



ФІТНЕС-ТРЕНДИ 2020

*Воробйова Анастасія, Ковальова Наталія,
Юрченко Олександр, Ковальов Володимир*

Національний університет фізичного виховання та спорту України

DOI: [10.32540/2071-1476-2019-1-230](https://doi.org/10.32540/2071-1476-2019-1-230)

Annotation

Introduction. The fitness industry is one of the fastest growing spheres with quick-paced fashion on different kinds of fitness. Fitness centers or clubs, as well as fitness trainers, to stay competitive should know about new tendencies and even predict them. To help them researchers from different countries are conducting surveys to find fitness trends for the next year. In 2019 more regions join to research.

Material and methods. The research is based on the analysis of sources of literature and experts' thoughts. In the worldwide survey took part 3037 specialists from more than 40 countries; in the European – 1001 specialists from 40 countries. Experts' opinions on the development of the fitness industry have been analyzed in Ukraine.

Results. Comparison of the worldwide and European trends-2020 made it possible to find as similar tendencies (16 positions from 20), as well as differences between these regions. However, ranking of top-20 trends in every region is absolutely different. For example, wearable technology – the trend, which is on the first place of worldwide survey, but on the 18th place in Europe. As in Ukraine no such studies have been conducted, the analysis of experts' opinions has allowed us to identify the main trends in the development of the fitness industry. In Ukraine, only 2.9% of the population is involved in fitness, and therefore there are significant prospects for the industry. Experts agree that fitness in small cities should be developed.

Conclusions. Comparison of world and European fitness trends suggests that mentally Ukraine is closer to European trends, but the forecasts of Ukrainian fitness experts differ significantly from both world and European ones, so there is a need for a national survey to determine Ukraine's fitness trends.

Keywords: fitness, trend, development, perspective, world trends, national trends, European trends.

Анотація

Фітнес-індустрія швидко та динамічно розвивається у всьому світі, що спричиняє зростання конкуренції на ринку фітнес-послуг і спонукає фітнес-центри та клуби не тільки слідкувати за останніми тенденціями, але й намагатися їх передбачити та швидко впровадити. Щоб допомогти їм, дослідники з різних країн проводять опитування, щоб визначити фітнес-тренди на наступний рік.

Методи. Дослідження ґрунтується на аналізі джерел літератури та думок експертів. У всесвітньому опитуванні взяли участь 3037 фахівців з понад 40 країн; в європейській – 1001 спеціаліст із 40 країн. В Україні проаналізовано думки експертів щодо розвитку фітнес-індустрії.

Результати. Порівняння світових та європейських фітнес-трендів 2020 року дозволило знайти як подібні тенденції (16 позицій з 20-ти), так і відмінності. Однак більш детальний аналіз показав, що ранжування представлених трендів значно відрізняється. Наприклад, розумні технології у аксесуарах – тренд, який стоїть на першому місці всесвітнього опитування, але на 18-му в Європі. Хоча в Україні подібних досліджень не проводилось, аналіз думок експертів дозволив визначити основні тенденції у розвитку індустрії фітнесу. В Україні

до занять фітнесом залучено лише 2,9 % населення, а тому існують значні перспективи для розвитку галузі. Експерти погоджуються, що слід розвивати, перш-за-все, фітнес у невеличких містах.

Висновки. Порівняння світових та європейських фітнес-трендів дозволяє стверджувати, що ментально Україні ближче європейські тенденції, але прогнози українських експертів у сфері фітнесу значно відрізняються як від світових, так і від європейських, тому існує необхідність проведення національного опитування для визначення фітнес-трендів України.

Ключові слова: фітнес, тенденція, тренд, розвиток, перспектива, світові тренди, національні тренди, європейські тренди.

Анотація

Фитнес-индустрия быстро и динамично развивается во всем мире, что приводит к росту конкуренции на рынке фитнес-услуг и побуждает фитнес-центры и клубы не только следить за последними тенденциями, но и пытаться их предвидеть и быстро внедрять. Чтобы помочь им, исследователи из разных стран проводят опросы для определения фитнес-трендов на следующий год.

Методы. Исследование основывается на анализе источников литературы и мнений экспертов. Во всемирном опросе приняли участие 3037 специалистов из 40 стран; в европейском – 1001 специалист из 40 стран. В Украине проанализированы мнения экспертов относительно развития фитнес-индустрии.

Результаты. Сравнение мировых и европейских фитнес-трендов 2020 года позволило найти как подобные тенденции (16 позиций из 20), так и различия. Однако более детальный анализ показал, что ранжирование представленных трендов значительно отличается. Например, умные технологии в аксессуарах – тренд, который стоит на первом месте всемирного опроса, но на 18-м европейского. Хотя в Украине подобных исследований не проводилось, анализ мнений экспертов позволил определить основные тенденции в развитии индустрии фитнеса. В Украине к занятиям фитнесом привлечено лишь 2,9 % населения, а потому существуют значительные перспективы для развития отрасли. Эксперты соглашаются, что следует развивать, прежде всего, фитнес в небольших городах.

Выводы. Сравнение мировых и европейских фитнес-трендов позволяет утверждать, что ментально Украине ближе европейские тенденции, но прогнозы украинских экспертов в сфере фитнеса значительно отличаются как от мировых, так и от европейских, поэтому существует необходимость проведения национального опроса для определения фитнес-трендов Украины.

Ключевые слова: фитнес, тенденция, тренд, развитие, перспектива, мировые тренды, национальные тренды, европейские тренды.

Вступ. Фітнес індустрія стрімко розвивається у всьому світі завдяки комерційній орієнтації, а тенденції у сфері фітнесу швидко змінюються. Наприклад, у 2018 році у оздоровчих клубах різних країн було зареєстровано 183 мільйони членів, при цьому сумарний дохід таких клубів склав 94 млрд доларів (The 2019 IHRSA..., 2018). Крім прибутку від надання фітнес-послуг, зростає також дохід від виробництва фітнес-обладнання, що у 2018 році у світі склав 2,95 млрд євро (European..., 2019).

Лідером фітнес індустрії тривалий час залишається США. Так у 2018 році у США фітнесом займалось 62,5 мільйони осіб, що

принесло 32,3 млрд доларів доходу (The 2019 IHRSA..., 2018).

У Європі у 2018 році було 62,2 мільйона членів фітнес-клубів (на 3,5% більше ніж у 2017 році) та 61984 фітнес-клубів (на 4,6% більше за попередній рік) із загальним доходом 27,2 млрд євро (на 1,2% більше за попередній рік) (European..., 2019). Загальна залученість населення Європейського союзу (включаючи Норвегію, Росію, Швейцарію, Туреччину та Україну) складає 7,8%, а осіб старше 15 років – 9,4%. Середня вартість абонементу в Європі також щорічно зростає і у 2019 році становила 38,6 євро. Хоча, як відмічається у звіті 2019 року Європейського ринку

здоров'я та фітнесу (European..., 2019), на показник загального доходу від фітнес індустрії негативно вплинули наслідки обмінного курсу валют у Туреччині (-27,8%), Швеції (-6,1%), Україні (-5,8%), Швейцарії (-3,7%), Норвегії (-2,8%), Великобританії (-0,9%), Данії (-0,2%) та Польщі (-0,1%).

Німеччина та Великобританія тривалий період залишаються найбільшими національними ринками фітнесу в Європі, загальний дохід яких становить близько 5,3 млрд євро кожен (European..., 2019). У поєднанні з Францією (2,6 млрд євро), Італією (2,3 млрд євро) та Іспанією (2,3 млрд євро) ці п'ять провідних країн скла-

дають 65% загального європейського фітнес ринку. Найбільша кількість членів фітнес клубів у Німеччині (11,1 млн), Великобританії (9,9 млн), Франції (6,0 млн), Італії (5,5 млн) та Іспанії (5,3 млн). Найбільша залученість громадян до занять руховою активністю у Швеції (21,6 % населення) та Нідерландах (17,1 %), що пояснюється не лише традиціями та політикою держав, а й високим рівнем урбанізації та наявності великих фітнес-операторів у цих країнах.

За кількістю фітнес-закладів Україна на 11 позиції у Європі та станом на 2019 рік налічує 1765 фітнес-клубів різного типу. В нашій країні дохід від фітнес-послуг становить 266,5 млн євро. До занять фітнесом в Україні залучено 1,2 млн осіб (11 позиція серед європейських країн), що становить 2,9 % населення (Дослідження..., 2019). Цей показник значно нижче провідних європейських фітнес-країн, однак свідчить про значний потенціал розвитку індустрії.

В Україні фітнесом займаються рівноцінно і жінки (50 %), і чоловіки (50 %) (Дослідження..., 2019). Найбільш активними членами фітнес клубів є особи зрілого віку (рис. 1), зокрема 17 % серед займаючихся фітнесом – 31-35 років, які досягли стабільного доходу і усвідомили необхідність вести здоровий спосіб життя. Найменш залучена до занять фітнесом молодь юнацького віку (6 % юнаків та дівчат 18-21 року), а також люди старше 50 років (11 %). Це може бути пояснено різносторонністю молоді, які не схильні купляти абонементи в фітнес клуби, а віддають перевагу екстремальним та рекреаційним видам рухової активності. Щодо людей похилого віку, то у більшості з них не сформована культура фітнесу та розуміння його необхідності. Але з часом стануть старше люди, які зараз активно залучені до занять фітнесом. На

це вже зараз звертають увагу спеціалісти у сфері фітнесу (УКМЦ, 2018; Хохлова, 2019), які занепокоєні відсутністю фітнес-професіоналів для осіб похилого віку.

Як видно з таблиці 1, більшість (80 %) представлених фітнес трендів (16 позицій з 20-ти) спільні для світової та європейської фітнес-індустрії. Чотири позиції світового рейтингу не представлені в європейському: тренування на свіжому повітрі; медицина способу життя; програми пропаганди здорового способу життя та зміцнення здоров'я на робочому місці; оцінка результатів. Тренування на свіжому повітрі – напрямок фітнесу, що часто носить сезонний характер, і тому розповсюджений не в усіх регіонах, а новий напрямок медицина способу життя, який введений лише цього року, міг бути не цілком зрозумілим для опитуваних, а також має дещо схоже поняття з ЕІМ та оздоровчим і велнес-коучингом, тому й не ввійшов у топ-20 європейських фітнес-трендів 2020 року.

В європейському топ-20 також зафіксовано 4 унікальних тренди, які не представлені у світовому рейтингу: персональні тренування в малих групах; фітнес-бутіки; клінічна інтеграція / медичний фітнес; постреабілітаційні класи. Загалом європейський фітнес-риннок більш орієнтований саме на реабілітаційні та медичні напрямки фітнесу, що підтверджується і в дослідженнях фітнес-трендів Іспанії (Cámara et al., 2020). Що стосується такого тренду як фітнес-бутіки, то слід зауважити, що цей напрямок ввійшов в топ-20 фітнес-трендів не лише Європи, а й Азії та Південної Америки, але не представлений у 20-ці Північної Америки (Kercher et al., 2019). Можливо саме через це фітнес-бутіки не представлені в світовому рейтингу.

Але більш детальний аналіз показує значні відмінності. Якщо порівняти порядок представле-

них фітнес-трендів, то не важко помітити, що лише 2 позиції ідентичні для світового та європейського рейтингу фітнес-трендів (високоінтенсивні інтервальні тренування на другій позиції; ліцензування для фітнес-професіоналів на 15-й позиції). А, наприклад, розумні технології у аксесуарах, які лідирують у світовому рейтингу, знаходяться аж на 18-й позиції у європейському топ-20 фітнес-трендів. Та ж ситуація з трендами «групові тренування» (3-я позиція у світовому рейтингу та 13-та – у європейському) та «тренування з вільними вагами» (у світовому рейтингу на 4-й позиції, а в європейському – на 17-й). А функціональний фітнес, навпаки, у Європі на 4-му місці, а у світі – на 12-му.

Якщо ж розглядати національні тренди, то картина може бути абсолютно іншою. На прикладі Іспанії (Cámara et al., 2020) та Китаю (Li et al., 2019) можна зазначити, що не лише розподіл фітнес-трендів значно відрізняється від світового, а й є можливість включити в дослідження напрямки фітнесу, які характерні для даного регіону. Більшість з таких запропонованих «національних» трендів попадають в двадцятку найбільш популярних.

Крім того, в авторитетних виданнях публікуються власні рейтинги та прогнози фітнес-трендів. Наприклад у щорічному виданні «НСМ Handbook» (НСМ, 2019) визначені такі тренди 2019 року: 1) тренуйся як атлет; 2) франшизи; 3) прями он-лайн включення; 4) бокс; 5) стрейчинг з допомогою; 6) навантаження на кісткову систему; 7) фітнес-тренування у високогір'ї; 8) психічна підтримка здоров'я; 9) системи омолодження; 10) домашній фітнес (повний список та детальний опис див. у першоджерелі). Ці тренди абсолютно не схожі з представленими світовими чи європейськими тенденціями у сфері фітнесу, але, як правило, такі рейтинги

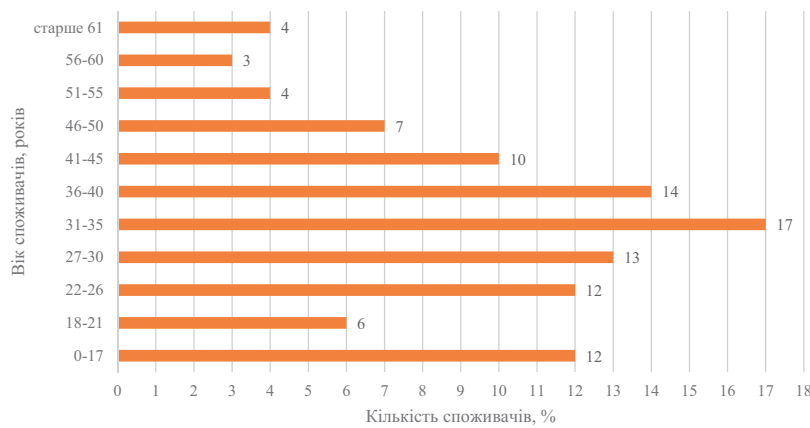


Рис. 1. Розподіл споживачів фітнес-послуг за віком (Дослідження..., 2019)

публікують практикуючі фітнес-менеджери, які слідкують за найновішими трендами та модними течіями у сфері фітнесу і намагаються передбачити майбутні популярні фітнес-напрямки, швидко реагувати на зміни та впроваджувати перспективні напрямки.

Обговорення. Проаналізувавши світові та європейські тенденції у сфері фітнесу, ми не можемо сказати, що вони на 100 % відображають ситуацію в Україні. Якщо у 90-ті роки ХХ століття відставання у фітнес-індустрії України було на 20 років від світової, то з розвитком інтернет-технологій, більшої доступності інформації це відставання скоротилось, але все одно часто перевищує 5 років для великих міст України, не кажучи вже про маленькі містечка та сільську місцевість, де часто культура фітнесу взагалі відсутня.

Тому існує необхідність дослідження стану фітнес-індустрії України та перспектив розвитку. Вперше у 2017 році найбільш масштабно спробували оцінити стан фітнес-індустрії України інформаційно-аналітична платформа моніторингу, дослідження та прогнозування в галузі фітнесу FitnessConnectUa (2019). Такі дослідження були продовжені і в наступні (2018, 2019) роки,

а результати були враховані у щорічному міжнародному звіті European Health & Fitness Market (2019).

В Україні не проводилось досліджень найбільш популярних тенденцій у фітнесі, тому приведемо думки експертів у цій сфері. На конференції «Сучасний стан фітнес-індустрії України і перспективи її розвитку» та презентації «Дослідження ринку фітнес-послуг України» (УКМЦ, 2018), що були проведені у 2018 році у Києві, експерти-практики зазначили деякі позиції, які слід розвивати в Україні, і які зможуть стати трендовими у майбутньому.

Так, віце-президент Української фітнес асоціації Вадим Гуменюк (Гуменюк, 2019) виділяє 4 основні категорії: тренди ринку споживачів, де акцентує, що діти – наше майбутнє, і тому потрібно активно розвивати дитячо-юнацький спорт та фітнес; тренди ринку праці, де відбувається перерозподіл та зростання відповідальності фахівців і взагалі зміна ролі фітнес-тренера; тренди інфраструктури, де наголошує на необхідності державно-приватного партнерства та розвитку муніципальних ініціатив за законодавчої підтримки держави; тренди фітнесу, де виділяє популярність фітнесу для схуднення.

Владислав Сила, голова Асоціації «Українські центри нових технологій і здоров'я» (УКМЦ, 2018) робить акцент, що споживачі фітнес-послуг стають більш свідомими, а тому важлива якість і безпека фітнес-послуг. Також відмічає перспективність розвитку напрямків фітнесу для людей похилого віку, але наголошує, що нажаль українські клуби не готові надавати якісні послуги для них. З цим твердженням не погодився Дмитро Чорний, засновник і директор мережі фітнес-клубів «Малібу» (УКМЦ, 2018), які запровадили безкоштовні абонементи для пенсіонерів. Він відмічає, що менталітет старшого покоління стає основною перешкодою до розвитку цього напрямку, особливо на платній основі.

Директор міжнародного офісу FitCurves Ірина Кравцова (УКМЦ, 2018) відмітила необхідність співпраці з Міністерством охорони здоров'я, особливо що стосується розробки рекомендацій з харчування, оскільки, на її думку, традиції харчування у кожній окремій сім'ї найбільше впливають на здоров'я нації. Партнер групи компаній Sport Life Максим Зарецький (УКМЦ, 2018) також наголосив на місії фітнесу саме забезпечувати здоров'я нації, а тому максимально розширювати культуру фітнесу в усіх містах України. Також відмітив проблему сертифікації тренерів, про яку говорили й інші спеціалісти.

Якщо проаналізувати думки українських експертів, то фахівців більше акцентують увагу на проблемах, вирішення яких дасть позитивний поштовх до розвитку фітнесу в Україні. Щодо можливих трендів, то висловлювались лише окремі припущення.

Микола Кузнецов – засновник торговоконсалтингової компанії «KPMFitness», власник мережі фітнес-клубів «Kachalka» висловив прогнози щодо розвитку фітнес-індустрії України цілому (Кузнецов, 2019). Він прогнозу-

Порівняльний аналіз тенденцій фітнесу у світі та Європі 2020 року (Batrakoulis, 2019; Thompson, 2019; доповнено)

№	Тренди-2020	
	Світ	Європа
1	розумні технології у аксесуарах	персональні тренування
2	високоінтенсивні інтервальні тренування	високоінтенсивні інтервальні тренування
3	групові тренування	тренування з власною вагою тіла
4	тренування з вільними вагами	функціональні фітнес-тренування
5	персональні тренування	персональні тренування в малих групах*
6	Exercise is Medicine®	вправи для схуднення
7	тренування з власною вагою тіла	Exercise is Medicine®
8	фітнес-програми для людей похилого віку	оздоровчий та велнес-коучинг
9	оздоровчий та велнес-коучинг	фітнес-бутіки*
10	працевлаштування сертифікованих фітнес професіоналів	кругове тренування
11	вправи для схуднення	фітнес-програми для людей похилого віку
12	функціональні фітнес-тренування	клінічна інтеграція / медичний фітнес*
13	тренування на свіжому повітрі*	групові тренування
14	йога	працевлаштування сертифікованих фітнес професіоналів
15	ліцензування для фітнес-професіоналів	ліцензування для фітнес-професіоналів
16	медицина способу життя*	постреабілітаційні класи*
17	кругові тренування	тренування з вільними вагами
18	програми пропаганди здорового способу життя та зміцнення здоров'я на робочому місці*	розумні технології у аксесуарах
19	оцінка результатів*	діти та фізичні вправи
20	діти та фізичні вправи	йога

вав, що у великих містах переважно будуть відкриватися мережеві фітнес-клуби та розвиватися нішеві фітнес-студії, пропонуючи тренування в мінігрупах за ціною персональних. Також озвучив тенденцію до зміни статусу фітнес-тренера, більшість з яких вже зараз переходять на співпрацю з клубами на умовах аренди, відкриваючи власний ФОП. Цей тренд вже впроваджено в одній з найбільших мереж «Sport Life». Найбільш перспективними М. Кузнецов вважає маленькі міста для старту фітнес-бізнесу. Також відмітив необхідність розвитку персонального бренду тренера у соціальних мережах, як основний канал залучення клієнтів.

Владислав Вавілов – фітнес-

експерт, бізнес-тренер, засновник і керівник підприємств індустрії краси та фітнесу – вважає трендами 2019 року в Україні функціональні студії, утримання клієнтів, зміну умов працевлаштування тренера та необхідності продавати тренером власні послуги, а тому постійно підвищувати свою кваліфікацію через навчання (Вавілов, 2019).

Антон Тимофєєв – співвласник мережі фітнес-клубів «Сафарі» – прогнозував, що найбільш популярними напрямками фітнесу в 2019 році будуть outdoor-тренування, функціональні тренування, тренування з елементами гейміфікації (Тимофєєв, 2019).

Надія Хохлова – керівник і викладач Школи управління

Академії фітнесу України, член Української фітнес асоціації (УФА) – запропонувала 12 фітнес-напрямків, які найбільш популярні у 2019 році: 1) Онлайн-марафони; 2) групові тренування; 3) антистрес тренування (йога, медитації, бокс та ін.); 4) вуличні тренування; 5) велнес-коучинг; 6) реабілітація; 7) фітнес-гаджети; 8) мобільні додатки; 9) високоінтенсивні тренування; 10) 3D тренування; 11) гонки на виживання, змагання з кросфіту, марафони, триатлон; 12) міофасціальне об'лядання. Як і більшість спеціалістів, Н. Хохлова висловила надію на розвиток та популяризацію тренувань для літніх людей (Хохлова, 2019).

Ми бачимо, що запропонува-

ні тренди 2019 року дійсно були популярними і більшість з них будуть продовжувати розвиток і у 2020 році, однак проведення стандартизованого дослідження з опитуванням фахівців різних структур і напрямків фітнесу дало б більш повну та реальну картину, щодо українських трендів у фітнесі. Крім того, це допомогло б залучити до занять фітнесом більше українців. Як зазначалося, станом на 2019 рік в Україні займаються фітнесом лише 2,9 % населення. Фахівці FitnessConnectUa вважають, що за сприятливих економічних умов і податкового середовища, кількість споживачів фітнесу можна подвоїти (до 5 %) до 2025 року. Для цього необхідно (Дослідження..., 2019):

- 1) Популяризувати здоровий спосіб життя на особистому, громадському та державному рівнях.
- 2) Зробити фітнес та рекреацію доступнішими для кожного українця, незалежно від рівня доходів чи місця проживання.
- 3) Залучити інвестиції у галузь. Для збільшення кількості споживачів фітнес-послуг до 5 % для української фітнес-індустрії необхідно залучити 1,319 млрд дол. інвестицій. Інвестувати слід у міста з населенням менше 250 тис. осіб, де проживає велика кількість потенційних споживачів, але недостатнє покриття фіт-

нес-послугами.

Висновки. Динамічний розвиток фітнес-сфери вимагає від фітнес-клубів та фітнес-тренерів постійно слідкувати за новинками та впроваджувати їх у свою діяльність, щоб залишатися конкурентоспроможними.

Фахівці Американського коледжу спортивної медицини щорічно (з 2006 року) проводять опитування серед експертів різних країн з метою визначення тенденцій у фітнесі на наступний рік. На результати досліджень орієнтуються фахівці всього світу. Цього року більше країн приєдналися до ініціативи та провели власні дослідження (Іспанія, Китай, Аргентина та Бразилія, Європа).

Хоча двадцятка найбільш трендових світових та європейських фітнес напрямків 2020 року на 80 % співпадає, однак є значні відмінності у порядку ранжування найпопулярніших трендів. Це можна проілюструвати на прикладі першої позиції у світовому рейтингу фітнес-трендів 2020 – розумні технології у аксесуарах. Ця тенденція вже 5 років входить у топ-3 світових фітнес-трендів, але за підсумками європейського опитування-2020 знаходиться на 18-й позиції.

Хоча світові тенденції дають розуміння, – в яку сторону рухається фітнес-індустрія, однак

національні опитування можуть дати більш специфічну картину. Крім того при проведенні національних досліджень часто включають в список фітнес-тенденції, характерні для даної країни.

В Україні з 2017 року почали оцінювати стан ринку фітнес-послуг. У 2018 та 2019 роках організовувались форуми, на яких експерти у сфері фітнесу обговорювали важливі проблеми розвитку галузі та висловлювали власні припущення щодо тенденцій розвитку фітнесу в майбутньому. Однак глобальних стандартизованих досліджень, які дозволили б визначити фітнес-тренди України та порівняти їх з світовими чи європейськими не було проведено. Саме проведення всеукраїнського опитування професіоналів у сфері фітнесу і вважаємо перспективою наступних досліджень.

Конфлікт інтересів. Дослідження базується на аналізі наукових статей щодо світових і національних трендів сфери фітнесу з авторською інтерпретацією результатів; а також на даних доповідей провідних фітнес-фахівців України. Деякі положення могли бути узагальнені чи упущені, так як не становили інтересу для даного дослідження. Щоб уникнути непорозумінь рекомендуємо ознайомитись з першоджерелами, посилання на які вказані у тексті.

Література

1. Amaral P, Palma D. Brazil and Argentina survey of fitness trends for 2020. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):36-40. DOI: 10.1249/FIT.0000000000000525
2. Batrakoulis A. European survey of fitness trends for 2020. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):28-35. DOI: 10.1249/FIT.0000000000000523
3. de la Cámara MÁ, Valcarce-Torrente M, Veiga OL. Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para el Año 2020. Retos, 2020;37:427-33. Available from: https://www.researchgate.net/publication/337827519_Encuesta_Nacional_de_Tendencias_de_Fitness_en_Espana_para_el

References

1. Amaral P, Palma D. Brazil and Argentina survey of fitness trends for 2020. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):36-40. DOI: 10.1249/FIT.0000000000000525
2. Batrakoulis A. European survey of fitness trends for 2020. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):28-35. DOI: 10.1249/FIT.0000000000000523
3. de la Cámara MÁ, Valcarce-Torrente M, Veiga OL. Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para el Año 2020. Retos, 2020;37:427-33. Available from: https://www.researchgate.net/publication/337827519_Encuesta_Nacional_de_Tendencias_de_Fitness_en_Espana_para_el

- Ano_2020_National_Survey_of_Fitness_Trends_in_Spain_for_2020
4. European Health & Fitness Market: Report 2019. Spain. Cologne, Germany; 2019. Available from: <https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/es/Documents/acerca-de-deloitte/Deloitte-ES-TMT-European-Health-Fitness-Market-2019.pdf>
 5. FitnessConnectUa інформаційно-аналітична платформа. Available from: <http://fitnessconnect.com.ua/>
 6. HCM Handbook 2019. Available from: HCMhandbook.com
 7. Kercher V, Feito Y, Yates B. Regional comparisons the worldwide survey of fitness trends. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):49-51. DOI: 10.1249/FIT.0000000000000527
 8. Kercher VM. International Comparisons: ACSM's Worldwide survey of fitness trends. ACSM's Health Fit J., 2018;22(6):24-9. doi: 10.1249/FIT.0000000000000431
 9. Li Y-M, Han J, Liu Y. China survey of fitness trends for 2020. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):19-27. doi: 10.1249/FIT.0000000000000522
 10. The 2019 IHRSA Global Report [Internet]. IHRSA; © 2018. <https://www.ihrsa.org/publications/the-2019-ihrsa-global-report/>
 11. Thompson WR. Worldwide survey of fitness trends for 2020. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):10-8. doi: 10.1249/FIT.0000000000000526
 12. Вавілов В. Тренди не завжди сприяють прибутковості бізнесу. Дайджест FitnessConnectUa. Січень-лютий 2019. С. 11. https://old.fitnessconnect.com.ua/plugins/content/pdf_embed/assets/viewer/pdfjs/web/viewer.html?file=%2Ffiles%2Fdigest%2F2018%2Ftrends2019.pdf
 13. Воробйова А.В. Світові та національні фітнес-тренди 2019. Спортивна наука і здоров'я людини, 2019;1(1):10-7. DOI: 10.28925/2664-2069.2019.1.2. Available from: https://www.researchgate.net/publication/334030659_Svitovi_ta_nacionalni_fitnes-trendi_2019
 14. Гуменюк В. Тенденції розвитку ринку фітнес-послуг. Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=ZaHISP2dI7I>.
 15. Дослідження ринку фітнес-послуг України 2019. FitnessConnectUa, 2019. 60 с. <https://docs.google.com/gview?url=https%3A%2F%2Ffitnessconnect.com.ua%2F2019.pdf&embedded=true>
 16. Кузнецов М. У 2019 році головна конкуренція буде йти не за клієнта, а за кваліфікованого співробітника. Дайджест FitnessConnectUa. Січень-лютий 2019. С. 12. https://old.fitnessconnect.com.ua/plugins/content/pdf_embed/assets/viewer/pdfjs/web/viewer.html?file=%2Ffiles%2Fdigest%2F2019
 - Ano_2020_National_Survey_of_Fitness_Trends_in_Spain_for_2020
 4. European Health & Fitness Market: Report 2019. Spain. Cologne, Germany; 2019. Available from: <https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/es/Documents/acerca-de-deloitte/Deloitte-ES-TMT-European-Health-Fitness-Market-2019.pdf>
 5. FitnessConnectUa information and analytical platform. Available from: <http://fitnessconnect.com.ua/>
 6. HCM Handbook 2019. Available from: HCMhandbook.com
 7. Kercher V, Feito Y, Yates B. Regional comparisons the worldwide survey of fitness trends. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):49-51. DOI: 10.1249/FIT.0000000000000527
 8. Kercher VM. International Comparisons: ACSM's Worldwide survey of fitness trends. ACSM's Health Fit J., 2018;22(6):24-9. doi: 10.1249/FIT.0000000000000431
 9. Li Y-M, Han J, Liu Y. China survey of fitness trends for 2020. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):19-27. doi: 10.1249/FIT.0000000000000522
 10. The 2019 IHRSA Global Report [Internet]. IHRSA; © 2018. <https://www.ihrsa.org/publications/the-2019-ihrsa-global-report/>
 11. Thompson WR. Worldwide survey of fitness trends for 2020. ACSM's Health & Fitness Journal, 2019;23(6):10-8. doi: 10.1249/FIT.0000000000000526
 12. Vavilov V. Trendy ne zavzhdy spryayut' prybutkovosti biznesu [Trends do not always contribute to business profitability]. Digest FitnessConnectUa. Jan-Feb 2019. P. 11. https://old.fitnessconnect.com.ua/plugins/content/pdf_embed/assets/viewer/pdfjs/web/viewer.html?file=%2Ffiles%2Fdigest%2F2018%2Ftrends2019.pdf [in Ukrainian].
 13. Vorobiova A. World and national fitness trends 2019. Sport Sciences and Human Health, 2019;1(1):62-9. DOI: 10.28925/2664-2069.2019.1.2. Available from: https://www.researchgate.net/publication/332980449_World_and_national_fitness_trends_2019
 14. Gumenyuk V. Tendentsiyi rozvytku rynku fitnes-poslug [Trends in the fitness services market] [Internet]. Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=ZaHISP2dI7I> [in Ukrainian].
 15. Doslidzhennya rynku fitnes-poslugh Ukrayiny [Market research of fitness services in Ukraine 2019]. FitnessConnectUa, 2019. 60 p. <https://docs.google.com/gview?url=https%3A%2F%2Ffitnessconnect.com.ua%2F2019.pdf&embedded=true> (in Ukrainian).
 16. Kuznetsov M. U 2019 rotsi holovna konkurentsya

- 8%2Ftrends2019.pdf
17. Тимофеев А. Основными трендами 2019 року будуть турбота, увага і спілкування. Дайджест FitnessConnectUa. Січень-лютий 2019. С. 12. https://old.fitnessconnect.com.ua/plugins/content/pdf_embed/assets/viewer/pdfjs/web/viewer.html?file=%2Ffiles%2Fdigest%2F2018%2Ftrends2019.pdf
 18. УМКЦ. Презентація «Дослідження ринку фітнес-послуг України. Перспективи розвитку спортивно-оздоровчої галузі» 26.06.2018. Available from: <https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=a0PmvMZfiMo&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1tMwikJxTdeSUXMWU3I4aXggadg9EQYLr3qXWZ3tpBCvZnVXEHlbtHkFg>
 19. Хохлова Н. Тільки ледачий тренер не запустив ще онлайн марафон. Дайджест FitnessConnectUa. Січень-лютий 2019. С. 8-10. https://old.fitnessconnect.com.ua/plugins/content/pdf_embed/assets/viewer/pdfjs/web/viewer.html?file=%2Ffiles%2Fdigest%2F2018%2Ftrends2019.pdf
 17. Timofeev A. Osnovnymi trendamy 2019 roku budut' turbota, uvaha i spilkuvannya [In 2019, the main competition will not be for the client, but for the skilled employee]. Digest FitnessConnectUa. Jan-Feb 2019. P. 12. https://old.fitnessconnect.com.ua/plugins/content/pdf_embed/assets/viewer/pdfjs/web/viewer.html?file=%2Ffiles%2Fdigest%2F2018%2Ftrends2019.pdf [in Ukrainian].
 18. UKMS. Prezentatsiya «Doslidzhennya rynku fitnes-posluh Ukrayiny. Perspektivy rozvytku sportyvno-ozdorovchoyi haluzi» [Presentation «Ukrainian market research of fitness services. Prospects for the development of the sports and health sector»] [Internet]. 26.06.2018. Available from: <https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=a0PmvMZfiMo&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1tMwikJxTdeSUXMWU3I4aXggadg9EQYLr3qXWZ3tpBCvZnVXEHlbtHkFg> (in Ukrainian).
 19. Hohlova N. Til'ky ledachyy trener ne zapustyv shche onlayn marafon [Only the lazy coach has not run an online marathon yet]. Digest FitnessConnectUa. Jan-Feb 2019. P. 8-10. https://old.fitnessconnect.com.ua/plugins/content/pdf_embed/assets/viewer/pdfjs/web/viewer.html?file=%2Ffiles%2Fdigest%2F2018%2Ftrends2019.pdf [in Ukrainian].

Воробйова Анастасія

Національний університет фізичного виховання та спорту України
вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03150, Україна
e-mail: Anastasiia-99@bigmir.net

Ковальова Наталія

Національний університет фізичного виховання та спорту України
вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03150, Україна
e-mail: kovalova_n@bigmir.net

Юрченко Олександр

Національний університет фізичного виховання та спорту України
вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03150, Україна
e-mail: sashajurchenko1@gmail.com

Ковальов Володимир

Національний університет фізичного виховання та спорту України
вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03150, Україна
e-mail: kovalova_n@bigmir.net