

«gofit – Fitness barrierefrei»

Chili Health Training Hinwil

Gossauerstrasse 14

8340 Hinwil

055 525 72 62

hinwil@chili-health.ch


www.chili-health-hinwil.ch

Erhebungsdatum: 04.09.2019

Evaluierende Person: Adrian Mettler

Infrastruktur

Fitnesscenter allgemein

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Anreise			
<input checked="" type="checkbox"/>	Öffentlicher Verkehr	Niederflur Tram/Bus-Haltestelle in der Nähe	Bushaltestelle „Hinwil, Bahnhof“ in 380 m Entfernung (Niederflur), Zughaltestelle Hinwil in 470 m Entfernung
<input checked="" type="checkbox"/>	Parkplatz	Rollstuhlparkplatz vorhanden 	Vor dem Center und in Einstellhalle (von Coop)
<input checked="" type="checkbox"/>	Türöffnungssystem	selbständig passierbare Tür, Chipkartenleser auf max. 1.1 m	Automatische Türen im Erdgeschoss (Coop-Eingang) → Lift im EG rechts nach Eingangstüre → automatische Türen im 2. OG (immer geöffnet) → bediente Rezeption im Fitnessstudio
<input type="checkbox"/>	Durchgänge Stufen- und Schwellenlos	Türbreite min. 0.8 m, Absätze max. 2.5 cm, mit Rampe (max. 12% Neigung) oder Lift	Trainingsfläche auf 1 Etage; Es gibt einen 7.5 cm hohen Absatz zu erhöhter Trainingsfläche , darauf stehen milon-Geräte (Kraft-Zirkel & Ausdauergeräte) und Senso-Pro-Geräte. Der Rest ist im Rollstuhl erreichbar.
<input checked="" type="checkbox"/>	Fitness Eingang	<input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input checked="" type="checkbox"/> Lift	Eingang mit Rollstuhl selbständig passierbar, Chipkarten-Leser für Check-in bei Rezeption auf ca. 115 cm (Mitarbeitende könnten helfen)
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Beschriftung	Alle Räume sind mit Piktogrammen beschriftet	
<input type="checkbox"/>	Infos für Sehbehinderte	<input type="checkbox"/> Glasmarkierungen <input type="checkbox"/> Blindenhund erlaubt <input type="checkbox"/> Reliefbeschriftung Dusche/Garderobe/WC	
<p>Ein Grossteil der verfügbaren Geräte sind milon-Geräte. Diese sind für Rollstuhlfahrende und Personen mit Sehbehinderung eher ungeeignet. → Bei milon-Geräten müssen alle Trainierende nach vorgegebener Zeit (ca. 2 min) Geräte wechseln; für Wechsel ca. 30 Sekunden Zeit; auf Touch-Screen wird angezeigt, in welchem Rhythmus Bewegungen gemacht werden sollten; Gewichtseinstellung, Sitzposition und Trainingseinstellung werden automatisch richtig eingestellt, wenn mit Chipkarte eingeloggt</p> <p>Grösse: mittel, ca. 60 Stationen</p>			

Trainingsfläche & Kursraum

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input type="checkbox"/> Ausdauergeräte für Rollstuhlfahrende			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
<input type="checkbox"/>	Kranking / Handkurbel	<input type="checkbox"/> mobiler Sitz <input type="checkbox"/> parallel fahrbar <input type="checkbox"/> rückwärts fahrbar	
<input type="checkbox"/>	Adaptive Rowing	Rudergerät mit fixiertem Sitz	
<input type="checkbox"/>	Fahrrad	Mit verstellbaren Pedalen	normale Fahrräder mit Mittelkonsole
Ausdauergeräte mit Touch-Screen (Fahrräder, Crosstrainer) → alles milon-Geräte und nur über 7,5 cm-Absatz erreichbar			
<input checked="" type="checkbox"/> Gerätegestütztes Krafttraining			Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig* <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
<input checked="" type="checkbox"/>	Kraftgeräte	<input type="checkbox"/> mobile Sitze <input checked="" type="checkbox"/> Zugänglichkeit* (genügend Platz rund um die Geräte) <input type="checkbox"/> Kinesis	*Ein Grossteil nur über 7.5 cm-Absatz erreichbar (alle milon-Geräte) nur ca. 10 Geräte mit Steckgewichten (dies sind keine milon-Geräte): bei manchen davon ist Gewichtseinstellung etwas schwierig erreichbar; viele Sitze sind höhenverstellbar; Training nicht direkt im Rollstuhl möglich
<input checked="" type="checkbox"/>	Kabelzug	Erreichbar auf max. 1.1 m	2 Stück; Training bei einem Kabelzug direkt im Rollstuhl möglich; zusätzliche Griffe liegen am Boden neben Gerät
Übersichtliche Anordnung der Geräte			
<input checked="" type="checkbox"/> Koordinationsbereich			Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
<input checked="" type="checkbox"/>	Zugang zu Kleinmaterial	Max. 1.1 m hoch platziert	Matten, 5 „pedalo“-Holzplatten für Koordinationstraining, Gymball, Bänder, blackrolls
<input checked="" type="checkbox"/>	TRX*	Schlingentraining	*sehr ähnliche Bänder wie TRX: 3 Stück an Sprossenwand; relativ einfach zugänglich
<input checked="" type="checkbox"/>	Sprossenwand		3 Stück; relativ einfacher Zugang
<input type="checkbox"/>	Erhöhte Bank/ Liege	Für Stretching und anderes	
„five Rücken- und Gelenkzentrum“ (für Dehnen/Stretching), 3 SensoPro-Geräte (auf erhöhter Trainingsfläche)			
<input checked="" type="checkbox"/> Freihantelbereich (klein)			Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
einfacher Zugang zu Langhanteln, zu Hanteln jedoch nur Durchgang von ca. 55 cm (Trainingsbank müsste verschoben werden.); verfügbare Geräte: Hanteln, Langhanteln, Multipress (nicht geführt), Trainingsbänke			
<input type="checkbox"/> Kursraum			Zugang: <input type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Trainingspläne	Auf max. 1.1 m.	elektronisch (dadurch sind viele Infos erhältlich)
<input checked="" type="checkbox"/>	Chipkartensystem	Trainingseinstellungen werden automatisch gemessen und angezeigt (Gewicht, Geschwindigkeit und	Milon-Zirkel

Wiederholungen).

Sanitäranlagen

Bereich	Kriterium	Details	Bild	Bemerkungen
<input type="checkbox"/>	Rollstuhl-gerechtes WC	SIA Norm: min. 1.80 x 1.65 m, Türbreite min. 80 cm, beidseitige Haltegriffe, unterfahrbares Waschbecken.		
<input checked="" type="checkbox"/>	Bedingt rollstuhl-gerechtes WC	Nicht nach SIA Norm, aber stufenloser Zugang, Raumtiefe möglichst 1.70 m, Türbreite min. 70 cm.		Detailinfo: <ul style="list-style-type: none"> • Türbreite: 90 cm • Raumtiefe: 210 cm • keine Haltegriffe • unterfahrbares Waschbecken
<input type="checkbox"/>	Kombiniertes rollstuhl-gerechtes WC und Dusche	SIA Norm: min. 1.80 x 1.65 m, Türbreite min. 80 cm, beidseitige Haltegriffe, unterfahrbares Waschbecken, Klappsitz und höhenverstellbare Brause.		
<input checked="" type="checkbox"/>	Rollstuhl-gerechte Duschkoje / Duschplatz	SIA Norm: stufenloser Zugang, vorzugsweise in Raumecke beim Eingang, höhenverstellbare Brause. <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Klappsitz <input type="checkbox"/> Duschstuhl 		Detailinfo: <ul style="list-style-type: none"> • 89 cm • höhenverstellbare Brause • keine Haltegriffe, kein Klappsitz

<input checked="" type="checkbox"/>	Garderobe	<input checked="" type="checkbox"/> stufenloser Zugang <input checked="" type="checkbox"/> erreichbare Garderobenschränke <input type="checkbox"/> grosse Sitzbänke (B: 60 cm, L: 180 cm, H: 46 cm)	unterfahrbares Waschbecken, Höhe des Spiegels: 125 cm, taktil benutzbares Schliessfachsystem, Sitzbänke (B: 32 cm, L: 200 cm, H: 42 cm)
-------------------------------------	-----------	---	---

Wellnessbereich

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Stockwerk:			Zugang: <input checked="" type="checkbox"/> ebenerdig <input type="checkbox"/> Rampe <input type="checkbox"/> Lift <input type="checkbox"/> Treppen
<input type="checkbox"/>	Sauna	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	
<input type="checkbox"/>	Dampfbad	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Sitzplatz neben Tür auf Seite der Türöffnung.	
<input type="checkbox"/>	Wasserbecken	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos <input type="checkbox"/> Badelift <input type="checkbox"/> erhöhter Beckenrand	
<input type="checkbox"/>	Solarium	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos	
<input type="checkbox"/>	Ruheraum	<input type="checkbox"/> Zugang stufenlos	
Zusatzinformationen			
<input type="checkbox"/>	Rollstuhl	<input type="checkbox"/> eigener Rollstuhl erlaubt <input type="checkbox"/> Duschrollstuhl steht zur Verfügung	

Dienstleitungen für ALLE

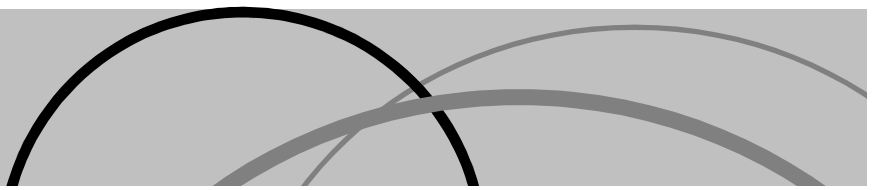
Mitgliedschaft

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
<input checked="" type="checkbox"/>	Qualitätslabel	<input checked="" type="checkbox"/> Fitness Guide <input type="checkbox"/> Qualitop <input checked="" type="checkbox"/> Krankenkasse zahlt in der Regel einen Beitrag	
<input checked="" type="checkbox"/>	Preis	<input checked="" type="checkbox"/> IV-Vergünstigung <input type="checkbox"/> individuelle Abo-Lösungen <input type="checkbox"/> Hilfe bei Suche nach Unterstützungsbeiträgen	Für Preise per Telefon anfragen oder Studio besuchen (sie erstrecken sich von 540.- bis 1300.-), 1-2 mal unverbindliches Probe-Training, manchmal Aktionen auf Abos, Abos mit verschiedenen Leistungen verfügbar, Partnerschaft mit 3 weiteren Studios derselben Firma (davon 3 Studios mit milon-Zirkel, 1 mit herkömmlichen Geräten): Man kann überall trainieren, wenn man Abo in

			<p>teurerem Chili Health-Studio (mit milon-Zirkeln) gelöst hat. Vereinsrabatte und Firmenrabatte für naheliegende Organisationen; Möglichkeit für Ratenzahlung besteht; bei Krankheit wird Abo unterbrochen und kostenlos an bestehendes Abo angehenkt; Automatische Verlängerung, wenn Abo abgelaufen (anderthalb Monate vor Ablauf kommt Brief nach Hause, das Studio ist kulant bei Abmeldungen)</p>
☒	Kunden mit Handicap trainieren bereits im Fitnesscenter	<input type="checkbox"/> mit geistiger Behinderung <input checked="" type="checkbox"/> mit Körperbehinderung <input type="checkbox"/> mit Sinnesbehinderung <input type="checkbox"/> mit psychischer Behinderung	2 Personen mit einer Gehbeeinträchtigung (mit Stöcken) und früher trainierte 1 Rollstuhlfahrer
Zusatzinformationen			

Coaching

Bereich	Kriterium	Details	Bemerkungen
Betreuung/ Beratung			
☒	Menschen mit Handicap willkommen	Menschen mit geistigem, physischem, psychischem Handicap oder einer Sinnesbehinderung sind im Fitnesscenter willkommen.	Wenn Training nach Einführung selbständig möglich; ja . Trainer*innen können jedoch keine Einzelbetreuung anbieten.
☒	Betreuung	Die Trainingsfläche ist während der Öffnungszeiten immer von qualifizierten Mitarbeitern betreut	Am Wochenende ist jeweils eine Fachperson anwesend, von Montag bis Freitag sind mehrere anwesend.
☒	Mitarbeiter	<input checked="" type="checkbox"/> Fitnessinstructoren <input checked="" type="checkbox"/> EFZ (Lehrlinge) <input type="checkbox"/> Physiotherapeuten <input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	+ Praktikant*innen
Training			
☒	Einführung/ Trainingsplanung	Im Abo enthalten	danach Folgetermine (nach ca. 2-3 Monaten oder 20 Trainingseinheiten)
☒	Gesundheitscheck	<input checked="" type="checkbox"/> Selbsterklärung/ Gesundheitsblatt <input checked="" type="checkbox"/> Messungen <input type="checkbox"/> Arztzeugnis	Messungen: Körperanalyse (InBody 770), MediMouse (Rücken- und Wirbelsäulemessungen)
☒	Trainingsbegleitung	<input type="checkbox"/> Personal Trainer <input type="checkbox"/> Medizinische Trainingstherapie <input checked="" type="checkbox"/> gratis Begleitperson*	Grundsätzlich intensive Betreuung *auf Anfrage evt. gratis Begleitperson



Kurse			
<input type="checkbox"/>	Kurse sind offen für alle	<input type="checkbox"/> im Abo enthalten <input type="checkbox"/> spezifische Kurse für Menschen mit Handicap	keine Kurse angeboten
Ernährungsberatung			
<input checked="" type="checkbox"/>	Ernährungsberatung	<input type="checkbox"/> Erfahrung mit Menschen mit Handicap	intern
Zusatzinformationen			