



Kurzübersicht Anforderungen
an EMS-Studios
DIN 33961 Teil 1 + 5

WWW.BSA-ZERT.DE



Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	3
1.1	Dienstleistungszertifizierung „ZertFit“	3
1.2	Die fünf Teile der DIN-Norm 33961.....	3
1.3	Ablauf einer Zertifizierung.....	3
2	Grundlegende Anforderungen.....	4
3	Notfallmanagement.....	4
4	Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf.....	5
4.1	Eingangsgespräch vor dem ersten Training	5
4.2	Trainingszielsetzung und Trainingsplanung	6
4.3	Evaluierung der Trainingsziele.....	6
4.4	Trainingsdurchführung.....	6
4.5	Allgemeines zum Training	7
5	Personalanforderungen.....	7
5.1	Prävention von Arzneimittelmissbrauch	7
5.2	Trainingsbereichsleiter	7
5.3	Personalanforderungen für das EMS-Training	7
6	Stationäre Trainingsgeräte.....	8
6.1	Allgemeines	8
6.2	Geräteausstattung.....	8
6.3	Wartung.....	8
6.4	Bedienbarkeit durch Trainer und Trainierende.....	8
7	Ausstattung für EMS-Training	8
7.1	Bekleidung	8
7.2	Elektroden	9
8	Weitere Informationen	9
8.1	Vorteile einer Studiozertifizierung	9
8.2	Zertifizierung im Marketing nutzen.....	9
8.2.1	Social Media, Print und Webseite	9
8.2.2	Personalisiertes Erklärungsvideo	9
8.2.3	“ZertFit“-Schild	9
8.2.4	Zertifikat	10

Hinweis:

Dieses Dokument gibt Ihnen einen ersten Eindruck über die zu erfüllenden Forderungen nach DIN-Norm 33961 „Anforderungen an die Studioausstattung und –betrieb“. Um detaillierte Informationen zum Inhalt der DIN-Norm 33961 zu erhalten, besteht die Möglichkeit die DIN-Norm 33961 im Beuth Verlag unter www.beuth.de kostenpflichtig zu bestellen



1 Einleitung

1.1 Dienstleistungszertifizierung „ZertFit“

Deutschland verfügt mit der DIN-Norm 33961 (Teil 5 – EMS) als erstes Land weltweit über eine offizielle einheitliche Norm für EMS-Studios. Erstmals werden in dieser Normreihe Anforderungen an den Betrieb von EMS-Studios festgelegt. Ziel der Norm ist es, Mindestanforderungen festzulegen, welche die Sicherheit und Qualität hinsichtlich Ausstattung und Management regeln und dadurch eine Vergleichbarkeit der vielfältigen Angebote für den Verbraucher ermöglichen.

Die BSA-Zert bietet eine Zertifizierung nach DIN 33961 mit ihrem durch die DAkkS akkreditierten Zertifizierungsprogramm „ZertFit“ an. Ein solches Qualitätssiegel steigert das Vertrauen bei Kunden und Kooperationspartnern, hat besondere Marketingwirkung und ist ein nachhaltiges Verkaufsargument für Mitgliedschaften im EMS-Studio. Die Zertifizierung „ZertFit“ gemäß DIN-Norm 33961 belegt dem Studiobesitzer unabhängig und neutral die Qualität seines Angebots und bietet damit einen echten nachhaltigen Mehrwert in der Außenwirkung.

1.2 Die fünf Teile der DIN-Norm 33961

Die DIN-Norm 33961 besteht grundsätzlich aus 5 Teilen. Ein die Zertifizierung „ZertFit“ zu erhalten, müssen EMS-Studios die Forderungen der Teile 1 und 5 erfüllen.

- Grundlegende Anforderungen an den Betrieb (DIN 33961 – Teil 1)
- Anforderungen an das gerätegestützte Herz-Kreislauftraining (DIN 33961 – Teil 2)
- Anforderungen an das Gruppentraining (DIN 33961 – Teil 3)
- Anforderungen an das gerätegestützte Krafttraining (DIN 33961 – Teil 4)
- Anforderungen an das EMS-Training (DIN 33961 – Teil 5)

1.3 Ablauf einer Zertifizierung

- **Anfrage**
 - Anforderung eines Angebotes durch den Kunden (www.bsa-zert.de/angebot)
 - Feststellung der grundsätzlichen Zertifizierbarkeit durch die BSA-Zert
 - Erstellung eines unverbindlichen Angebots durch die BSA-Zert
 - Annahme der Zertifizierung durch Unterzeichnung und Einreichung des Zertifizierungsvertrages
- **Durchführung**
 - Zusammenstellung und Einreichung von zertifizierungsrelevanten Dokumenten durch den Kunden
 - Dokumentenprüfung durch die BSA-Zert
 - Besuch vor Ort durch die BSA-Zert
- **Bestätigung**
 - Qualitätsbestätigung durch „ZertFit“-Zertifikat inkl. DAkkS-Logo
 - Übermittlung „ZertFit-Logo“ in digitaler Form zur freien Nutzung für Marketingzwecke
 - Zusendung „ZertFit-Schild“ zur freien Verfügung

Die Zertifizierung hat eine Gültigkeit von 3 Jahren. In dieser Zeitspanne werden zwei Überwachungsaudits durchgeführt. Nach drei Jahren erfolgt eine Re-Zertifizierung.



2 Grundlegende Anforderungen

Folgende Leistungen müssen vorhanden sein oder vom Studio angeboten werden:

- Kundenvertrag, Preisliste, Allgemeine Geschäftsbedingungen (falls vorhanden) und Hausordnung (falls vorhanden) sind den Kunden auf Wunsch auszuhändigen und dürfen zur Durchsicht vor Vertragsabschluss mitgenommen werden
- Trainingsplan
- Reinigungsplan
- Möglichkeit eines Probetraining (auch gegen Gebühr)
- namentliche Erkennbarkeit der Mitarbeiter
- ausreichende Beleuchtung im Studio

3 Notfallmanagement

Folgende Vorgaben müssen berücksichtigt werden, bzw. vorhanden sein:

- Benennung eines Notfallverantwortlichen
- Notfallkonzept für den med. Notfall und Feuernotfall inkl. Handlungs- und Organisationsplan
- Anwesenheit von Ersthelfer und Personen mit Brandschutzunterweisung (mit jeweils gültiger Bescheinigung) zu den gesamten Öffnungszeiten des Studios (Personalunion möglich)
- Erste-Hilfe-Kasten (nach DIN 13157) auf jeder Etage
- Feuerlöscher und/oder Brandschutzeinrichtung
- Automatischer Externer Defibrillator (AED)
- Schnurlostelefon
- Hinweistafel mit Notfallnummern und zuständigen Personen
- Protokoll- und Dokumentationssystem von Notfällen und Notfallübungen (med. Notfall und Feuernotfall)
- Flucht- und Rettungsplan
- Traubenzucker und Kühlmaterial

4 Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf

Folgende Leistungen müssen vorhanden sein, dem Kunden angeboten und schriftlich kommuniziert werden:

4.1 Eingangsgespräch vor dem ersten Training

- Mit jedem Kunden muss ein Eingangsgespräch mit schriftlicher Dokumentation der Kundendaten mithilfe eines standardisierten Fragebogens durchgeführt und mindestens nachfolgende Aspekte abgeklärt werden:

- Alter und Geschlecht
- Sportliche Vorerfahrung
- Abklärung Bedürfnisse und Trainingsmotive
- Gesundheitliche Risikoabklärung*

* Die gesundheitliche Risikoabklärung muss mindestens die folgenden Themen beinhalten:

- ärztliche Behandlung
- Atemwege
- Bewegungsapparat
- allgemeine Trainingstauglichkeit
- Kontraindikatoren

Die Abfrage der Kontraindikatoren muss mindestens folgende Themen beinhalten:

- Relative Kontraindikatoren
 - Akute Rückenbeschwerden ohne Diagnose
 - Akute Neuralgien, Bandscheibenvorfälle
 - Implantate, die älter als 6 Monate sind
 - Erkrankungen der inneren Organe und insbesondere Nierenerkrankungen
 - Kardiovaskuläre Erkrankungen
 - Bewegungskinetosen
 - Größere Flüssigkeitsansammlungen im Körper
 - Ödeme
 - Offene Hautverletzungen, Wunden, Ekzeme, Verbrennungen
 - Entsprechende Medikamente

Beim Auftreten von „relativen“ Kontraindikatoren darf ein EMS-Ganzkörpertraining nur nach ärztlicher Freigabe erfolgen

- **Absolute Kontraindikatoren**

- Akute Erkrankungen (z. B. bakterielle, virale, entzündliche Prozesse, fieberhafte Erkrankungen)
- Kürzlich vorgenommene Operationen
- Arteriosklerose, arterielle Durchblutungsstörungen
- Stents und Bypässe, die weniger als 6 Monate aktiv sind
- Unbehandelter Bluthochdruck
- Diabetes Mellitus
- Schwangerschaft
- Elektrische Implantate, Herzschrittmacher
- Herz-Rhythmus-Störung
- Tumor- und Krebserkrankung
- Blutungsstörung, Blutungsneigung (Hämophilie)
- Neuronale Erkrankungen, Epilepsie, schwere Sensitivitätsstörungen
- Bauchwand- und Leistenhernien
- Akuter Einfluss von Alkohol, Drogen, Rauschmittel

Beim Auftreten von „absoluten“ Kontraindikatoren darf kein EMS-Ganzkörpertraining durchgeführt werden.

4.2 Trainingszielsetzung und Trainingsplanung

- schriftliche Formulierung von Trainingszielen
- Erstellung und Aktualisierung eines Trainingsplanes

4.3 Evaluierung der Trainingsziele

- Möglichkeit für den Kunden, in regelmäßigen Abständen gemeinsam mit einem Trainer zu evaluieren, ob Trainingsziele erreicht werden.
- Die Evaluierung muss mindestens die folgenden Themen beinhalten:
 - bisherige Erreichung der Ziele
 - Veränderungen bei den Trainingszielen
 - bisherige Zufriedenheit mit der Trainingsplanung
 - ggf. Änderungswünsche
 - Veränderungen im Gesundheitszustand

4.4 Trainingsdurchführung

- Das Training wird **IMMER** unter Anwesenheit eines ausgebildeten Trainers durchgeführt
- Einweisung in die Trainingsübungen sowie Aufklärung der Abläufe durch einen Trainer
- Der Trainer hat sich während der Trainingssession ausschließlich um die Belange des/der Anwender zu kümmern
- Vor, während und nach dem Training überprüft der Trainer verbal und per Augenschein den Zustand des Trainierenden, um gesundheitliche Risiken auszuschließen
- Der Trainer darf sich nur in der Nähe des Bediengerätes aufhalten, um jederzeit Einfluss nehmen zu können



Nachfolgende Punkte müssen beim ersten Training berücksichtigt und eingehalten werden:

- Der Trainierende darf nicht ausbelastet werden
- Initiale Impulsgewöhnung bei geringer Impulsstärke
- Durchführung eines über die initiale Impulsgewöhnung hinausgehenden Trainings mit moderater Reizintensität
- reduzierte effektive Trainingszeit von max. 12 Minuten bei intermittierenden Belastungen und mit kurzen Impulsphasen

Nachfolgende Punkte müssen beim weiteren Training berücksichtigt und eingehalten werden:

- Reizhöhe sukzessive steigern und individuellen Zielen anpassen
- Höchste Ausprägung frühestens nach 10 Wochen systematischen Trainings
- Trainingsdauer max. 20 Minuten

4.5 Allgemeines zum Training

- Der Kunde muss mindestens auf nachfolgende Punkte hingewiesen werden:
 - Zunahme von kohlenhydratreicher Nahrung ca. 2 Stunden vor dem Training
 - Trinken von mind. 0,5 l jeweils vor und nach dem Training
- Pausen von mind. 6 Tagen zwischen den Trainingseinheiten in den ersten 10 Wochen
- Pausen von mindestens 4 Tagen zwischen den Trainingseinheiten ab der 10. Woche
- Permanente Begleitung und Durchführung der Trainingseinheit durch einen Trainer mit mindestens einer Qualifikation siehe 5.3 „Personalanforderungen für EMS-Training“
- Betreuung von maximal 2 Trainierenden pro Trainer und Trainingseinheit
- Ständiger Blickkontakt und verbale Kommunikation durch den Trainer mit dem Trainierenden
- Der Trainierende wird darauf hingewiesen, dass Veränderungen im Gesundheitszustand dem Trainer vor jedem Training mitzuteilen sind.
- Bei Auftreten von Kontraindikatoren ist das Training sofort abzubrechen

5 Personalanforderungen

5.1 Prävention von Arzneimittelmissbrauch

Das EMS-Studio muss mindestens eine Person mit spezifischer Qualifikation im Bereich Arzneimittelgebrauch und -missbrauch sowie andere Suchtverhalten benennen. Diese Person muss für die Trainer ansprechbar sein und sie regelmäßig (mind. 1x jährlich) zum Thema Arzneimittelgebrauch und -missbrauch sowie zu anderen Suchtverhalten informieren (eine schriftliche Dokumentation ist zu führen). Doppel- und Mehrfachfunktionen einzelner Personen sind zulässig. Die Anforderung kann intern durch einen Mitarbeiter mit der Qualifikation „Leistungssport Bodytrainer“ oder auch extern mittels dokumentierter Kooperation mit einem Arzt oder Apotheker erfüllt werden.

5.2 Trainingsbereichsleiter

Das EMS-Fitness-Studio muss einen Leiter des Trainingsbereiches haben. Dem Leiter obliegen verschiedene Pflichten und er muss über eine Qualifikation von mindestens gemäß Qualifikationsstufe 4 (z.B. Fitnesstrainer A-Lizenz) verfügen.

5.3 Personalanforderungen für das EMS-Training



- Jeder EMS-Trainer muss mindestens über eine Grundqualifikation im Bereich Fitness-Individualtraining der Qualifikationsstufe 2 (z.B. Fitnesstrainer B-Lizenz) verfügen.
- Zusätzlich muss jeder Trainer über eine Zusatzqualifikation im Bereich EMS-Training eines anerkannten oder zertifizierten Ausbildungsinstitutes verfügen.
- Zudem wird ein Nachweis benötigt, welcher ihm mindestens 10 Trainingseinheiten als Trainer im Bereich EMS-Training bescheinigt.

6 Stationäre Trainingsgeräte

6.1 Allgemeines

Für das Training sind EMS-Trainingsgeräte nach DIN EN 6100 (EMV) und nach DIN EN 60335 (Sicherheit) mit CE-Kennzeichnung des Herstellers zu verwenden. Bei der Herstellung müssen die Forderungen der ISO IEC 60601-2.10 berücksichtigt worden sein.

6.2 Geräteausstattung

Die Geräteausstattung für EMS-Training muss nachfolgende Ausstattung und Bedienbarkeit aufweisen.

- Abschaltung
- Halteeinrichtung für den Trainierenden (ggf. am Gerät)
- Einstellung der Reizintensität muss kontinuierlich oder in Stufen von nicht mehr als 1 mA oder 1V je Stufe erfolgen (nach DIN EN 60601-2-10; Einstellungen dürfen nicht sprunghaft möglich sein)
- Bedienelemente der Reizintensität müssen ohne Menüwechsel o. ä. sofort erkennbar oder bedienbar sein (Eingaben müssen umgehend geändert werden können)
- Eindeutige Zuordnung der Ausgangsamplituden (kabelgebundene Geräte)
- Gerät und technisches Zubehör müssen vom gleichen Hersteller bzw. vom Hersteller zugelassen sein

6.3 Wartung

- Wartungskonzept nach Herstellerangaben muss schriftlich geführt werden und nachfolgende Abläufe beinhalten

6.4 Bedienbarkeit durch Trainer und Trainierende

- Die Funktion der Abschaltung ist dem Trainer und Trainierenden bekannt
- Bediengerät muss innerhalb von 1 s vom Trainer und Trainierenden zu erreichen sein
- Zuordnung, welcher Trainierende an welchem Gerät angeschlossen ist, muss eindeutig erkennbar sein (nur kabelgebundene Geräte)

7 Ausstattung für EMS-Training

7.1 Bekleidung

- Funktionskleidung (Leih-/Mietkleidung und/oder Kaufkleidung) muss dem Kunden zur Verfügung gestellt werden
- Leih-/Mietkleidung sind nach jeder Anwendung gemäß Herstellerangaben zu reinigen



- Wasch- und Reinigungsplan ist schriftlich zu führen

7.2 Elektroden

- Westen und Elektroden sind nach jeder Anwendung gemäß Herstellerangaben zu reinigen und desinfizieren

8 Weitere Informationen

8.1 Vorteile einer Studiozertifizierung

- Bestätigung der Qualitätssicherung durch eine neutrale Partei
- Erhöhung der Marketingwirkung
- Einsetzbarkeit als Verkaufsargument im Interessentengespräch
- Steigerung des Imageeffektes im relevanten Marktgebiet
- Vertrauensbildung bei Kunden und Kooperationspartnern
- Optimierung der Sicherheitsstandards im Studio
- Risikoabsicherung durch Rechtssicherheit im Schadensfall
- Akzeptanzsteigerung bei Firmen, als Partner für betriebliches Gesundheitsmanagement

8.2 Zertifizierung im Marketing nutzen

Im Anschluss an die erfolgreiche Zertifizierung nach DIN-Norm 33961 durch die BSA-Zert erhalten Sie ein Zertifikat in DIN A3 und A4, das „ZertFit“-Logo in digitaler Form, ein werbewirksames Schild, sowie ein personalisiertes Erklärungsvideo, welches Sie dauerhaft in Ihren gesamten Marketingmaterialien für die Bewerbung Ihres EMS-Studios verwenden können. Bei jeder einzelnen Werbeaktion können Sie Ihr „ZertFit“-Logo einbauen. Das steigert kontinuierlich das Vertrauen bei Ihren potenziellen Kunden und Kooperationspartnern.

8.2.1 Social Media, Print und Webseite

Nutzen Sie die Reichweite der unterschiedlichen Kanäle aus Social Media, Printmedien und Ihrer Internetpräsenz, um aktiv mit Ihren Kunden, Kooperationspartnern und Interessenten zu kommunizieren und über die erfolgreiche Studiozertifizierung zu informieren (www.bsa-zert.de/marketing).

8.2.2 Personalisiertes Erklärungsvideo

Es wird Ihnen kostenfrei ein personalisiertes Erklärungsvideo zum Thema EMS-Studiozertifizierung nach DIN-Norm 33961 zur Verfügung gestellt. Das Video kann von Ihnen genutzt werden, um Ihren Kunden die Studiozertifizierung verständlich zu erklären und Ihre Fitness- und Gesundheitsanlage zu bewerben (www.bsa-zert.de/meinvideo).

8.2.3 „ZertFit“-Schild

Zur erfolgreichen Studiozertifizierung nach DIN-Norm 33961 gibt es das „ZertFit“-Schild inkl. Distanzhalter und Montageanleitung. Mit dem von uns gelieferten „ZertFit“-Logo, welches Sie in digitaler Form zur Verfügung gestellt bekommen, können Sie auch Ihr individuelles „ZertFit“-Schild gestalten. Durch diese Werbemittel haben Sie die Möglichkeit Ihre Mitglieder, potentielle Neukunden und Kooperationspartner auf die Studiozertifizierung nach DIN-Norm 33961 aufmerksam zu machen.



8.2.4 Zertifikat

Nach positiver Begutachtung bestätigt die BSA-Zert dem Studio die Erfüllung der DIN-Norm 33961 anhand des Zertifikates „ZertFit“ mit DAkS-Logo in DIN A3 und A4.

Bei weiteren Fragen zur Studiozertifizierung „ZertFit“ steht Ihnen das Team der BSA-Zert sehr gerne zur Verfügung.

BSA-Zert
Hermann Neuberger Sportschule 3
66123 Saarbrücken
TEL 0681-6855 330
info@bsa-zert.de

Jetzt kostenfreies Angebot anfordern: www.bsa-zert.de/angebot