



Procap muove

«gofit – Fitness senza barriere»
L'accesso ai centri fitness per
persone con disabilità

procap

Criteri di qualità «gofit»

I criteri di qualità sono utilizzati per classificare un centro fitness per quanto riguarda l'accesso per le persone con disabilità. In primo luogo concerne l'infrastruttura e, in secondo luogo, i servizi offerti a persone con disabilità. La classificazione si basa su visite personali effettuate nel centro fitness e, se necessario, in combinazione con informazioni relative ad esperienze di utenti del centro. Le informazioni raccolte vengono continuamente aggiornate grazie agli audit effettuati per la certificazione di qualità Fitness-Guide.


Un centro fitness è classificato come esente da ostacoli se soddisfa tre criteri minimi; (1) le persone con disabilità sono benvenute, (2) l'infrastruttura è accessibile e (3) dispone di servizi igienici che possono essere utilizzati da persone con disabilità nella mobilità (vedi autocertificazione).

Infrastruttura senza barriere

Per infrastruttura si intende l'area interna ed esterna di un centro fitness: parcheggio, ingresso, reception, area di allenamento, sala corsi, spogliatoio, docce, WC e in caso anche l'area benessere.

I singoli criteri di qualità sono basati sugli norma SIA 500: 2009 Costruzioni senza ostacoli e le linee guida per gli impianti sportivi senza ostacoli (Procap Costruire in collaborazione con il gruppo di interesse Sport e Handicap 2014). I singoli criteri sono elencati di seguito.

Centro fitness in generale

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
Arrivo			
<input type="checkbox"/>	Trasporti pubblici	Fermate tram/bus con pianale ribassato nelle vicinanze	
<input type="checkbox"/>	Parcheggi	Parcheggio disabili  Parkplatz	
<input type="checkbox"/>	Sistema di apertura delle porte	Porta varcabile autonomamente, lettore di tessere magnetiche ad altezza max. di 1,1 m	
<input 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	
<input type="checkbox"/>	Ingresso del fitness	<input type="checkbox"/> Pianterreno <input type="checkbox"/> Rampa <input type="checkbox"/> Ascensore	
Informazioni supplementari			
<input type="checkbox"/>	Segnaletica	Tutti i locali sono segnalati con pittogrammi?	
<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></p> <p><i>Servizi supplementari:</i></p>			

Superfici d'allenamento e sale corsi

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
<input type="checkbox"/> Apparecchi per l'allenamento della resistenza per persone in sedia a rotelle			Accesso: <input type="checkbox"/> pianterreno <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 type="checkbox"/>	Bicicletta	Con pedali regolabili	
<input type="checkbox"/> Apparecchi per l'allenamento della forza			Accesso: <input type="checkbox"/> pianterreno <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
<input type="checkbox"/>	Macchine di muscolazione	<input type="checkbox"/> Sedili mobili <input type="checkbox"/> Accessibilità (sufficiente spazio attorno agli apparecchi) <input type="checkbox"/> Kinesis	
<input type="checkbox"/>	Macchine a cavo	Accessibili a un'altezza max. di 1,1 m	
<input type="checkbox"/> Allenamento della coordinazione			Accesso: <input type="checkbox"/> pianterreno <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
<input type="checkbox"/>	Accesso al piccolo materiale	Situato a un'altezza max. di 1,1 m	
<input type="checkbox"/>	TRX	Imbragature	
<input type="checkbox"/>	Spalliere		
<input type="checkbox"/>	Panchine rialzate	Per lo stretching e altri esercizi	
<input type="checkbox"/> Spazio libero			Accesso: <input type="checkbox"/> pianterreno <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
<input type="checkbox"/> Sale corsi			Accesso: <input type="checkbox"/> pianterreno <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
Informazioni supplementari			
<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).	

Impianti sanitari

Ambito	Criterio	Dettagli	Immagine	Osservazioni
<input 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.		
<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		
<input type="checkbox"/>	Spogliatoi	<input type="checkbox"/> Accesso senza gradini <input type="checkbox"/> Armadietti accessibili <input type="checkbox"/> Dimensione panchine (larghezza: 60 cm, lunghezza: 180 cm, altezza: 46 cm)		

SPA

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
Piano:			Accesso: <input type="checkbox"/> pianterreno <input type="checkbox"/> rampa <input type="checkbox"/> ascensore <input type="checkbox"/> scale
<input type="checkbox"/>	Sauna	<input type="checkbox"/> Accesso senza gradini <input type="checkbox"/> Posto a sedere accanto all'apertura della porta.	
<input 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	
<input type="checkbox"/>	Solarium	<input type="checkbox"/> Accesso senza gradini	
<input type="checkbox"/>	Zona di riposo	<input type="checkbox"/> Accesso senza gradini	
Informazioni supplementari			
<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	

Servizi per TUTTI

Affiliazione

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
<input type="checkbox"/>	Label di qualità	<input type="checkbox"/> Fitness Guide <input type="checkbox"/> Qualitop <input 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	
<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	
Informazioni supplementari			

Accompagnamento

Ambito	Criterio	Dettagli	Osservazioni
Assistenza / consulenza			
<input 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 type="checkbox"/>	Assistenza	Durante l'orario d'apertura è sempre presente personale qualificato.	
<input type="checkbox"/>	Collaboratori	<input type="checkbox"/> Istruttori fitness <input type="checkbox"/> Operatori con AFC (apprendisti) <input type="checkbox"/> Fisioterapisti <input type="checkbox"/> Esperienza con persone con disabilità	
Allenamento			
<input type="checkbox"/>	Sedute introduttive/ programma d'allenamento	Inclusi nell'abbonamento	
<input type="checkbox"/>	Valutazione dello stato di salute	<input type="checkbox"/> Autodichiarazione / modulo sulla salute <input type="checkbox"/> Misurazioni <input type="checkbox"/> Certificato medico	
<input type="checkbox"/>	Assistenza durante l'allenamento	<input type="checkbox"/> Personal Trainer <input type="checkbox"/> Fisioterapia medica <input type="checkbox"/> Assistenza gratuita	
Corsi			
<input type="checkbox"/>	I corsi sono aperti a tutti	<input type="checkbox"/> Inclusi nell'abbonamento <input type="checkbox"/> Corsi specifici per le persone con disabilità	
Consulenza alimentare			
<input type="checkbox"/>	Consulenza alimentare	<input type="checkbox"/> Esperienza con persone con disabilità	
Informazioni supplementari			

Procap muove

Frohburgstrasse 4

4600 Olten

Tel. 062 206 88 30

procapbouge@procap.ch

www.procap-muove.ch