



СВІТОВІ ТА НАЦІОНАЛЬНІ ФІТНЕС-ТРЕНДИ 2019

Воробйова Анастасія^{1ABCD}

¹Національний університет фізичного виховання та спорту України,
Київ, Україна

Внесок автора: А – дизайн дослідження; В – збір даних; С – статистичний аналіз;
D – підготовка рукопису.

Анотація

Сфера фітнесу є прибутковою та динамічно розвивається, а тому приваблива для інвестування. Однак конкурентоспроможність фітнес-клубу залежить від того, наскільки швидко у ньому впроваджуються новітні напрямки та який набір послуг вони надають клієнтам.

Мета – порівняння світових та національних трендів та спроба оцінити тенденції розвитку фітнес-індустрії в Україні.

Методи. Дослідження базується на аналізі літературних джерел, а також думок експертів, щодо перспектив розвитку фітнесу в Україні.

Результати. У статті представлені найпопулярніші світові тренди 2019 року, а також результати національних досліджень у США, Китаї та Іспанії. Порівняння світових та національних трендів 2018 року дозволило виявити, що світові тренди на 95 % відображають тренди США та лише на половину тренди інших представлених країн. Це пов'язано з тим, що у дослідженні для виявлення світових трендів з представників 41 країни – 91,3 % респондентів з США. Даний факт підтверджує необхідність дослідження саме національних трендів, а не орієнтуватися на «світові» тенденції.

Висновки. В Україні подібних досліджень не проводилось. В цілому, фітнес-фахівці першочерговою потребою розвитку сфери фітнесу вважають необхідність формування культури фітнесу серед населення різних міст та селищ усіх регіонів України.

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

Вступ

Сфера фітнесу динамічно розвивається [13], тому цикл періоду існування (від зародження та розповсюдження до піку популярності та спаду) одного напрямку фітнесу може бути менше 10 років. Це пов'язано, у першу чергу, з розробкою додаткового спорядження для фітнесу, на основі використання якого з'являються нові напрямки фітнесу. Так, в Україні порівняно недавно почали використовувати платформу ProceDOS, SUP-платформу, ViPR, TRX Rip, костюми для EMS-фітнесу, що призводить до появи та розвитку нових напрямків фітнесу, хоча деякі з них вже давно активно розвиваються за кордоном. Натомість деякі напрямки фітнесу втрачають свою актуальність (наприклад, шейпінг), але продовжують існувати у невеличких містах України.

Тенденції швидко змінюються, що обумовлено комерційною орієнтацією фітнес-індустрії [4]. Щоб бути конкурентоспроможними фітнес-клуби та фітнес тренери мають постійно слідкувати за новинками та впроваджувати їх. У сфері фітнесу просто не можливо раз вивчити один напрямок фітнесу і все життя використовувати його у тренуваннях, адже клієнти також стають більш освіченими та вимогливими, а тому не терплять одноманітності і з легкістю змінюють тренера, клуб чи напрямок тренувань.

Щорічно, починаючи з 2006 року, фахівці Американського коледжу спортивної медицини (ACSM) проводять електронне опитування провідних фахівців усього світу у сфері фітнесу, щоб дізнатися, які види фітнесу будуть популярні наступного року.



Перше таке дослідження було опубліковано Уолтером Томсоном у листопаді 2006 року [6], де описувались тренди наступного 2007 року. Тоді у ТОП-10 ввійшли такі напрямки: фітнес-програми для подолання ожиріння дітей та підлітків, спеціальні фітнес-програми для людей похилого віку, фітнес-професіонали з освітою та досвідом, функціональний фітнес, тренування м'язів-стабілізаторів, силові тренування, персональні тренування, ментальний фітнес, вправи для зниження ваги тіла, моніторинг результатів.

Подібні дослідження проводились і в окремих країнах: Іспанія (2017–2019 рр.), Китай (2018 р.), Угорщина (2013) [3-5, 9-11]. Зараз постає питання про розширення географії саме національних досліджень фітнес-трендів, адже кожна країна має свою специфіку, історичні та культурні особливості й вподобання [2].

Світові тенденції у сфері фітнесу ми не можемо застосувати на 100 % до України. 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 [15]. А вже у 2018 році результати їх досліджень були враховані у щорічному міжнародному звіті European Health & Fitness Market [1]. У загальноєвропейському рейтингу Україна опинилася на одинадцятій позиції за кількістю фітнес-клубів та дванадцятій позиції за кількістю споживачів.

Ринок фітнесу в Україні тільки формується, адже споживачами фітнес-послуг є менше 3% українського населення. Тому, Україна має величезний потенціал для розвитку фітнес-індустрії. Фахівці FitnessConnectUa [15] вважа-

ють, що за сприятливих економічних умов і податкового середовища, кількість споживачів фітнесу можна подвоїти. Однак масштабного дослідження з прогнозування фітнес-трендів на майбутнє в Україні не проводилось.

Мета дослідження: порівняти світові та національні тренди та тенденції розвитку фітнесу.

Методи

Дослідження базується на аналізі літературних джерел, а також думок експертів, щодо перспектив розвитку фітнесу в Україні. Були проаналізовані наукові статті, статистичні довідки для порівняння світових трендів розвитку фітнесу з національними. Так як національні дослідження трендів фітнесу в Україні ще не проводились, то для порівняння взяті дані Іспанії, Китаю та США. Вибірки, які були представлені у проаналізованих дослідженнях, описуються в обговоренні дослідження, а також детально представлені у першоджерелах.

Результати та обговорення

Вже втринадцяте проведено опитування провідних фахівців світу, щодо напрямків фітнесу, які будуть найпопулярнішими у 2019 році. У опитуванні взяли участь 2038 фахівців з Австралії, Великобританії, Індії, Італії, Канади, Китаю, Німеччини, Росії, Сінгапуру, США, Тайвані, Франції та Японії. Про кваліфікацію респондентів свідчить, те що: 27 % з них мали досвід 10-19 років, а 33 % – понад 20 років; річна заробітна платня 45 % респондентів складає понад 50 000 дол. США, включаючи 9 % з доходом понад 100 000 дол. США; 69 % опитаних працюють на повну ставку, а 25 % – менше 20 годин на тиждень. Крім того у опитуванні приймали участь представники різних організацій (власний бізнес чи приватна практика (35 %), медичні центри (20 %), комерційні фітнес-центри (17 %), рекреаційні центри (13 %) та ін.) та професій (персональний тренер (18 %), спеціаліст з лікувальної фізичної культури (13 %), директор у сфері фітнесу чи здоров'я (10 %), професор (9 %), спеціаліст з оздоровчого фітнесу (7 %), медичний працівник (6 %) та ін.) [8].



Було запропоновано 39 можливих трендів, серед яких новими були: віртуальна реальність, соціальні працівники, безлімітний абонемент, але жоден з них не потрапив до двадцятки найкращих. Назви деяких напрямків були уточнені чи змінені: тренування у великих групах на групові тренування; танцювальні тренування – тренування з елементами танців; велнес-коучінг – здоров'я/велнес-коучінг; вправи з використанням додатків на мобільних телефонах – вправи з використанням мобільних додатків (так як клієнти використовують додатки й на інших девайсах); покращення здоров'я на робочих місцях – покращення здоров'я та програми оздоровлення на робочих місцях. З опитувальника було вилучено силовий тренінг, бо це дуже широке поняття. Працевлаштування сертифікованих фітнес професіоналів замінило більш абстрактну позицію «освічені, сертифіковані фітнес-професіонали з досвідом».

Двадцятка світових фітнес-трендів 2019 року [8] виглядає наступним чином:

1) *технології, що носяться* (трекери, розумні годинники, GPS-девайси);

2) *групові тренування* (більше 5 осіб у групі);

3) *високоінтенсивні тренування* (High-Intensity Interval Training – HIIT – інтервали високоінтенсивної роботи змінюються короткими періодами відпочинку);

4) *фітнес-програми для людей похилого віку* (обумовлені світовими тенденціями до збільшення тривалості працездатності та життя);

5) *вправи з власною вагою тіла* (поєднання концентричних рухів з ексцентричними та нейромоторними рухами у різних площинах без додаткового обтяження);

6) *працевлаштування сертифікованих фітнес професіоналів* (сертифікаційні програми дозволяють роботодавцям легко оцінювати якість професійних компетенцій: знань, умінь та навичок);

7) *йога* (включаючи різні різновиди);

8) *персональні тренування* (включає тестування, визначення мети та тренування безпосе-

редньо індивідуально з тренером у клубах, online, вдома чи на робочому місці);

9) *функціональні фітнес-тренування* (включає силові тренування та інші види активності для покращення балансу, координації, сили, витривалості для повсякденного життя; деякі респонденти відмітили, що поєднують це поняття з фітнес-програмами для людей похилого віку чи реабілітаційними програмами);

10) *вправи як ліки* (Exercise is Medicine – EIM – глобальна ініціатива з охорони здоров'я, яка спрямована на заохочення медичних працівників до оцінки фізичної активності та відповідних рекомендацій, а також направлення пацієнтів до професійних тренерів);

11) *навчання основам здоров'я та здорового способу життя* (Health/Wellness Coaching – спрямований на формування звичок здорового способу життя, використовуючи стратегії втручання зміни поведінки та враховуючи цінності, потреби, світогляд, коротко- та довгострокові цілі клієнта; проводиться індивідуально чи в невеликих групах і включає підтримку коуча, постановку цілей, рекомендації, мотивацію);

12) *вправи для зниження ваги тіла* (поєднання фізичних вправ з програмами харчування; у 2019 році особливий акцент на поєднанні дієт, фармацевтичних засобів, занять з приготування їжі з фізичними вправами);

13) *мобільні фітнес-додатки* (візуальне та звукове супроводження виконання вправ, відстежування прогресу та безліч інших функцій);

14) *обладнання для міофасціальних технік та мобільності* (включають валики для самомасажу, зменшення болю у тригерних точках, полегшення м'язового дискомфорту, напруги та спазмів, міофасциального релізу, посилення кровообігу, сприяння поверненню до нормальної діяльності);

15) *покращення здоров'я та програми оздоровлення на робочих місцях* (ця програма реалізується за ініціативи роботодавців для поліпшення здоров'я та добробуту працівників, інтегрована з системами оцінки й звітування про стан здоров'я, витрати та продуктивність);



16) *моніторинг результатів* (ця тенденція базується на спробах визначити, відслідковувати та повідомити про результати тренувань для оцінки ефективності програми, документування успіхів у зміні звичок негативного способу життя; розвиток технологій сприяє укріпленню тренду);

17) *вправи на свіжому повітрі (outdoor)* (включає тренування на свіжому повітрі: групові прогулянки, поїздки або організовані туристичні групи; можуть бути короткими, цілодобовими подіями або запланованими екскурсіями на тиждень);

18) *ліцензовані фітнес-професіонали* (регулювання якості фітнес-послуг за допомогою ліцензування у деяких країнах);

19) *персональні тренування у малих групах* (перехід від індивідуального тренування «один на один» до занять в малих групах (2–5 осіб), що дозволяє знизити вартість тренування для клієнта, але підвищити – для тренера);

20) *постреабілітаційні групи* (програми тренувань спеціально розроблені для пацієнтів з хронічними захворюваннями, такими як рак, серцево-судинні захворювання, хвороба Паркінсона і відновлення після інсульту, які вже пройшли реабілітацію у медичних центрах; можуть включати посттравматичні розлади, що спостерігаються у солдатів – учасників бойових дій).

Порівняно з 2018 роком трійка лідерів залишилася тією ж, але високо-інтервальні тренування з першого місця перемістились на третє, а розумні технології – з третього на перше. У двадцятку ввійшли 3 напрямки, які були представлені серед трендів у 2017 році, але не були популярні у 2018 році – це мобільні фітнес додатки (13 місце), програми оздоровлення на робочих місцях (15 місце) та моніторинг результатів (16 місце). Новим напрямком у 2019 році будуть постреабілітаційні групи (20 місце), які були в рейтингу лише у 2011 році на 18 позиції, але називались «Медичний фітнес / Клінічна інтеграція», що близько також до поняття ЕІМ (Exercise is medicine).

Але, як було вже сказано, світові тренди не будуть відповідати національним трендам. Так, наприклад, в Україні досить популярні outdoor програми, але вони мають сезонний характер, а фітнес програми для людей похилого віку, які займають четверте місце у світовому рейтингу, взагалі практично відсутні на ринку фітнес-послуг України. Значний акцент на сертифікацію та ліцензування фітнес-професіоналів практично у всьому світі, хоча в Україні зараз лише починається процес становлення Єдиного фітнес стандарту [14], а єдиним критерієм є наявність вищої освіти у сфері фітнесу та рекреації чи дипломів про проходження різноманітних курсів. Тому є сенс у проведенні подібних досліджень в окремих країнах.

Ванесса Керчер [2] спробувала порівняти дослідження, проведені у Китаї [3] та Іспанії [10] у 2018 році, з результатами отриманими у США (табл. 1).

Якщо проаналізувати дані таблиці 1, то видно, що результати світового дослідження на 2018 рік практично ідентичні результатам США. Це пояснюється тим, що у світовому дослідженні фітнес-трендів на 2018 рік [7] взяли участь 4133 респонденти з 41 країни: Австралії, Аргентини, Барбадосу, Бермудів, Бразилії, Великобританії, Венесуели, Греції, Екватору, Єгипету, Ізраїлю, Індії, Ірландії, Іспанії, Італії, Канади, Кенії, Китаю, Колумбії, Лівану, Малайзії, Мексики, Німеччини, Нової Зеландії, Об'єднаних Арабських Еміратів, Південної Африки, Південної Кореї, Португалії, Румунії, Сербії, Сінгапуру, США, Таїланду, Тайваню, Філіппін, Фінляндії, Чілі, Швейцарії, Швеції, Ямайки та Японії. Але водночас за даними В. Керчер [2] з США було 3775 респондентів, що складає 91,3 %. Доречі цю інформацію В. Томпсон у своїх статтях не згадує [8]. Тому світові тренди насправді в більшості відображають тренди США. Лише 20-ту позицію трендів США на 2018 рік займає сайклінг, який не ввійшов у світовий рейтинг. За іншими позиціями вони ідентичні. Це ще раз підкреслює необхідність дослідження національних трендів.

**Порівняльна характеристика фітнес-трендів світу, США, Китаю та Іспанії у 2018 році
[2, доповнено та перероблено]**

№	Тренди-2018			
	світові	США	Китай	Іспанія
1.	Високоінтенсивні інтервальні тренування	Групові тренування	Силовий тренінг	Освічені, сертифіковані фітнес-професіонали з досвідом роботи
2.	Групові тренування	Високоінтенсивні інтервальні тренування	Розумні технології у аксесуарах	Функціональний фітнес
3.	Розумні технології у аксесуарах	Розумні технології у аксесуарах	Юнацький спорт*	Вправи для зниження ваги тіла
4.	Тренування з власною вагою тіла	Силовий тренінг	Тренування з власною вагою тіла	Високоінтенсивні інтервальні тренування
5.	Силовий тренінг	Тренування з власною вагою тіла	Активність на свіжому повітрі	Персональні тренування
6.	Освічені, сертифіковані фітнес-професіонали з досвідом роботи	Освічені, сертифіковані фітнес-професіонали з досвідом роботи	Тренування м'язів кору	Тренування з власною вагою тіла
7.	Йога	Йога	Групові тренування*	Моніторинг результатів*
8.	Персональні тренування	Персональні тренування	Фізкультурна та медична освіта*	Мобільні фітнес-додатки*
9.	Фітнес-програми для людей похилого віку	Фітнес-програми для людей похилого віку	Освічені, сертифіковані фітнес-професіонали з досвідом роботи	Фітнес-програми для людей похилого віку
10.	Функціональний фітнес	Функціональний фітнес	Ходьба та пробіжки*	Групові персональні тренування
11.	Вправи для зниження ваги тіла	Вправи для зниження ваги тіла	Оздоровчі програми на робочому місці*	Тренування м'язів кору
12.	Вправи як ліки	Вправи як ліки	Ліцензування фітнес-професіоналів	Мультидисциплінарні робочі групи *
13.	Групові персональні тренування	Групові персональні тренування	Мобільні фітнес-додатки*	Пошук нових ніш ринку*
14.	Активність на свіжому повітрі	Активність на свіжому повітрі	Вправи для попередження чи лікування дитячого ожиріння*	Силові тренування
15.	Ролі для гнучкості та мобільності	Ролі для гнучкості та мобільності	Йога	Групові тренування*
16.	Ліцензування фітнес-професіоналів	Ліцензування фітнес-професіоналів	Рекомендації зі спортивного харчування*	Розумні технології у аксесуарах
17.	Кругові тренування	Кругові тренування	Персональні тренування	Спеціальні програми лікувальної фізичної культури*
18.	Велнес коучінг	Велнес коучінг	Соціальні фітнес клуби*	Активність на свіжому повітрі
19.	Тренування м'язів кору	Тренування м'язів кору	Вправи для зниження ваги тіла	Кругові тренування
20.	Фітнес для спорту	Спінінг (сайклінг)*	Моніторинг результатів*	Вправи для профілактики чи відновлення після травм*

Примітка: * – тренди, які не ввійшли в світовий рейтинг

Проаналізуємо ситуацію представлену у національних дослідженнях Китаю та Іспанії. Лише 10 фітнес-трендів Китаю та 13 трендів Іспанії співпадають зі світовими тенденціями. З національних трендів, які не представлені у

світовому рейтингу – 3 тренди спільні для Китаю та Іспанії: моніторинг результатів, групові тренування, мобільні фітнес-додатки. Щодо «унікальних» тенденцій, то в Китаї це юнацький спорт, фізкультурна та медична освіта, ходьба



та пробіжки, оздоровчі програми на робочому місці, вправи для попередження чи лікування дитячого ожиріння, рекомендації зі спортивного харчування, соціальні фітнес-клуби; а в Іспанії – мультидисциплінарні робочі групи (лікарі, фізіотерапевти, дієтологи та освічені ліцензовані професіонали у сфері фізичної культури та спорту), пошук нових ніш ринку, спеціальні програми ЛФК, вправи для профілактики чи відновлення після травм. Таким чином, можна прослідкувати, що в Іспанії значна увага приділяється реабілітаційному напрямку фітнесу, а в Китаї така тенденція практично відсутня. Тобто національні тренди краще відображають тенденції окремої країни і не будуть співпадати зі світовими трендами.

Вже опубліковані результати дослідження фітнес-трендів на 2019 рік у Іспанії [11]. Цього року там найбільш популярними напрямками стали: досвідчені, освічені, кваліфіковані професіонали, функціональні тренування, вправи для зниження ваги тіла, персональний тренінг, високо-інтенсивні інтервальні тренування, вправи з власною вагою тіла, тренування під керівництвом професійних фітнес-тренерів, фітнес-програми для людей похилого віку, тренування для м'язів-стабілізаторів, моніторинг результатів, мультидисциплінарні робочі групи, силові тренування, групові персональні тренування, пошук нових ніш, програми для боротьби з дитячим ожирінням, профілактика та функціональна реабілітація після травм, мобільні фітнес-додатки, кругове тренування. І знову 8 з 20 позицій національного рейтингу не співпадає зі світовим.

Щодо України, як вже було зазначено, подібних досліджень у нас не проводилось, але на конференції Сучасний стан фітнес-індустрії України і перспективи її розвиток та презентації «Дослідження ринку фітнес-послуг України», що були проведені 26 червня 2018 року 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 [12] 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 саме для схуднення.

Владислав Сила, голова Асоціації «Українські центри нових технологій і здоров'я» [16] робить акцент, що споживачі фітнес-послуг стають більш усвідомленими, а тому важлива якість і безпека фітнес-послуг, перш-за-все. 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» [16], 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 [16] відмітила необхідність співпраці з Міністерством охорони здоров'я, особливо що стосується розробки рекомендацій з харчування, так як, на її думку, традиції харчування у кожній окремій сім'ї найбільше впливають на здоров'я нації. Партнер групи компаній Sport Life Максим Зарецький [16] 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 фахівці.

Конференція не була даремною, адже вже на початку 2019 року відбулася презентація ініціативи розробки Єдиного фітнес стандарту України [14]. Це спільний проект Національного університету фізичного виховання та спорту України та аналітично-консалтингової платформи FitnessConnectUa.

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



Висновки

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

Спеціалісти Американського коледжу спортивної медицини щорічно (з 2006 р.) проводять опитування фахівців різних країн з метою визначення трендових напрямків фітнесу на наступний рік. Щорічно результати досліджень публікуються у журналі ACSM's Health & Fitness Journal і на них орієнтуються спеціалісти всіх країн. Але детальне вивчення вибірки респондентів показало, що у 2017 році при визначенні трендів на 2018 рік у опитуванні прийняло участь 4133 особи з 41 країни, але 91,3 % з них – представники США. Саме тому результати дослідження відображають картину популярних напрямків у США на 95 % (лише один напрямок, який залишився на 20-й позиції не співпадає зі світовими трендами), але не в усьому світі.

Це підтверджується розглядом ідентичних національних досліджень, що проводились у Китаї та Іспанії, які співпадають зі світовими лише на половину, та мають власні особливості, характерні для кожної країни. Ми з впевненістю

можемо сказати, що світові тренди не будуть відображати й ситуацію в Україні, тому існує необхідність проведення подібних досліджень у нашій країні з залученням провідних фахівців з різних регіонів України.

В Україні зараз активно почали досліджувати сферу фітнесу та можливі перспективи розвитку, а також започаткували розробку Єдиного фітнес стандарту, що дозволить підвищувати якість послуг та сприятиме формуванню культури фітнесу та здорового способу життя серед населення як у обласних, так і районних містах та сільській місцевості.

Подальші дослідження будуть пов'язані з більш детальним вивченням ситуації в Україні щодо перспектив розвитку фітнес-індустрії.

Конфлікт інтересів

Дослідження базується на аналізі наукових статей, щодо світових та 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.

References

1. European Health & Fitness Market: Report 2018 [Internet]. Cologne, Germany, 11 April 2018;177. Available from: https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/de/Documents/consumer-business/European%20Health%20and%20Fitness%20Report_2018_extract.pdf [accessed Feb 03 2019].
2. Kercher VM. International Comparisons: ACSM's Worldwide survey of fitness trends. ACSM's Health & Fitness Journal: Nov./Dec. 2018;22(6):24-9. doi: 10.1249/FIT.0000000000000431
3. Li Y, Yang L, Han J, Miao LV, Li X. China fitness trend report. 2018.
4. Müller A, Melinda B, Péter H, Vaczi P, Judit P, Imre J, Pál H, János S. Fitnessz trendek a rekreációban [Internet]. Academiae Agriensis, Sectio Sport, 2012;XL:25-34. Available from: https://www.researchgate.net/publication/311614601_fitness_trendek_a_rekreacioban_fitness_trends_in_recreation [accessed Feb 03 2019].
5. Rodríguez-Cañamero S, Gallardo L, Felipe JL, García-Unanue J. Economic trend analysis of the fitness sector. Journal of Physical Education and Sport. 2018;18(2):575-84.
6. Thompson WR. Worldwide survey reveals fitness trends for 2007. ACSM's Health Fit J. 2006;10(6):8-14. DOI: 10.1249/01.FIT.0000252519.52241.39
7. Thompson WR. Worldwide survey of fitness trends for 2018: The CREP Edition. ACSM's Health Fit J: 2017;21(6):10-930. doi: 10.1249/FIT.0000000000000341
8. Thompson WR. Worldwide survey of fitness trends for 2019. ACSM's Health Fit J. 2018;22(6):10-7. DOI: 10.1249/FIT.0000000000000438
9. Veiga OL, Valcarce M, King A. National survey of fitness trends in Spain for 2017. Apunts Educacio Fisica I Esports. 2017;128(2):108-25.
10. Veiga O, Valcarce M, King A, Cámara M. Encuesta nacional de tendencias de fitness en España para 2018 [Internet]. Retos. 2018;33:279-85. Available from: https://www.researchgate.net/publication/322626261_Encuesta_Nacional_de_Tendencias_de_Fitness_en_Espana_para_2018 [accessed Feb 06 2019].



11. Veiga O, Valcarce M, Clavero A, De La Cámara M. Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para 2019 [Internet]. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación. 2018;35:341-7. Available from: https://www.researchgate.net/publication/329681682_Encuesta_Nacional_de_Tendencias_de_Fitness_en_Espana_para_2019 [accessed Feb 03 2019].
12. Gumenyuk V. Tendentsiyi rozvytku rynku fitness-poslug [Internet]. Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=ZaHISP2dI7I> [accessed Feb 06 2019].
Гуменюк В. Тенденції розвитку ринку фітнес-послуг / В. Гуменюк. Available from: <https://www.youtube.com/watch?v=ZaHISP2dI7I>.
13. Dutchak MV, Vasilenko MN. The theoretical substantiation of fitness trainer's qualifying characteristics. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2013;2:17-21. doi:10.6084/m9.figshare.639187
Дутчак МВ, Василенко ММ. Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес тренера. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013;2:17-21. doi:10.6084/m9.figshare.639187
14. EFSU. Yedyny fitness standart Ukrayiny [Internet]. Available from: <https://www.uastandard.fitness> [accessed Feb 03 2019].
ЄФСУ. Єдиний фітнес стандарт України. Available from: <https://www.uastandard.fitness>.
15. Informatsiyno-analitychna platforma FitnessConnectUa [Internet]. Available from: <http://fitnessconnect.com.ua/> [accessed Feb 03 2019].
Інформаційно-аналітична платформа FitnessConnect Ua. Available from: <http://fitnessconnect.com.ua>.
16. UKMS. Prezentatsiya «Doslidzhennya rynku fitness-poslug Ukrayiny. Perspektyvy rozvytku sportyvno-ozdorovchoyi haluzi» [Internet]. 26.06.2018. Available from: <https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=a0PmvMZfiMo&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1tMwikJxTdeSUXMWU3I4aXggadg9EQYLr3qXWZ3tpBCvZnVXEHLbtHkFg> [accessed Feb 06 2019].
17. УКМЦ. 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>.

Інформація про автора:

Воробйова Анастасія

<https://orcid.org/0000-0001-9542-345X>

Національний університет фізичного виховання та спорту України, Київ, Україна

Anastasiia-99@bigmir.net

Отримано: 02.02.2019;

Прийнято: 13.02.2019; Опубліковано: 29.03.2019.



