



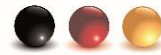
## Kurzübersicht Anforderungen an EMS-Studios

DIN EN 17229

und

DIN 33961 - Teil 5 (EMS)

[WWW.BSA-ZERT.DE](http://WWW.BSA-ZERT.DE)



## Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	3
1.1	Dienstleistungszertifizierung „ZertFit“ .....	3
1.2	Teil 1 der DIN-Norm 33961 wird durch die DIN EN 17229 ersetzt.....	3
1.3	Ablauf einer Zertifizierung.....	3
2	Anforderungen an den Betrieb .....	4
2.1	Mitgliedschaft.....	4
2.2	Betreuung.....	4
2.3	Informationspflichten.....	4
2.4	Gesunde Lebensführung .....	4
2.5	Betrieb des Studios.....	4
2.6	Umgang mit Gefahrstoffen.....	5
2.7	Gebäudeinstallationen/ –ausrüstung.....	5
3	Sicherheit.....	5
	Sicherheitsmanagement .....	5
4	Betreuungskonzepte, Trainingsprogramme/-ablauf.....	6
4.1	Eingangsgespräch vor dem ersten Training .....	6
4.2	Trainingsdurchführung.....	7
4.3	Allgemeines zum Training .....	8
5	Personalanforderungen.....	8
	Personalanforderungen für das EMS-Training .....	8
6	Stationäre Trainingsgeräte.....	8
6.1	Allgemeines .....	8
6.2	Geräteausstattung.....	8
6.3	Wartung.....	9
6.4	Bedienbarkeit durch Trainer und Trainierende.....	9
7	Ausstattung für EMS-Training .....	9
7.1	Bekleidung.....	9
7.2	Elektroden .....	9
8	Weitere Informationen .....	9
8.1	Vorteile einer Studiozertifizierung .....	9
8.2	Zertifizierung im Marketing nutzen.....	10

### Hinweis:

Dieses Dokument gibt Ihnen einen ersten Eindruck über die zu erfüllenden Forderungen nach DIN EN 17229 und DIN-Norm 33961 Teil 5 „Anforderungen an die Studioausstattung und –betrieb“. Leider ist es uns aus rechtlichen Gründen nicht möglich, detaillierte Informationen zum Inhalt der Normen an Dritte weiter zu geben, da das Urheberrecht für jede DIN-Norm bei dem Deutschen Institut für Normung (DIN) liegt. Es besteht die Möglichkeit die Normen im Beuth Verlag unter [www.beuth.de](http://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-Norm 33961 – Teil 5, in Kombination mit DIN EN 17229 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“ belegt dem Studiobesitzer unabhängig und neutral die Qualität seines Angebots und bietet damit einen echten nachhaltigen Mehrwert in der Außenwirkung.

## 1.2 Teil 1 der DIN-Norm 33961 wird durch die DIN EN 17229 ersetzt.

Die DIN-Norm 33961 bestand ursprünglich aus 5 Teilen. Teil 1 der DIN-Norm wurde durch die DIN EN 17229 ersetzt. Um die Zertifizierung „ZertFit“ zu erhalten, müssen EMS-Studios die Forderungen der DIN EN 17229 und DIN 33961 - Teil 5 erfüllen.

- Anforderungen an Studioausstattung und -betrieb (DIN EN 17229)
- Anforderungen an das EMS-Training (DIN 33961 – Teil 5)

## 1.3 Ablauf einer Zertifizierung

- **Anfrage**

Wer macht	Was
Kunde	Anforderung eines Angebotes über die Homepage der BSA-Zert ( <a href="http://www.bsa-zert.de/angebot">www.bsa-zert.de/angebot</a> ), dies ist für den Kunden unverbindlich.
BSA-Zert	Feststellung der grundsätzlichen Zertifizierbarkeit.
BSA-Zert	Erstellung eines kostenlosen Vertragsangebotes.
Kunde	Annahme des Vertragsangebotes durch Übersendung des unterschriebenen Vertrages an die BSA-Zert.

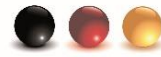
- **Durchführung**

Wer macht	Was
Kunde	Zusammenstellung und Einreichung notwendiger Dokumente.
BSA-Zert	Prüfung der eingereichten Unterlagen auf Normkonformität.

- **Bestätigung**

Kunde erhält	Was
1.	Qualitätsbestätigung durch ein „ZertFit“-Zertifikat.
2.	Zertifizierungslogo „ZertFit“ in digitaler Form, zur freien Nutzung für sämtliche Marketingzwecke.
3.	Ein werbewirksames Schild mit dem ZertFit-Logo, um die Kunden im Studio auf die Zertifizierung aufmerksam zu machen.

Der Zertifizierungsvertrag läuft auf unbestimmte Zeit und ist monatlich kündbar. Die Einhaltung der Zertifizierungsvoraussetzungen werden jährlich per Dokumentenprüfung oder Remoteaudit überprüft.



## 2 Anforderungen an den Betrieb

### 2.1 Mitgliedschaft

Das Studio muss den Kunden einen Mitgliedschaftsvertrag mit den Allgemeinen Geschäftsbedingungen und eine Hausordnung zur Verfügung stellen. Der Vertrag muss Regelungen zu den üblichen Dingen enthalten, die der Mitgliedschaft zugrunde liegen, wie Laufzeit, Preise, Zahlungsmodalitäten, Verlängerungen, Kündigungsmöglichkeiten und Rücktrittsmöglichkeiten.

### 2.2 Betreuung

Das Studio muss Kunden über die sichere Nutzung seiner Einrichtungen und Dienste informieren.

Das Studio muss für die Kunden Kommunikationswege für Fragen und Anmerkungen, z.B. über ein Feedbackformular, Kummerkasten usw., zur Verfügung stellen. Zudem muss das Studio definieren, wie mit Kundenanliegen umgegangen wird.

### 2.3 Informationspflichten

Das Studio muss den Kunden Informationen zu seinen Kernleistungen zur Verfügung stellen:

Öffnungszeiten, Preise, Hausordnung, Betriebshaftpflicht, Qualifikation des Trainingspersonals.

Die Informationen können dem Kunden auf unterschiedlichen Wegen bereitgestellt werden (zum Vertrag, Aushang, Intranet, Homepage, Mappe zum Einsehen auf Anfrage).

### 2.4 Gesunde Lebensführung

Das Studio muss Informationen zur gesunden Lebensführung bereitstellen, die auch die Themen Doping und Freizeitdrogen berücksichtigen.

In diesem Zuge müssen Kunden beispielsweise darüber aufgeklärt werden, dass Training mit Risiken und Chancen verbunden ist, nur im Rahmen der Leistungsfähigkeit und bei gesundheitlichen Einschränkungen nur nach Rücksprache mit einem Arzt ausgeübt werden sollte.

### 2.5 Betrieb des Studios

Das Studio muss über schriftliche Richtlinien zum Betrieb der Einrichtung verfügen.

#### Elektrische Anlagen

Die elektrischen Anlagen und Geräte müssen regelmäßig geprüft werden. Die Überprüfung ist zu dokumentieren.

#### Böden

Bodenflächen müssen sauber und für die Verwendung geeignet sein. Für die Reinigungsaktivitäten muss ein Reinigungsplan (wer, was, wann) vorhanden sein. Die Böden dürfen keine Stolperfallen oder Rutschgefahren aufweisen. Die Pflegehinweise des Herstellers sind zu berücksichtigen.

#### Belüftung

Das Studio muss für eine angemessene Belüftung sorgen, z.B. durch eine Klimaanlage oder Fenster die geöffnet werden können.

## **Temperatur**

Das Studio muss die Temperatur im Trainingsbereich anzeigen und auf ein erhöhtes Risiko bei einem Training  $>26^{\circ}\text{C}$  hinweisen.

## **Beleuchtung und Geräuschpegel**

Das Studio muss für ausreichend Licht und einem angemessenen Geräuschpegel zur sicheren Durchführung des Trainings sorgen.

Anmerkung: Richtwerte für Geräuschpegel  $L_{Aeq}$  90dB(A) Durchschnittspegel und  $L_{Cpeak}$  126dB(C) Spitzenschalldruckpegel.

## **Flüssigkeitszufuhr während des Trainings**

Das Studio muss trainierenden Kunden einen offenen Zugang zu Mitteln für die Flüssigkeitszufuhr bereitstellen. Dies kann beispielsweise über den Verkauf von Getränken erfolgen.

## **2.6 Umgang mit Gefahrstoffen**

Das Studio muss Gefahrstoffe identifizieren, Risiken im Umgang minimieren, Personal im Umgang schulen.

## **2.7 Gebäudeinstallationen/ –ausrüstung**

Das Studio muss Risiken durch die Verwendung von Gebäudeinstallationen/-ausrüstung identifizieren und bewerten. Die Wartung und Prüfungen müssen nach den existierenden Vorgaben bzw. Herstellerangaben erfolgen.

# **3 Sicherheit**

## **Sicherheitsmanagement**

Die Unternehmensleitung muss sich dazu bekennen, dass Sicherheit höchste Priorität hat. Es müssen Verfahren schriftlich definiert werden und deren Einhaltung muss regelmäßig durch die Einrichtung bewertet werden. Es ist empfehlenswert dies im Rahmen einer Gefährdungsanalyse umzusetzen.

Das Studio muss potentielle Notfallsituationen identifizieren, Notfallübungen durchführen, und über aktuelles und vollständiges Erste Hilfe Material, Zucker, Kühlpacks sowie eine Wärmedecke verfügen, auf einen automatischen externen Defibrillator (AED) Zugriff haben und die Anwesenheit von Ersthelfer und Personen mit Brandschutzunterweisung (mit jeweils gültiger Bescheinigung) zu den gesamten Öffnungszeiten des Studios (Personalunion möglich) sicherstellen.

## 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\*

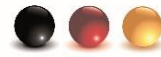
\* Die gesundheitliche Risikoabklärung muss mindestens die folgenden Themen beinhalten:

- 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 Trainingsdurchführung**

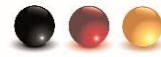
- Das Training wird **IMMER** unter Anwesenheit eines ausgebildeten Trainers durchgeführt
- Einweisung in die Trainingsübungen sowie Aufklärung der Abläufe durch einen Trainer
- Der Trainer hat sich während der Trainingssession ausschließlich um die Belange des/der Anwender zu kümmern
- Vor, während 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



### 4.3 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

### 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, aus dem mindestens nachfolgende Abläufe hervorgehen und das schriftlich zu führen ist:

- Wartungshäufigkeit (mindestens 1 je Woche)
- Art der Wartung (Prüfung aller trainingsrelevanten Komponenten auf Verschleiß und Funktion)
- Dokumentation

## 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.

# 7 Ausstattung für EMS-Training

## 7.1 Bekleidung

- Funktionskleidung (Leih-/Mietkleidung und/oder Kaufkleidung) muss dem Kunden zur Verfügung gestellt werden
- Der Trainierende muss vor Vertragsunterzeichnung über die Notwendigkeit der Funktionskleidung informiert 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 EN 17229 und 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.

### 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](http://www.bsa-zert.de/marketing)).

### Personalisiertes Erklärungsvideo

Es wird Ihnen kostenfrei ein personalisiertes Erklärungsvideo zum Thema EMS-Studiozertifizierung 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](http://www.bsa-zert.de/meinvideo)).

### „ZertFit“-Schild

Zur erfolgreichen Studiozertifizierung nach DIN EN 17229 und 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 EN 17229 und DIN-Norm 33961 aufmerksam zu machen.

### Zertifikat

Nach positiver Begutachtung bestätigt die BSA-Zert dem Studio die Erfüllung der DIN EN 17229 und DIN-Norm 33961 anhand des Zertifikates „ZertFit“ 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-Straße 3  
66123 Saarbrücken  
TEL 0681-6855 330  
[info@bsa-zert.de](mailto:info@bsa-zert.de)

**Jetzt kostenfreies Angebot anfordern: [www.bsa-zert.de/angebot](http://www.bsa-zert.de/angebot)**