

DIN 33961-4

ICS 03.080.30; 97.220.01

Ersatz für
DIN 33961-4:2015-11**Fitness-Studio –
Anforderungen an Studioausstattung und -betrieb –
Teil 4: Gerätegestütztes Krafttraining**

Fitness club –

Requirements for equipment and operation –

Part 4: Strength training with stationary training equipment

Club de fitness –

Exigences à l'équipement et à l'opération –

Partie 4: Musculation avec les appareils d'entraînement fixes

Gesamtumfang 14 Seiten

DIN-Normenausschuss Sport- und Freizeitgerät (NASport)

Inhalt

	Seite
Vorwort	3
1 Anwendungsbereich	4
2 Normative Verweisungen	4
3 Begriffe	4
4 Allgemeines	4
5 Grundlegende Anforderungen an den Service bei gerätegestütztem Krafttraining.....	5
6 Gerätegestütztes Krafttraining.....	5
6.1 Flächen für gerätegestütztes Training.....	5
6.2 Bodenbelag für stationäre Trainingsgeräte	5
6.3 Beleuchtung.....	5
6.4 Stationäre Trainingsgeräte	5
6.4.1 Allgemeines	5
6.4.2 Geräteausstattung für Krafttraining	6
6.5 Personalanforderungen für gerätegestütztes Krafttraining.....	6
6.5.1 Allgemeines	6
6.5.2 Trainerwochenstundenzahl	6
6.5.3 Trainereinsatz	8
7 Prüfverfahren zum Service beim gerätegestützten Krafttraining.....	8
8 Prüfverfahren zu den Anforderungen für das gerätegestützte Krafttraining.....	8
8.1 Prüfung der Flächen für gerätegestütztes Training.....	8
8.2 Prüfung des Bodenbelags für stationäre Trainingsgeräte	8
8.3 Prüfung der Geräteausstattung für Krafttraining	8
8.4 Prüfung der Personalanforderungen für gerätegestütztes Krafttraining.....	8
Anhang A (normativ) Einstufung der Praktiker in DQR nach nicht formal und informell erworbenen Kompetenzen	12
Literaturhinweise.....	14

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 33961-4:2015-11 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 33961-3 hingewiesen;
- c) normative Verweisungen aktualisiert;
- d) Abschnitt 4 mit Hinweis auf die zwingend erforderliche Anwendung von DIN 33961-1 im Zusammenhang mit DIN 33961-2 aufgenommen;
- e) Aufnahme von 6.3 „Beleuchtung“;
- f) in 5.3.1 „Allgemeines“ (jetzt 6.4.1) die Verweisung auf DIN EN 957-6 reduziert und „(alle Teile)“ gestrichen;
- g) 5.3.2 „Geräteausstattung für Krafttraining“ (jetzt 6.4.2) stark vereinfacht;
- h) in 5.4.2 „Trainerwochenstundenzahl“ (jetzt 6.5.2) die Trainer-Anwesenheitszeiten auf mindestens 80 % herabgesetzt und Anforderung zur schriftlichen Kommunikation der Betreuungszeiten an den Kunden aufgenommen (Anwesenheit der Erst- und Brandschutzhelfer zu den gesamten Öffnungszeiten bleibt bestehen);
- i) in 7.4 „Prüfung der Personalanforderungen für gerätegestütztes Krafttraining“ (jetzt 8.4) Berücksichtigung von nicht formal und informell erworbenen Kompetenzen bei der Einstufung von Qualifikationen aufgenommen und Anmerkung in normativen Text geändert;
- j) Anhang A „Einstufung der Praktiker in DQR nach nicht formal und informell erworbenen Kompetenzen“ neu aufgenommen;
- k) redaktionelle Überarbeitung der Norm und Anpassung der Querverweise.

Frühere Ausgaben

DIN 33961-1: 2013-03, 2013-06, 2014-12

DIN 33961-4: 2015-11

1 Anwendungsbereich

Dieser Teil der DIN 33961 legt Anforderungen und Prüfverfahren für Ausstattung und Betrieb von Fitness-Studios fest, wenn gerätegestütztes Krafttraining angeboten wird.

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) und DIN EN ISO 20957-1 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-Kreislauf-training sind in DIN 33961-2 und für primär- und sekundär-präventives Gruppentraining sind in DIN 33961-3 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*

DIN EN 957 (alle Teile), *Stationäre Trainingsgeräte*

DIN EN 957-6, *Stationäre Trainingsgeräte — Teil 6: Laufbänder, zusätzliche besondere sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren*

DIN EN ISO 20957-1, *Stationäre Trainingsgeräte — Teil 1: Allgemeine sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren*

DIN EN ISO 20957-4, *Stationäre Trainingsgeräte — Teil 4: Kraft-Trainingsbänke, zusätzliche besondere sicherheitstechnische Anforderungen und Prüfverfahren*

3 Begriffe

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

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 Grundlegende Anforderungen an den Service bei gerätegestütztem Krafttraining

Die Kunden erhalten auf Wunsch ihren individuellen Trainingsplan in Kopie.

Die Qualifikation der einzelnen Flächentrainer ist den Kunden per Aushang oder per schriftliche Information mitzuteilen.

Die Namen der anwesenden Flächentrainer sind im Studio auszuhängen. Die Einsatzpläne der Flächentrainer müssen auf aktuellem Stand gehalten und intern dokumentiert werden.

Prüfung nach Abschnitt 7.

6 Gerätegestütztes Krafttraining

6.1 Flächen für gerätegestütztes Training

Die für das gerätegestützte Training zur Verfügung stehende Trainingsfläche muss den ungestörten Zugang zu den Geräten sowie eine ungestörte Funktionalität aller Trainingsgeräte bei deren gleichzeitigen Nutzung erlauben.

Außerdem ist die Freihaltung der Fluchtwege sicherzustellen.

Bei der Gestaltung der Flächen ist auch die Platzierung sonstiger Gegenstände, wie beispielsweise Bildschirme und Infotafeln, zu berücksichtigen.

Prüfung nach 8.1.

6.2 Bodenbelag für stationäre Trainingsgeräte

Die Bodenbeschaffenheit im Gerätetrainingsbereich muss eine standsichere Aufstellung der Trainingsgeräte erlauben.

Prüfung nach 8.2.

6.3 Beleuchtung

Es werden keine Anforderungen an die Beleuchtung gestellt.

ANMERKUNG Dies beeinflusst jedoch keine anderen Anforderungen wie die Arbeitsstättenverordnung.

6.4 Stationäre Trainingsgeräte

6.4.1 Allgemeines

Es sind stationäre Trainingsgeräte nach DIN EN ISO 20957-1 und nach DIN EN 957-6 zu verwenden.

Es wird empfohlen, dass das Fitness-Studio bei Kauf eines Trainingsgerätes schriftlich vom Hersteller Auskunft erhält, dass das Trainingsgerät DIN EN ISO 20957-1, DIN EN ISO 20957-4 und falls zutreffend DIN EN 957-6 entspricht.

Das Studio muss über ein Wartungskonzept für die Trainingsgeräte verfügen, aus welchem die Abläufe (z. B. Frequenz und Art der Wartungsaktionen; Kontrolle der Durchführung) und die Verantwortlichkeiten hervorgehen.

Prüfung nach 8.3.