

DB3303

温州市地方标准

DB3303/T XXX—XXXX

百姓健身房建设与服务规范

（征求意见稿）

XXXX—XX—XX 发布

XXXX—XX—XX 实施

XXXXXX 发布

前 言

本文件依据GB/T 1.1—2020给出的规则起草。

本文件由温州市体育局提出并归口。

本文件起草单位：温州市体育局、温州市标准化科学研究院。

本文件主要起草人：卢峰、温从达、陈刚、陈冰慧、林琼秋、金波、项君伟、木淙、李勇。

百姓健身房建设与服务规范

1 范围

本文件规定了百姓健身房建设的基本要求、环境要求、设施要求以及相应服务的要求。
本文件适用于温州市行政区域内的百姓健身房建设与服务。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

- GB/T 18883 室内空气质量标准
- GB/T 19995.2 天然材料体育场地使用要求及检验方法 第2部分：综合体育场馆木地板场地
- GB 50016 建筑设计防火规范

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

百姓健身房 gym for citizen
由政府主导、依托社会力量合办，具备对群众公益开放的公共室内场馆型自助健身房。

4 基本要求

- 4.1 百姓健身房选址应遵循普遍均等原则，应按覆盖服务人口不少于 1 万人的标准统筹规划和布局。
- 4.2 百姓健身房宜位于一楼临街、人口集中、交通便利、市政配套设施条件完善的区域。
- 4.3 百姓健身房与其他设施合建时，应自成一体，单独设置出入口。
- 4.4 百姓健身房总使用面积应不小于 200 m²，场地以矩形为宜，层高不低于 2.8 m。
- 4.5 百姓健身房应设器械区、操舞房和公共区，器械区分有氧练习区和力量练习区，器械区面积应不小于 100 m²，操舞房面积不小于 80 m²。
- 4.6 百姓健身房采用应有稳定可靠的互联网接入条件，带宽不应低于 100 M，提供门禁系统管理，实现数字化服务。
- 4.7 百姓健身房应安装监控设备，不少于三个摄像头，宜监控无死角，并能保存 7 天时间记录。
- 4.8 百姓健身房入口处醒目位置配置统一的招牌灯箱和牌匾，夜间具备 LED 照明。百姓健身房各类标识应清晰可见，具体要求见表 1。

表 1 百姓健身房标识要求表

位置	标识内容	材质	数量	尺寸 cm
门面	“百姓健身房”	招牌灯箱	1组	——
移门	进出门二维码	亚克力	1组	21×30
入口	健身房类别	雪弗板	1个	60×30
	入馆须知	雪弗板	1个	60×80
	开放承诺书、开放时间等	亚克力置物架	1组	21×30
出口	注意事项及预防须知	雪弗板	各1	60×80
场内	公益宣传	雪弗板	各1	60×80
	区域或功能标识	雪弗板	各1	60×30
器械	器械使用说明二维码	可移式背胶	1张	5×3

5 环境要求

- 5.1 各区域空气流通，符合 GB/T 18883 的要求；宜配置空气调节和净化设施。
- 5.2 内部光照明亮、柔和，其中器械区和操舞房宜采用暖色光源。
- 5.3 室内环境保持干净整洁；墙面干净整洁，不乱贴乱挂；应设垃圾分类等卫生标准。
- 5.4 防火设计应符合 GB 50016 要求，耐火等级不低于二级。
- 5.5 应布设健身器械专用线路，布线、插口配置需符合国家要求；宜配置电源稳压器。

6 设施要求

6.1 器械区

- 6.1.1 百姓健身房按健身设施配备应为国家质量检测认可的商用机型，健身设施配备见表 2。
- 6.1.2 有氧练习器种类不少于 4 种，各种类器械不少于 2 件，器械数量不少于 9 件。
- 6.1.3 力量练习器种类不少于 3 种，各种类器械不少于 1 件，器械数量不少于 3 件。
- 6.1.4 自由力量练习区应有壁镜，影像清晰不变形。
- 6.1.5 地面应铺设专业防滑运动地胶。
- 6.1.6 场内人行过道宽度不低于 0.8 m。

6.2 操舞房

- 6.2.1 应设把杆等柔韧性训练器械；辅助健身器材不少于 1 种，软垫不少于 5 套。
- 6.2.2 应设有壁镜，影像清晰不变形。
- 6.2.3 地面符合 GB/T 19995.2 的相关要求。
- 6.2.4 应配有 1 套公共音响设备和无线麦克风。

6.3 公共区

- 6.3.1 应配置体质秤、挂钟；宜配置饮水机、自动贩卖机和生命除颤仪（AED），免费报刊杂志。
- 6.3.2 应配置放松器不少于 1 件，休息桌椅不少于 1 套，其中休息座位 3 位以上。

表 2 器械区健身设施配备表

器械名称	数量	功能区域	
跑步机	6	心肺耐力训练	器械区
椭圆机	2		
立式单车	2		
划船器	2		
双轨道力量综合训练器	1	力量训练	
史密斯力量训练器	1		
肩部训练器	1		
胸部训练器	1		
腿部训练器	1		
腰腹训练器	1		
哑铃组	1 组		
压腿杆	2	柔韧训练	操舞房
公共音响设备和无线麦克风	1 套		
瑜伽垫	5		
放松器	2		公共区
休闲座椅	1 组		
体质秤	1		

7 服务要求

- 7.1 应配备专、兼职体育指导员，开展公益巡场指导。
- 7.2 应建立消防、急救、检查等服务应急制度，设施设备检查每月应不少于 1 次。
- 7.3 应能提供包括但不限于以下服务：
- 扫码注册；
 - 免责声明约定；
 - 紧急联系人信息；
 - 收费结算（或免费）；
 - 体质测试、个人健康档案记录；
 - 健身器械使用说明；
 - 场地公共责任险。
- 7.4 应在醒目位置公示包括但不限于以下内容：
- 开放时间、健身须知（注意事项）、公益课程安排；
 - 服务范围、服务公约、服务承诺；
 - 收费办法、收费公示；
 - 管理人员联系方式、投诉电话及联系人（入口处与场内公示栏）；
 - 体育指导员姓名、联系方式（场内公示栏）；
 - 器械报修电话及联系人。

7.5 因地制宜设置开放时间，每周开放 56 小时以上，且覆盖上午、下午、晚上三个时间段。

7.6 应配备专、兼职工作人员，具备良好的职业道德和基本急救知识。宜持有有效急救证书（CPR+AED）心肺复苏和生命除颤仪。工作人员应着工作服，服装保持整洁。

7.7 工作人员应保持设施摆放有序和维护百姓健身房秩序。
