

УДК 331.101.25

ББК 65.24

А.А. БИЛЮК, Н.Ю. ГОНЧАРОВА, Д.А. ЯКУШИН

**РЕГУЛИРОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИТНЕС-ИНДУСТРИИ
С ЦЕЛЬЮ ИЗБЕЖАНИЯ ФАКТОРА РИСКА
ДЛЯ КОНЕЧНОГО ПОТРЕБИТЕЛЯ УСЛУГ**

Ключевые слова: фитнес, тренер, профессиональные стандарты, компетенции, фитнес-тренер, аккредитация.

В данной статье рассмотрены проблемы отсутствия профессиональных стандартов для фитнес-тренеров. Проанализированы данные зарубежных исследований по специфике травм в фитнес-клубе, выявлены причины и возможности снижения риска получения травмы во время занятий в учреждениях спортивно-оздоровительного характера. Снижение количества травм, полученных из-за перенапряжения, скручивающих, напряженных движений, возможно благодаря нахождению в зале квалифицированного персонала. Рассмотрены характерные особенности уровня квалификации персонала в фитнес-индустрии в России. По данным за 2017 г., 21% сотрудников государственных спортивных учреждений не имеют профильного образования. В коммерческих организациях этот процент составляет более 70. Выявлена необходимость повышения качества фитнес-услуг с точки зрения бизнеса через рассмотрение показателя удержания клиентов. Специфика работы фитнес-клубов с привязкой к определенной местности имеет ограничения по количеству потенциальных потребителей, поэтому высокую значимость имеет лояльность клиента, которая измеряется с помощью показателя удержания. Рассмотрен зарубежный опыт регулирования деятельности фитнес-индустрии, в том числе введения практики обязательного лицензирования для фитнес-тренеров. Обоснована необходимость введения регуляторных механизмов в сфере оказания фитнес-услуг, таких как лицензирование, в России. Несмотря на то, что в России уже выявлены необходимые компетенции для фитнес-тренеров и даже сформированы программы высшего и среднего специального образования по данному направлению профессиональной деятельности, на сегодняшний момент инструкторы по спорту и физической культуре не соответствуют по уровню образования и квалификации и продолжают оставаться в качестве фактора риска получения травмы для конечного потребителя. В статье были использованы такие методы исследования, как описание, наблюдение, сравнение.

Во многих странах обеспокоены отсутствием регулирования деятельности фитнес-тренеров, чаще всего это связывают с высокими показателями статистики травм в фитнес-клубах. В США на протяжении 10 лет в отделениях неотложной помощи собирали данные о травмах, полученных в фитнес-центрах. В 2015 г. был проведён анализ этих данных. На основе описаний событий травм были выявлены случаи, связанные с выполнением физических упражнений. Отметим, что в России такая подробная статистика не ведётся, поэтому провести подобное исследование на данный момент не представляется возможным. В указанном ранее исследовании использовали повествова-

тельную информацию, которую перекодировали по двум критериям: причины травмы и виды активности, во время которой произошла травма.

Было выявлено, что повреждения, вызванные перенапряжением, были наиболее распространенными в 36,2% всех случаев, также основной причиной травм, являются тренировки с использованием свободных весов (52,6%) и групповые занятия (35,9%). Травмы от падения снаряда или его части являются обычным явлением для всех видов упражнений со свободным весом. Падения и неудачные приземления были частыми причинами травм во время групповых упражнений (28,5% и 25,8%, соответственно) [10].

Травмы от силовых тренировок и тренажеров [11]:

- в 2009 г. 1500 человек прошли лечение в отделении неотложной помощи после травм, полученных на оборудовании в спортивных залах;
- в период с 1990 по 2007 г. более 970 000 человек проходили лечение в отделениях неотложной помощи от травм, связанных с силовыми тренировками;
- с 1990 по 2007 г. 114 человек умерли от использования свободных весов и тренажеров;
- по оценкам, в 2012 г. 459 978 человек получили травмы во время тренировок или использования тренажеров;
- ежегодно тренажеры наносят травмы примерно 16 500 детям в возрасте от 5 до 14 лет.

Общая статистика несчастных случаев в спортзале [11]:

- в исследовании, опубликованном в 2013 г., говорится, что на каждые 1000 часов тренировок CrossFit приходится 3,1 травмы;
- в период с мая 2011 г. по ноябрь 2012 г. одна больница Солт-Лейк-Сити лечила 52 человек, которые были ранены в местных спортивных залах и нуждались в более чем одном медицинском приёме;
- каждый день более 10 000 человек проходят лечение в отделениях неотложной помощи по всей стране от травм, полученных в результате занятий спортом, отдыха и физических упражнений.

Риск получения травмы от физической активности может помешать тренировкам и снизить долгосрочные преимущества для здоровья, которые может обеспечить физическая активность. Травмы могут привести к негативным изменениям в повседневной деятельности, потере рабочего времени, низкому качеству жизни, инвалидности или в экстремальных случаях смерти.

В выводах данного исследования предлагаются меры по снижению количества травм в фитнес-центрах. Так, для снижения травм, полученных от падения кардиооборудования и с кардиооборудования, рекомендуется инструктировать пользователей о необходимости выключать оборудование после использования и обеспечивать полную остановку оборудования перед включением, а также поощрять использование крепления шнура экстренного торможения.

Снижение количества травм, полученных из-за перенапряжения, скручивающих (неестественных) напряженных движений, или травм, вызванных

неудачным приземлением во время групповых тренировок и тренировок со свободным весом можно избежать благодаря нахождению в зале квалифицированного персонала. Важно отметить, что травмы, связанные с этой категорией, могут быть в меньшей степени предотвратимы факторами проектирования объекта, чем травмы, произошедшие по другим причинам. Помещения должны постоянно контролироваться квалифицированным персоналом, чтобы гарантировать, что участники используют правильную технику, чувствуют поддержку и не выполняют опасных упражнений.

Таким образом, потенциальными последствиями отсутствия квалифицированного тренерского состава в учреждениях спортивно-оздоровительного характера являются риск получения травмы клиентом и негативное восприятие людьми персональных тренеров.

В России, по данным за 2017 г., 21% сотрудников государственных спортивных учреждений не имеют профильного образования. В коммерческих организациях этот процент составляет более 70% [6]. Из этого следует, что, наличие профильного образования, необходимых компетенций, не является решающим фактором при приеме на работу. Фитнес-тренеров на рынок услуг выпускают организации, которые за 156 и менее учебных часов, готовят «профессионалов» в сфере фитнес-индустрии [4, 5].

В настоящее время в РФ все, что нужно сделать, чтобы стать «сертифицированным» тренером, – это заплатить взнос, сдать экзамен, а большинство фитнес-залов наймут человека независимо от типа сертификации. Как и в большинстве коммерческих отраслей, качество продукта часто зависит от стоимости. Однако, поскольку отрасль не регулируется, фитнес-залы не обязаны нанимать сотрудников, обладающих каким-либо определенным типом сертификации или лицензии, и, как правило, нанимают «недорогих» инструкторов, когда это возможно.

Чтобы оценить профессиональную пригодность и уровень квалификации выпускников указанных выше заведений, которые не проходят аттестацию или лицензирование, обратимся к исследованию, опубликованному в «Russian Journal of Entrepreneurship» в 2017 г., в котором были изучены возможные пути определения уровня квалификации фитнес-тренеров с помощью компетентного подхода. Были выявлены следующие группы профессиональных компетенций: психолого-педагогические, гностические, проектировочные, конструктивные, коммуникативные, организаторские, физкультурно-оздоровительные, научно-исследовательские, диагностические, двигательные и акмеологические.

В результате данного исследования средняя оценка по всем группам компетенций составила 3,8, самые высокие показатели получили по таким группам критериев, как двигательные и коммуникативные. Коммуникативные навыки и знания принципов психологических методик общения играют важную роль в профессии фитнес-тренера. Специалист по фитнесу должен быть популяризатором принципов здорового образа жизни, но, не отвечая остальным требованиям и не зная основы психолого-педагогичес-

ких и физкультурно-оздоровительных компетенций, он несёт потенциальный риск для конечного потребителя [7].

Отсутствие надлежащего обучения специфическим двигательным навыкам (упражнения в фитнес-зале), отрицательный физический опыт, травмы и негативные последствия для здоровья – это еще не все риски, которые может нести для конечного потребителя неквалифицированный сотрудник фитнес-центра [2].

Невысокое качество оказываемых услуг оказывает влияние как на конечного потребителя, так и на эффективность деятельности фитнес-подразделения. Специфика работы фитнес-клубов с привязкой к определенной местности имеет ограничения по количеству потенциальных потребителей. Клиент, получивший негативный опыт персонального тренинга, с меньшей долей вероятности будет повторно обращаться за данной услугой [1].

При первичном обращении клиентов фитнес-центров к услуге персонального тренинга критическим фактором при выборе тренера является его внешний вид [13], а в дальнейшем лояльность клиентов складывается из мотивационных навыков, индивидуальности подхода, который невозможен без знаний особенностей работы человеческого организма, эмпатии и социальных навыков тренера.

Ограничения бизнеса по количеству потенциальных потребителей ставит на одно из первых мест лояльность клиента, которая измеряется с помощью показателя удержания клиентов *CRR* (Customer Retention Rate):

$$CRR = ((E - N) / S) \cdot 100,$$

где *E* – количество клиентов на конец периода; *N* – количество новых клиентов, приобретенных за период; *S* – количество клиентов на начало периода.

Снижение данного показателя отрицательно сказывается на деятельности всего фитнес-клуба, а увеличение его значения напрямую зависит от качества оказываемых услуг и квалификации персонала.

Таким образом, отсутствие лицензирования фитнес-тренеров, профессиональных стандартов и отсутствие у руководителей фитнес-центров необходимости, подкрепленной законом, принимать на работу только кадры, имеющие профильное образование, несёт в себе риски для конечного потребителя и заведомое снижение качества оказываемых услуг в организации (снижение эффективности деятельности фитнес-подразделения).

На данный момент на законодательном уровне в Российской Федерации не установлено обязательное применение стандартов в области физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг, в том числе фитнес-услуг. Но первые шаги к урегулированию данной сферы уже предприняты. Действует «ГОСТ Р 56644-2015. Национальный стандарт Российской Федерации. Услуги населению. Фитнес-услуги», введенный в действие Приказом Росстандарта от 14 октября 2015 г.¹ Но данный национальный стандарт отно-

¹ ГОСТ Р 56644-2015. Национальный стандарт Российской Федерации. Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования (утв. и введен в действие приказом Росстандарта от 14.10.2015 г. № 1564-ст) [Электронный ресурс]. URL: <http://docs.cntd.ru/document/1200124945>.

сится к документам национальной системы стандартизации и поэтому применяется на добровольной основе [3]. Утвержденных Приказом Минтруда РФ профессиональных стандартов для регулирования деятельности фитнес-инструкторов на апрель 2019 г. нет. Поэтому прежде, чем перейти к зарубежной практике урегулирования деятельности фитнес-тренеров, приведём полное определение понятия «Профессиональный стандарт»¹ и «Личный тренер» (в соответствии с областью практики NSCA для NSCA-CPT).

«Профессиональный стандарт – это характеристика квалификации, необходимой работнику для осуществления определенного вида профессиональной деятельности, в том числе выполнения определенной трудовой функции»².

«Личные тренеры – это профессионалы в области здравоохранения/фитнеса, которые, используя индивидуальный подход, оценивают, мотивируют и обучают клиентов относительно их потребностей в здоровье и фитнесе. Они разрабатывают безопасные и эффективные программы упражнений, обеспечивают руководство, помогающее клиентам достичь своих личных целей в области здоровья/фитнеса, и соответствующим образом реагируют в чрезвычайных ситуациях. Учитывая свою собственную область компетенций, персональные тренеры при необходимости обращаются к другим специалистам здравоохранения» [12].

Попытки законодательного урегулирования сферы фитнес-услуг предпринимаются не только в России. В настоящее время в Соединенных Штатах Америки в Вашингтоне, округ Колумбия, наиболее близко подошли к принятию закона, который бы заставлял личных тренеров регистрироваться в округе, а не просто получать сертификаты обучения от частных компаний [8]. Законопроект в Вашингтоне запретил использование названия «инструктор по фитнесу» наряду с «личным тренером» без соответствующей лицензии. Это потребовало бы от групповых инструкторов по фитнесу (не только личных тренеров) получать лицензию. Однако законодательный орган исключил из основного законопроекта требование о профессиональной лицензии на профессиональную подготовку. Один из основных спорных вопросов в дискуссии о лицензировании касался сертификации и того, какие сертификаты будут считаться допустимыми в соответствии с законопроектом.

Во Флориде нынешний предлагаемый законопроект заходит так далеко, что классифицирует любое использование «звания “личный тренер”» без лицензии» как проступок первой степени, который может нести тюремное заключение сроком до одного года. Очевидно, что государственное регулирование индустрии персонального обучения произойдет в ближайшем будущем. Для профессионалов фитнеса это может рассматриваться как тревожная тенденция или может быть отличной новой возможностью специализироваться и избавиться от рынка личных тренеров, которые не прошли надле-

¹ Ст. 195.1. Понятия квалификации работника, профессионального стандарта Трудового кодекса Российской Федерации (Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 г. № 197-ФЗ (ред. от 05.02.2018 г.) [Электронный ресурс]. Доступ из справ.-прав. системы «КонсультантПлюс»).

² Там же.

жащую подготовку и проверку. Но эксперты в этой области утверждают, что при вступлении в силу данных законопроектов возможно увеличение стоимости фитнес-услуг для конечного потребителя [9].

В России проблемы отсутствия регулирования деятельности фитнес-тренеров можно решить введением регуляторных механизмов в сфере оказания фитнес-услуг. Как было отмечено ранее, инициатива введения таких механизмов уже предпринималась в 2015 г., в результате утвердили и ввели в действие национальный стандарт «Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования». Документ определяет спектр фитнес-услуг и общие требования к ним, но не является обязательным, поэтому исполнители могут его применять на добровольной основе или не применять [5]. Введение обязательных регуляторных механизмов может иметь множество плюсов для государства, отрасли и конечного потребителя. Обязательное лицензирование в сфере фитнеса позволило бы приносить в государственную казну дополнительный доход, внутри отрасли фитнес-сообщество смогло бы уменьшить количество некомпетентных специалистов и тем самым повысить уровень доверия. А для конечного потребителя лицензирование фитнес-тренеров позволило бы получать более качественные услуги и снизить потенциальный риск получения травмы.

Литература

1. В ОП РФ заявили о необходимости ввести профессиональные стандарты для фитнес-инструкторов [Электронный ресурс] // ИТАР-ТАСС. 2018. 6 июля. URL: <https://tass.ru/obshchestvo/5354416> (дата обращения: 20.02.2019).
2. Костоева В. Дешево и спортивно: как Москву готовят к фитнес-революции [Электронный ресурс] // РБК. 2017. 22 февр. URL: https://www.Rbc.Ru/Own_Business/22/02/2017/58ad85249a79476377663a9c (дата обращения: 20.02.2019).
3. Разъяснения о применении национальных стандартов на фитнес-услуги [Электронный ресурс] // Fitness Expert. 2017. 2 марта. URL: <https://fitnessexpert.com/journal/razyasneniya-o-primeneni-nacionalnyh-standartov-na-fitness-uslugi> (дата обращения: 20.02.2019).
4. Романова А. Кому нужны профстандарты для фитнес-индустрии [Электронный ресурс] // Российская газета – Экономика Северо-Запада. 2018. № 42(7505). URL: <https://rg.ru/2018/02/27/reg-szfo/komu-nuzhny-profstandarty-dlia-fitness-industrii.html> (дата обращения: 20.02.2019).
5. Спорт для умных // РБК. 2018. № 5 С. 104–105.
6. Фитнес-инструкторы должны иметь профильное образование: профстандарт. 22.12.2017 г. [Электронный ресурс] // Современная научно-технологическая академия: сайт. URL: <https://www.snta.ru/press-center/fitness-instruktory-dolzhen-imet-profilnoe-obrazovanie-profstandart> (дата обращения: 20.02.2019).
7. Шестакова Е.В. Формирование системы подготовки квалифицированного персонала сферы фитнес-индустрии на основе профессионального стандарта // Российское предпринимательство. 2017. Т. 18, № 16. С. 2377–2388.
8. Aaron D. Werner Personal Training: Historically Unregulated Occupation with Change on Horizon. *The National Law Review*, 2017, Jan. 31. Available at: <https://www.natlawreview.com/article/personal-training-historically-unregulated-occupation-change-horizon> (Accessed 20 February 2019).
9. Bedosky L. The future of personal training may be on regulation, certification and integration. Available at: <https://www.clubindustry.com/trends/future-personal-training-may-be-regulation-certification-and-integration> (Accessed 20 February 2019).
10. Gray Sh.E., Finch C.F. The causes of injuries sustained at fitness facilities presenting to Victorian emergency departments – identifying the main culprits. *Inj Epidemiol.*, 2015, vol. 2(1), p. 6.

DOI: 10.1186/s40621-015-0037-4. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC-5005555> (Accessed 20 February 2019).

11. *Gym J.K.* Accident Statistics. Available at: <https://www.legalmatch.com/library/article/gym-accident-statistics.html> (Accessed 20 February 2019).

12. National Strength and Conditioning Association. Available at: <http://www.nscac.org/nsca-cpt/about.html> (Accessed 20 February 2019).

13. The Current State of Personal Training: an Industry Perspective of Personal Trainers in a Small Southeast Community. Deana I. Melton, Published in final edited form as. *J. Strength Cond Res.*, 2008, vol. 22(3), May, pp. 883–889.

БИЛЮК АЛИНА АЛЕКСАНДРОВНА – магистрант кафедры индустрии гостеприимства, туризма и спорта, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, Россия, Москва (alinabilyuk@gmail.com).

ГОНЧАРОВА НАТАЛЬЯ ЮРЬЕВНА – кандидат экономических наук, доцент кафедры индустрии гостеприимства, туризма и спорта, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, Россия, Москва (Goncharova.gnu@gmail.com).

ЯКУШИН ДМИТРИЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ – кандидат политических наук, генеральный директор, ООО «ГСР», Россия, Мытищи (dimon26000@mail.ru).

A. BILIUK, N. GONCHAROVA, D. YAKUSHIN

**REGULATION OF FITNESS INDUSTRY ACTIVITIES
TO PREVENT RISK FACTOR FOR AN END SERVICE CONSUMER**

Key words: *fitness, trainer, professional standards, competences, fitness trainer, accreditation.*

This article deals with the lack of professional standards for fitness trainers. It analyzes data of foreign studies on the specifics of injuries in fitness clubs, identifies the causes and opportunities for reducing the risk of injury while training in sports and fitness facilities. Reducing the number of injuries caused by overstrain, twisting, rigorous, intense movements is possible due to the presence of a qualified personnel in the gym. The characteristic features of the personnel's qualification level in the fitness industry in Russia are considered. According to the data of 2017, 21% of employees in state sports institutions do not have an industry-specific education. In commercial organizations, this percentage grows to more than 70. The need to improve the quality of fitness services from the business point of view was identified through consideration of customer retention rates. The specificity of fitness clubs functioning with reference to a particular area, has limitations on the number of potential consumers, therefore customer loyalty has a high significance, which is measured using the retention rate. The article examines foreign experience in regulating fitness industry activities, including introducing the practice of compulsory licensing for fitness trainers. The necessity of introducing regulatory mechanisms in providing fitness services, such as licensing, in Russia is substantiated. Despite the fact that in Russia necessary competences for fitness trainers have already been identified and even programs of higher and specialized secondary education have been formed in this area of professional activity, currently instructors in sports and physical culture do not meet the requirements on their level of education and qualifications, and continue to be the risk factor of injury to the end user. The article used such research methods as description, observation, comparison.

References

1. *V OP RF zayavili o neobkhodimosti vvesti professional'nye standarty dlya fitnes-instruktorov* [The Public Chamber of Russia declared the need to introduce professional standards for fitness instructors]. *ITAR-TASS*, 2018, June 6. Available at: <https://tass.ru/obschestvo/5354416> (Accessed 20 February 2019).

2. *Kostoeva V. Deshevo i sportivno: kak Moskvu gotovyat k fitnes-revolyutsii.* [Cheap and sporty: how Moscow is being prepared for the fitness revolution.]. *RBK*, 2017, Feb. 22. Available

at: https://Www.Rbc.Ru/Own_Business/22/02/2017/58ad85249a79476377663a9c (Accessed 20 February 2019).

3. Raz'yasneniya o primenenii natsional'nykh standartov na fitnes-uslugi [Clarification of the application of national standards for fitness services]. *Fitness Expert*, 2017, Mar. 2. Available at: <https://fitnessexpert.com/journal/razyasneniya-o-primenenii-nacionalnyh-standartov-na-fitnes-uslugi> (Accessed 20 February 2019).

4. Romanova A. Komu nuzhny profstandarty dlya fitnes-industrii [Who needs professional standards for the fitness industry]. *Rossiiskaya gazeta – Ekonomika Severo-Zapada* [Russian newspaper – Economy of the North-West], 2018, no. 42(7505). Available at: <https://rg.ru/2018/02/27/reg-szfo/komu-nuzhny-profstandarty-dlia-fitnes-industrii.html> (Accessed 20 February 2019).

5. *Sport dlya umnykh* [Sport for smart]. *RBK*, 2018, no. 5, p. 104–105.

6. *Fitness-instruktory dolzhny imet' profil'noe obrazovanie: profstandart*. 22.12.2017 [Fitness instructors should have a specialized education: professional standard]. *Sovremennaya nauchno-tehnologicheskaya akademiya: sait* [Modern Science and Technology Academy: site]. Available at: <https://www.snta.ru/press-center/fitnes-instruktory-dolzhny-imet-profilnoe-obrazovanie-prof-standart> (Accessed 20 February 2019).

7. Shestakova E.V. *Formirovanie sistemy podgotovki kvalifitsirovannogo personala sfery fitnes-industrii na osnove professional'nogo standarta* [Formation of a system for training qualified personnel in the fitness industry based on the professional standard]. *Rossiiskoe predprinima-tel'stvo*. [Russian Enterprise], 2017, vol. 18, no. 16, pp. 2377–2388.

8. Aaron D. Werner Personal Training: Historically Unregulated Occupation with Change on Horizon. *The National Law Review*, 2017, Jan. 31. Available at: <https://www.natlawreview.com/article/personal-training-historically-unregulated-occupation-change-horizon> (Accessed 20 February 2019).

9. Bedosky L. The future of personal training may be on regulation, certification and integration. Available at: <https://www.clubindustry.com/trends/future-personal-training-may-be-regulation-certification-and-integration> (Accessed 20 February 2019).

10. Gray Sh.E., Finch C.F. The causes of injuries sustained at fitness facilities presenting to Victorian emergency departments – identifying the main culprits. *Inj Epidemiol.*, 2015, vol. 2(1), p. 6. DOI: 10.1186/s40621-015-0037-4. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5005555> (Accessed 20 February 2019).

11. Gym J.K. Accident Statistics. Available at: <https://www.legalmatch.com/law-library/article/gym-accident-statistics.html> (Accessed 20 February 2019).

12. National Strength and Conditioning Association. Available at: <http://www.nasca-cc.org/nsca-cpt/about.html> (Accessed 20 February 2019).

13. The Current State of Personal Training: an Industry Perspective of Personal Trainers in a Small Southeast Community. Deana I. Melton, Published in final edited form as. *J. Strength Cond Res.*, 2008, vol. 22(3), May, pp. 883–889.

BILIUK ALINA – Master's Program Student, Department of Hospitality, Tourism and Sports, Plekhanov Russian University of Economics, Russia, Moscow (alinabilyuk@gmail.com).

GONCHAROVA NATALIA – Candidate of Economics Sciences, Associate Professor, Department of Hospitality, Tourism and Sports, Plekhanov Russian University of Economics, Russia, Moscow (Goncharova.gnu@gmail.com).

YAKUSHIN DMITRY – Candidate of Political Sciences, General Director, LLC GSR, Russia, Mytishchi (dimon26000@mail.ru).
