

DIN 33961-3

ICS 03.080.30; 97.220.01

Ersatz für
DIN 33961-3:2014-12**Fitness-Studio –
Anforderungen an Studioausstattung und -betrieb –
Teil 3: Gruppentraining**

Fitness club –
Requirements for equipment and operation –
Part 3: Group training

Club de fitness –
Exigences à l'équipement et à l'opération –
Partie 3: Entraînement en groupe

Gesamtumfang 16 Seiten

DIN-Normenausschuss Sport- und Freizeitgerät (NASport)

Inhalt

	Seite
Vorwort	3
1 Anwendungsbereich	5
2 Normative Verweisungen	5
3 Begriffe	5
4 Allgemeines	5
5 Gruppentraining	5
5.1 Flächen für Gruppentraining.....	5
5.2 Bodenbelag für Gruppentraining.....	6
5.3 Beleuchtung.....	6
5.4 Gehörschutz der Trainierenden.....	6
5.5 Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf.....	7
5.5.1 Allgemeines	7
5.5.2 Eingangsgespräch.....	7
5.6 Personalanforderungen für Gruppentraining.....	7
6 Prüfverfahren Gruppentraining.....	8
6.1 Prüfung der Flächen für Gruppentraining	8
6.2 Prüfung des Bodenbelags für Gruppentraining	8
6.3 Prüfung des Gehörschutzes der Trainierenden	8
6.4 Prüfung der Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf	9
6.5 Prüfung der Personalanforderungen für Gruppentraining.....	9
Anhang A (informativ) Erläuterung zu Impact-Angeboten.....	10
Anhang B (informativ) BORG-Skala	11
Anhang C (normativ) Einstufung der Praktiker in DQR nach nicht formal und informell erworbenen Kompetenzen	13
Literaturhinweise.....	15

Vorwort

Dieses Dokument wurde vom Arbeitsausschuss NA 112-01-10 AA „Fitness-Studios“ im DIN-Normenausschuss Sport- und Freizeitgerät (NASport) erarbeitet.

Es wird auf die Möglichkeit hingewiesen, dass einige Elemente dieses Dokuments Patentrechte berühren können. DIN ist nicht dafür verantwortlich, einige oder alle diesbezüglichen Patentrechte zu identifizieren.

DIN 33961 besteht unter dem allgemeinen Titel *Fitness-Studio — Anforderungen an Studioausstattung und -betrieb* aus folgenden Teilen:

- Teil 1: Grundlegende Anforderungen
- Teil 2: Gerätegestütztes Herz- und Kreislauftraining
- Teil 3: Gruppentraining
- Teil 4: Gerätegestütztes Krafttraining
- Teil 5: Elektromyostimulationstraining (EMS-Training)

Änderungen

Gegenüber DIN 33961-3:2014-12 wurden folgende Änderungen vorgenommen:

- a) Datierung der DIN 33961-1 im gesamten Dokument aktualisiert;
- b) in Abschnitt 1 auf die Festlegung der Anforderungen der Bereiche DIN 33961-1, DIN 33961-2 und DIN 33961-4 hingewiesen;
- c) Abschnitt 4 mit Hinweis auf die zwingend erforderliche Anwendung von DIN 33961-1 im Zusammenhang mit DIN 33961-2 aufgenommen;
- d) 4.3 „Beleuchtung“ (jetzt 5.3) geändert;
- e) in 4.4 „Gehörschutz der Trainierenden“ (jetzt 5.4) zusätzlich die Richtwerte der elektroakustischen Berschallungsanlage aufgeführt;
- f) in 4.5.1 „Allgemeines“ (jetzt 5.5.1) die Anmerkung „Dies kann auch während eines laufenden Anlasses geschehen.“ ergänzt;
- g) 4.5.2 „Eingangsgespräch“ (jetzt 5.5.2) gekürzt (u. A. die Anmerkung gestrichen);
- h) 4.6 „Personalanforderung Gruppentraining“ (jetzt 5.6) überarbeitet und erweitert;
- i) 5.5.1 „Prüfung der allgemeinen Anforderung an Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf“ gestrichen;
- j) 5.5.2 „Prüfung Eingangsgespräch“ (jetzt 6.4 „Prüfung der Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf“) auf die Mindestanforderungen eines standardisierten Fragebogen mit mindestens einer Abklärung der gesundheitlichen Risiken reduziert;

DIN 33961-3:2019-03

- k) in 5.6 „Prüfung der Personalanforderungen für Gruppentraining“ (jetzt 6.5) den Vermerk „zusätzlich zu den nach DIN 33961-1 für das Fitness-Studio benötigten Trainerstunden“ aufgrund der Aufteilung von Teil 1 in die Teile 1 und 4 gestrichen;
- l) Anhang C „Einstufung der Praktiker in DQR nach nicht formal und informell erworbenen Kompetenzen“ neu aufgenommen;
- m) redaktionelle Überarbeitung der Norm und Anpassung der Querverweise.

Frühere Ausgaben

DIN 33961-3: 2013-03, 2014-12

1 Anwendungsbereich

Dieser Teil der DIN 33961 legt Anforderungen und Prüfverfahren für Ausstattung und Betrieb von Fitness-Studios für den Bereich Gruppentraining fest.

Dieser Teil der DIN 33961 gilt für Einrichtungen, deren Zugang und Aufsicht speziell vom Betreiber geregelt werden.

Dieser Teil der DIN 33961 legt keine Anforderungen an stationäre Trainingsgeräte nach DIN EN 957 (alle Teile) oder stationäre Trainingsgeräte für medizinische Zwecke entsprechend Richtlinie 93/42/EWG fest.

Die grundlegenden Anforderungen an den Betrieb und Prüfverfahren sind in DIN 33961-1 festgelegt. Die Anforderungen und Prüfverfahren für primär- und sekundär-präventives gerätegestütztes Herz-Kreislauftraining sind in DIN 33961-2 und für primär- und sekundär-präventives gerätegestütztes Krafttraining in DIN 33961-4 festgelegt.

2 Normative Verweisungen

Die folgenden Dokumente werden im Text in solcher Weise in Bezug genommen, dass einige Teile davon oder ihr gesamter Inhalt Anforderungen des vorliegenden Dokuments darstellen. Bei datierten Verweisungen gilt nur die in Bezug genommene Ausgabe. Bei undatierten Verweisungen gilt die letzte Ausgabe des in Bezug genommenen Dokuments (einschließlich aller Änderungen)..

DIN 33961-1:2015-11, *Fitness-Studio — Anforderungen an Studioausstattung und -betrieb — Teil 1: Grundlegende Anforderungen*

3 Begriffe

Für die Anwendung dieses Dokuments gelten die Begriffe nach DIN 33961-1 und die folgenden Begriffe.

DIN und DKE stellen terminologische Datenbanken für die Verwendung in der Normung unter den folgenden Adressen bereit:

- DIN-Terminologieportal: verfügbar unter <https://www.din.de/go/din-term/>
- DKE-IEV: verfügbar unter <http://www.dke.de/DKE-IEV>

4 Allgemeines

Dieser Teil der DIN 33961 darf nur in Verbindung mit mindestens DIN 33961-1 angewandt werden. Eine Zertifizierung lediglich nach DIN 33961-1 ist nicht möglich.

5 Gruppentraining

5.1 Flächen für Gruppentraining

Im Gruppentraining müssen je Trainingsteilnehmer mindestens

- a) 4 m² Fläche bei Angeboten von nicht stationären Bewegungsformen, z. B. Aerobic, und
 - b) 3 m² Fläche bei Angeboten stationärer Bewegungsformen, z. B. Indoor Cycling,
- zur Verfügung stehen.

Auf der Basis dieser Mindestfläche pro Gruppentrainingsteilnehmer muss die maximale Teilnehmerzahl für jeden Gruppentrainingsraum für den Kunden schriftlich kommuniziert werden.

Prüfung nach 6.1.