sassa, 100 m Ciottolato fino all'ingresso.
<input checked="" type="checkbox"/>	Parcheggi	Parcheggio disabili 	Posteggi propri contrassegnati direttamente davanti all'entrata.
<input checked="" type="checkbox"/>	Sistema di apertura delle porte	Porta varcabile autonomamente, lettore di tessere magnetiche ad altezza max. di 1,1 m	Porte scorrevoli automatiche.
<input checked="" type="checkbox"/>	Passaggi senza gradini né altri dislivelli	Larghezza delle porte min. 0,8 m, soglia max. 2,5 cm, con rampa (pendenza max. 12%) o ascensore	Fitness nel semiinterrato (-1), ascensore o scale.
<input checked="" type="checkbox"/>	Ingresso del fitness	<input checked="" type="checkbox"/> Pianterreno <input type="checkbox"/> Rampa <input checked="" type="checkbox"/> Ascensore <input type="checkbox"/> Scale	Ricezione Villa Sassa (Hotel e Residence) direttamente a pianterreno. Ricezione del Fitness e Wellness al piano seminterrato (-1)
<b>Informazioni supplementari</b>			
<input type="checkbox"/>	Segnaletica	Tutti i locali sono segnalati con pittogrammi?	WC contrassegnato.
<input type="checkbox"/>	Informazioni per ipovedenti	<input type="checkbox"/> Segnalazione delle superfici in vetro <input type="checkbox"/> Cane guida per ciechi autorizzato <input type="checkbox"/> Scritte in rilievo docce/spogliatoi/WC	
<p><i>Dimensioni:</i> centro: medio</p> <p>Infoi supplementari: Villa Sassa è un complesso alberghiero e residenziale, con possibilità alloggio. Oltre all'area fitness, c'è l'area dotMED per esigenze mediche e fisioterapiche. C'è inoltre anche una grande piscina nell'area wellness/benessere.</p>			

## Superfici d'allenamento e sale corsi

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
<input checked="" type="checkbox"/> <b>Apparecchi per l'allenamento della resistenza per persone in sedia a rotelle</b>			Accesso: <input checked="" type="checkbox"/> medesimo piano <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
<input type="checkbox"/>	Krinking / bicicletta per le braccia	<input type="checkbox"/> Sedile mobile <input type="checkbox"/> Pedalata parallela <input type="checkbox"/> Pedalata all'indietro	
<input type="checkbox"/>	Rowing adattato	Vogatore con sedile fisso	
<input checked="" type="checkbox"/>	Cyclette	Con pedali regolabili	Circa 20 cyclette in locale con scale, pedali non regolabili
<input checked="" type="checkbox"/> <b>Apparecchi per l'allenamento della forza</b>			Accesso: <input checked="" type="checkbox"/> medesimo piano <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
<input checked="" type="checkbox"/>	Macchine di muscolazione	<input type="checkbox"/> Sedili mobili <input type="checkbox"/> Accessibilità (sufficiente spazio attorno agli apparecchi) <input type="checkbox"/> Kinesis	Sedili regolabili
<input checked="" type="checkbox"/>	Macchine a cavo	Accessibili a un'altezza max. di 1,1 m	Possibile dalla sedia a rotelle
<input checked="" type="checkbox"/> <b>Allenamento della coordinazione</b>			Accesso: <input checked="" type="checkbox"/> medesimo piano <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
<input checked="" type="checkbox"/>	Accesso al piccolo materiale	Situato a un'altezza max. di 1,1 m	Palle da ginnastica, tappetini, nastri, Attrezzi per allenamento addominali
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX	Imbragature	Scalino 17 cm
<input checked="" type="checkbox"/>	Spalliere		
<input type="checkbox"/>	Panchine rialzate	Per lo stretching e altri esercizi	
Sulla terrazza: sacco boxe, TRX, -Step, bilancieri per pull-up. Scalino da 17 cm			
<input checked="" type="checkbox"/> <b>Area pesi liberi</b>			Accesso: <input checked="" type="checkbox"/> medesimo piano <input type="checkbox"/> rampa <input checked="" type="checkbox"/> ascensore <input checked="" type="checkbox"/> scale
Manubri, bilancieri, multipress guidata e non guidata utilizzabile su sedie a rotelle			
<input checked="" type="checkbox"/> <b>Sale corsi</b>			Accesso: <input checked="" type="checkbox"/> medesimo piano <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
Corsi di gruppo			
<b>Informazioni supplementari</b>			
<input type="checkbox"/>	Programmi d'allenamento	Affissi a un'altezza max. di 1,1 m.	
<input type="checkbox"/>	Sistema di tessere magnetiche	Il programma di allenamento è registrato e indicato automaticamente (peso, velocità, ripetizioni).	

## Sevizi igienici/Impianti sanitari

Ambito	Criterio	Dettagli	Immagine	Osservazioni
<input checked="" type="checkbox"/>	WC a misura di sedie a rotelle	Norma SIA: min. 1,80 x 1,65 m, larghezza della porta min. 80 cm, maniglie bilaterali, lavandino accessibile con la sedia a rotelle.		Direttamente nella sala attrezzi. Maniglione su un lato
<input type="checkbox"/>	WC adatto anche alle persone in sedia a rotelle	Non secondo norma SIA, ma accessibile senza gradini, profondità del locale possibilmente di 1,70 m, larghezza della porta min. 70 cm.		
<input type="checkbox"/>	WC-doccia combinato, a misura di sedie a rotelle	Norma SIA: min. 1,80 x 1,65 m, larghezza della porta min. 80 cm, maniglie bilaterali, lavandino accessibile con la sedia a rotelle, sedile reclinabile e doccia regolabile.		
<input type="checkbox"/>	Vano doccia a misura di sedie a rotelle	Norma SIA: accesso senza gradini, preferibilmente in un angolo vicino all'ingresso, doccia regolabile. <input type="checkbox"/> Sedile reclinabile <input type="checkbox"/> Sedia per doccia		Cabine doccia senza scalini e aperte davanti. Porta 73cm
<input checked="" type="checkbox"/>	Spogliatoi	<input checked="" type="checkbox"/> Accesso senza gradini <input checked="" type="checkbox"/> Armadietti accessibili <input checked="" type="checkbox"/> Dimensione panchine (larghezza: 60 cm, lunghezza: 180 cm, altezza: 46 cm)		Porta 88 cm con apertura verso l'interno Panche larghezza 66 cm H: 46cm, seduta imbottita Altezza specchi: 89 cm

## SPA

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
<b>Piano:</b>			Accesso: <input type="checkbox"/> medesimo piano <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input checked="" type="checkbox"/> scale
<input type="checkbox"/>	Sauna	<input type="checkbox"/> Accesso senza gradini <input type="checkbox"/> Posto a sedere accanto all'apertura della porta.	Sauna sulla seconda terrazza raggiungibile con rampa (pendenza 16°) sennò solo tramite scala
<input checked="" type="checkbox"/>	Bagno turco	<input type="checkbox"/> Accesso senza gradini <input type="checkbox"/> Posto a sedere accanto all'apertura della porta.	
<input type="checkbox"/>	Vasca	<input type="checkbox"/> Accesso senza gradini <input type="checkbox"/> Elevatore <input type="checkbox"/> Bordo vasca sopraelevato	Vasca di reazione sulla terrazza. Rialzata e con scalini.
<input checked="" type="checkbox"/>	Solarium	<input checked="" type="checkbox"/> Accesso senza gradini	
<input type="checkbox"/>	Zona di riposo	<input type="checkbox"/> Accesso senza gradini	
<b>Informazioni supplementari</b>			
<input type="checkbox"/>	Sedia a rotelle	<input type="checkbox"/> Sedia a rotelle personale autorizzata <input type="checkbox"/> Sedia a rotelle per la doccia a disposizione	
Piscina (interna ed esterna), idromassaggio			

## Servizi per TUTTI

### Affiliazione

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
<input checked="" type="checkbox"/>	Label di qualità	<input checked="" type="checkbox"/> Fitness Guide <input type="checkbox"/> Qualitop <input checked="" type="checkbox"/> Contributo delle casse malati	
<input type="checkbox"/>	Tariffe	<input type="checkbox"/> Riduzione AI <input type="checkbox"/> Abbonamenti personalizzati <input type="checkbox"/> Aiuto nella ricerca di aiuti finanziari	Su richiesta. Possibilità di interruzione dell'abbonamento con certificato medico.
<input type="checkbox"/>	In questo centro fitness si allenano già persone con disabilità	<input type="checkbox"/> mentale <input type="checkbox"/> fisica <input type="checkbox"/> sensoriale <input type="checkbox"/> psichica	
<b>Informazioni supplementari</b>			

## Accompagnamento

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
<b>Assistenza / consulenza</b>			
<input checked="" type="checkbox"/>	Le persone con disabilità sono le benvenute	Le persone con disabilità mentali, fisiche, psichiche o sensoriali sono le benvenute in questo centro fitness.	
<input checked="" type="checkbox"/>	Assistenza	Durante l'orario d'apertura è sempre presente personale qualificato.	Ricezione occupata 6:30-21:30 Lu.-gio. 6:30-21:30 ve. 8:00-21:00 Sa.-do.
<input checked="" type="checkbox"/>	Collaboratori	<input checked="" type="checkbox"/> Istruttori fitness <input type="checkbox"/> Operatori con AFC (apprendisti) <input type="checkbox"/> Fisioterapisti <input type="checkbox"/> Esperienza con persone con disabilità	Massaggi e terapeuta dotMED a lato del centro (nello stesso stabile)
<b>Allenamento</b>			
<input type="checkbox"/>	Sedute introduttive/ programma d'allenamento	Inclusi nell'abbonamento	
<input type="checkbox"/>	Valutazione dello stato di salute	<input checked="" type="checkbox"/> Autodichiarazione / modulo sulla salute <input checked="" type="checkbox"/> Misurazioni <input type="checkbox"/> Certificato medico	Misurazioni non incluse nell'abbonamento
<input checked="" type="checkbox"/>	Assistenza durante l'allenamento	<input checked="" type="checkbox"/> Personal Trainer <input type="checkbox"/> Fisioterapia medica <input type="checkbox"/> Assistenza gratuita	Personal trainer a pagamento
<b>Corsi</b>			
<input checked="" type="checkbox"/>	I corsi sono aperti a tutti	<input checked="" type="checkbox"/> Inclusi nell'abbonamento <input type="checkbox"/> Corsi specifici per le persone con disabilità	Pilates, Yoga, Zumba, TRX, ecc Anche corsi di Acquafit. Consultare il sito internet per informazioni attuali
<b>Consulenza alimentare</b>			
<input checked="" type="checkbox"/>	Consulenza alimentare	<input type="checkbox"/> Esperienza con persone con disabilità	Non incluso nell'abbonamento
<b>Informazioni supplementari</b>			
Massaggi a pagamento (raggiungibile solo tramite scala)			