

8. Fedoruk H V, Holeva AV, Brovkynh SS, Nevzorov AM. Zems'kyu vrach: Ortopediya i travmatolohiya. Medytsynskye aspekty protezyrovanyya. 2012 (2): 21-24.

**Цитування на цю статтю:**

Рой ІВ, Русанов АП, Кравчук ЛД, Русанова ОМ. Особливості відновлення локомоторної функції хворих після реконструкції передньої хрестоподібної зв'язки колінного суглоба у процесі фізичної реабілітації Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2019 Січ 29; 31: 142-147

<b>Відомості про автора:</b>	<b>Information about the author:</b>
<b>Рой Ірина Володимирівна</b> – доктор медичних наук, професор, ДУ “Інститут травматології та ортопедії НАМН України” (Київ, Україна) <a href="https://orcid.org/0000-0002-4138-4691">https://orcid.org/0000-0002-4138-4691</a>	<b>Roi Iryna Volodymyrivna</b> – Doctor of Medical Science, Professor, SI “The Institute of Traumatology and Orthopedics” by NAMS of Ukraine, (Kyiv, Ukraine)
<b>Русанов Андрій Петрович</b> – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, інструктор ЛФК ДУ “Інститут травматології та ортопедії НАМН України”, викладач Національного Університету фізичного виховання і спорту України (Київ, Україна) e-mail: rusanova2080@gmail.com <a href="https://orcid.org/0000-0002-4357-7059">https://orcid.org/0000-0002-4357-7059</a>	<b>Rusanov Andrii Petrovych</b> – Candidate of Science (Physical Education and Sport), SI “The Institute of Traumatology and Orthopedics” by NAMS of Ukraine, lecturer National University of Ukraine on Physical Education and Sport (Kyiv, Ukraine)
<b>Кравчук Людмила Дмитрівна</b> – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Національний Університет фізичного виховання і спорту України (Київ, Україна) <a href="https://orcid.org/0000-0002-5317-0420">https://orcid.org/0000-0002-5317-0420</a>	<b>Kravchuk Liudmyla Dmytrivna</b> – Candidate of Science (Physical Education and Sport), Associate Professor (Ph. D.), National University of Ukraine on Physical Education and Sport (Kyiv, Ukraine)
<b>Русанова Ольга Михайлівна</b> – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Національний Університет фізичного виховання і спорту України (Київ, Україна) <a href="https://orcid.org/0000-0001-7495-7030">https://orcid.org/0000-0001-7495-7030</a>	<b>Rusanova Olha Mykhailivna</b> – Candidate of Science (Physical Education and Sport), Associate Professor (Ph. D.), National University of Ukraine on Physical Education and Sport (Kyiv, Ukraine)

УДК 613.72: 005.936.3(477.86)

doi: 10.15330/fcult.31.147-152

*Ірина Соверда, Віра Ткачук, Любомир Пасічняк*

## ХАРАКТЕРИСТИКА СПЕКТРУ НАДАННЯ “SPA” ТА “WELLNESS” ПОСЛУГ У ФІТНЕС-ІНДУСТРІЇ

*Мета.* Вивчити ринок надання “Spa” і “Wellness” послуг у фітнес-клубах, -центрах, -студіях (на прикладі міста Івано-Франківська). *Методи.* Проведено моніторинг 12 фітнес-закладів та опитування 74 фітнес-тренерів й 153 відвідувачів цих оздоровчих закладів. *Результати.* З’ясовано, що у всіх досліджених об’єктах, окрім занять різними видами фітнесу здійснюються перші кроки щодо впровадження додаткових “Wellness” і “Spa” послуг задля повного задоволення потреб відвідувачів. Серед опитаних клієнтів 63,5% зазначили, що користуються додатковими послугами закладу й найпопулярнішими є: різновиди масажу, послуги фітобару, Spa-процедури, сауна, поради дієтологів. *Висновок.* Сьогодні фітнес-індустрія є сферою діяльності, а також сектором економіки, що включає в себе розроблення, виробництво та реалізацію товарів і послуг, зорієнтованих на досягнення здоров’я та підтримку загальної фізичної форми. Соціальне явище “Wellness” із взаємодоповнюючими “Spa” послугами є реаліями серед запитів суспільства.

**Ключові слова:** фітнес, “Wellness” і “Spa” послуги, попит.

*In the article an actual question about the spectrum of “Spa” and “Wellness” services in the fitness industry of Ivano-Frankivsk is formulated on the data of scientific literature. The purpose of the study is to study the market of “Spa” and “Wellness” services in fitness clubs, centers, studios (on the example of Ivano-Frankivsk). Monitoring and surveys were conducted on the basis of 12 fitness institutions, 74 fitness trainers and*

153 clients of these health centers were surveyed. It was found that in all the studied objects, in addition to the classes of different types of fitness, the first steps are taken to introduce additional "Wellness" and "Spa" services in order to fully meet the needs of visitors. Among the interviewed clients, 63.5% indicated that they use additional services and the most popular are: varieties of massage, phytobar, spa, sauna, dietitian's advice. Besides during the study we found that the ideal fitness club, according to respondents, is one in which: individual opportunities and the level of physical training are taken into account (16.7%); where it is offered alternative programs, if the person lags behind the group or the program doesn't fit him or her (10.3%); the workers do their best to create comfortable conditions for exercises (27.4%); specialists are constantly improving (attending seminars, conferences, courses) in order to make the program more interesting (35.5%); after a fitness lesson you can rest, recover and leave the institution feeling great (10,1%).

So, today the fitness industry is a sphere of activity, as well as an economic sector, which includes the development, production and sale of goods and services oriented towards achieving the health and keeping fit. The social phenomenon of "Wellness" with the complementary "Spa" services is a reality among the requests of different sections of the population. The prospect of further search is to find out the directions for improving the efficiency of providing these health services.

**Key words:** fitness, "Wellness" and "Spa" services, demand.

**Постановка проблеми й аналіз результатів останніх досліджень.** Не дивлячись на всі блага, які здобуло людство в ході своєї еволюції та соціалізації – здоров'я залишається найціннішим скарбом. Сьогодні загальновідомим є факт, що стан здоров'я людини на 50% залежить від способу її життя, тому у всіх цивілізованих країнах світу широкого розповсюдження набуло ведення і пропаганда здорового способу життя, в якому ключове місце займає рухова активність. Такі потреби людства на планеті призвели до того, що фітнес-індустрія стала розвиватись в надзвичайно прискореному темпі. У даний час фітнес-індустрія є сферою успішного та перспективного бізнесу, адже за темпами розвитку посідає друге місце у світі після високих технологій [7; 8]. Завдяки таких швидких обертів свого розвитку, фітнес-індустрія має високу інвестиційну привабливість, обсяг ринку якої з кожним роком збільшується [4].

В Україні ж фітнес отримав свій розвиток за останні 15–20 років. Фактично зараз по всій країні функціонують і розвиваються різноманітні спеціальні оздоровчі фітнес-центри та клуби, студії краси та здоров'я, які надають комплекси послуг, що включають в себе популярні фітнес-програми. В їх основі лежать новітні наукові розробки і найсучасніші технології в галузі фізичної культури і спорту, що спрямовані на задоволення різноманітних оздоровчо-спортивних інтересів кожного клієнта оздоровчого закладу [3].

Нині фітнес пов'язаний із соціокультурним явищем "Wellness", який взаємодоповнюючи ефективно працює із "Spa" послугами. "Wellness" передбачає комплексне використання методик покращення та підтримки здоров'я, гарного самопочуття, реалізації принципів якісного життя [6] й складається з таких компонентів, а саме: дієтології, різних рекреаційних програм, психологічної релаксації, гармонізації, комфортних фізичних навантажень, включно із спортивно-оздоровчими заняттями, доглядом за тілом і зовнішністю, інших форм оздоровлення [2].

За змістовою сутністю поняття "Wellness" співпадає з системою "Здоровий спосіб життя" і з організаційної точки зору повинен інтегрувати у всі організації, що створюють умови для оздоровлення.

На сьогоднішній день оздоровча сфера бізнесу [1], а саме "Wellness" відображається в роботі спеціалізованих медичних центрів, готелів, Спа-центрів, аквацентрів, кафе здорового харчування, фітнес-центрів, студій й салонів краси, туристичних агенціях, відповідних навчальних закладів. Що стосується головної особливості "Spa" – це вплив через шкірний покрив спа-компонентів, які сприяють покращенню обмінних процесів, виведенню токсинів і шлаків з організму, поліпшують загальне самопочуття і сповнюють життєвою силою.

В світі попит на “Wellness” та “Spa” сьогодні в сотні разів перевищує пропозицію і цим самим “підштовхує” і мотивує у фітнес-індустрії перейняття і реалізацію додакових “Spa” і “Wellness” послуг у містах. В такому випадку плюси будуть як для клієнтів, оскільки очевидно є економія часу і зусиль (не обов’язково відправлятися у віддалені курортні місцевості) так і для закладів оздоровчого профілю – додатковий фінансовий прибуток.

Таким чином, можна констатувати, що актуальність дослідженого питання не викликає жодних сумнівів. Нині функціонує багато фітнес-закладів, проте для нас цікавим є те, чи надаються населенню “Spa” і “Wellness” послуги у місті Івано-Франківську саме фітнес-клубами, -центрами, -студіями.

**Мета дослідження** – вивчити ринок надання “Spa” і “Wellness” послуг у фітнес-клубах, -центрах, -студіях м. Івано-Франківська.

**Методи й організація дослідження.** Для досягнення мети були використанні наступні методи дослідження: аналіз, узагальнення та класифікація даних науково-методичної літератури й нормативно-правових документів; соціологічні та статистичні методи дослідження.

Дослідження проводилось на базі 12 фітнес-закладів міста Івано-Франківська, серед досліджуваних – 74 фітнес-тренерів й 153 клієнта цих оздоровчих закладів.

**Результати і дискусія.** Серед спектру послуг у оздоровчих закладах нами досліджувалось питання наявності додаткових функцій для більш повного задоволення потреб і бажань клієнтів. В цьому аспекті важко не погодитися з думкою С. Стадник [3] про те, що асортимент додаткових послуг у фітнес-клубі не тільки розширює можливість перед клієнтами в їх оздоровленні і відновленні, а й являється суттєвою конкурентною перевагою на ринку фітнес послуг.

Перелік основних “Wellness” і “Spa” послуг у фітнес-клубах, -студіях, -центрах представлено у таблиці 1.

Із вище перелічених об’єктів фітнес-індустрії міста Івано-Франківська спостерігаємо перші їхні кроки щодо впровадження в якості додаткових “Wellness” і “Spa” послуг серед їх відвідувачів.

Таблиця 1

**Перелік “Wellness” і “Spa” послуг у фітнес-клубах, -студіях, -центрах м. Івано-Франківська**

Назва фітнес-клубу, -центру, -студії	Вид “Wellness” і “Spa” послуг
<i>Ідеал-спорт</i>	Фітобар; фінська сауна; різновиди масажу; спортивне харчування
<i>Альянс</i>	Фітобар; різновиди масажу; фінська сауна; косметолог; дієтолог
<i>FitCurves</i>	Фітобар; дієтолог
<i>SportTown</i>	Фітобар; Spa зона (турецький хаммам; сауна; солярій; різновиди масажу)
<i>Апельсин</i>	Різновиди масажу
<i>Yoga IF School</i>	Йога-фітобар; дієтолог; центр масажних технологій
<i>Анастасія</i>	Різновиди масажу; обгортання
<i>AvalonGym</i>	Спортивне харчування
<i>Адам і Єва</i>	Косметичний кабінет; солярій; соляна кімната; фітобар; масажні послуги; body evolution; <u>Spa-студія “Едемський сад”</u> І базовий <ul style="list-style-type: none"> <li>• парафінотерапія “КрилаЯнгола” + Догляд 3 в 1 (очищення+відновлення+омолодження);</li> <li>• <u>Відпочинок в соляній кімнаті та чаювання;</u></li> </ul>

Тривалість 120 хв.

	Spa-relax (для 2-х) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Парафіноterapia *;</li> <li>• Догляд 3 в 1 або кавовий скраб *;</li> <li>• Відпочинок в соляній кімнаті та чаювання *.</li> </ul> <p style="text-align: right;"><i>Тривалість 120 хв.</i></p> Spa-active (для 2-х) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Фітнес *;</li> <li>• Roll-масаж *; <a href="http://adam-eva.if.ua/body-evolution/">http://adam-eva.if.ua/body-evolution/</a></li> <li>• Догляд 3 в 1 (очищення+відновлення+омолодження), Парафіноterapia;</li> <li>• Відпочинок в соляній кімнаті та чаювання.</li> </ul> <p style="text-align: right;"><i>Тривалість 120 хв.</i></p> Spa-вечірка (для 4-х) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Фітнес;</li> <li>• Roll-масаж; <a href="http://adam-eva.if.ua/body-evolution/">http://adam-eva.if.ua/body-evolution/</a></li> <li>• Догляд 3 в 1 (очищення+відновлення+омолодження) (для 2-х);</li> <li>• Парафіноterapia “КрилаЯнгола” (для 2-х);</li> <li>• Відпочинок в соляній кімнаті та чаювання.</li> </ul> <p style="text-align: right;"><i>Тривалість 240 хв.</i></p>
<i>VasilGym</i>	Фітобар; сауна; аромотерапія; звукотерапія; солярій; різновиди масажу
<i>InterFit</i>	Фітобар; масажні послуги
<i>Діамант+</i>	Фітобар; масажні послуги; сауна

Варто детально зупинити свій погляд на фітнес-студії “Адам і Єва”, оскільки в ході дослідження нами з’ясовано, що в закладі не в поодинокому вигляді функціонує і розвивається система надання “Wellness” і “Spa” послуг. В студії існують програми комплексного оздоровлення, які включають в одному сеансі заняття фітнесом, Roll-масаж, догляд за тілом 3 в 1 (очищення+відновлення+омолодження), парафінотеріаю та відпочинок у соляній кімнаті.

Зазначимо, що у дослідження Global Spa Summit [5] вказується, що найбільш популярними продуктами/послугами “Spa&Wellness” індустрії з точки зору активних рекреантів є масаж, фізичні вправи, догляд та тілом і обличчям, здорове харчування. Такі послуги як бальнеологічні процедури, таласотерапія, оцінка здоров’я, консультації та медичне тестування частіше користуються попитом у курортних місцинах із вузьким профілем оздоровчого закладу. Тому вважаємо, що впровадження у роботу фітнес-закладу додаткових “Wellness” і “Spa” послуг є надзвичайно актуальною і перспективною справою.

У процесі дослідження “Wellness” і “Spa” послуг для нас були цікавими думки відвідувачів цих оздоровчих закладів щодо їх ставлення і переваг у виборі. Із опитаних 95% опитаних позитивно відносяться до таких додаткових послуг і, з них 63,5% зазначили, що користуються ними, оскільки це дає можливість їм зняти напругу, розслабитись і відновитись після важкого робочого дня.

Із перелічених відвідувачами “Spa” і “Wellness” послуг, якими вони користуються у фітнес-клубах, -центрах, -студіях на першому місці різновиди масажу (43,0%). На другому – послуги фітобару (21,3%). Користуються попитом Spa-процедури (18,7%). Полюбляють відвідувати після занять фітнесом сауну –14,3% респондентів і порадами дієтолога користуються 2,7% опитаних (табл.2).

Частка досліджуваних, які окрім фітнес-послуг користуються ще й додатковими “Spa” і “Wellness” послугами і їм до вподоби їх якість становить 61,4% і відповідно не задоволені – 38,2% клієнтів.

Цікавими були причини, через які клієнти не бажають користуватись додатковими послугами у оздоровчому закладі. Респонденти пояснюють наступним чином: на це не вистачає коштів (33,7%); немає послуг, які були б до вподоби (41,3%); вистачає занять фізичними вправами (24%); відсутність бажання (2,1%).

Таблиця 2

**Рейтинг різних видів “Spa” і “Wellness” послуг серед відвідувачів оздоровчих закладів м. Івано-Франківська (n=92)**

“Spa” і “Wellness” послуги	Місце (за попитом)	% респондентів
Різновиди масажу	1	43,0
Фітобар	2	21,3
Spa-процедури	3	18,7
Сауна	4	14,3
Консультації дієтолога	5	2,7

В ході анкетування респонденти зазначили, що ідеальний фітнес-клуб, це такий в якому враховують наступні фактори: індивідуальні можливості і рівень фізичної підготовки (16,7%); пропонують альтернативні програми, в разі якщо особа не встигає за всіма або в неї зовсім не виходить (10,3%); працівники максимально прикладають зусиль, щоб створити комфортні умови для занять фізичними вправами і оздоровлення (27,4%); фахівці постійно вдосконалюються (відвідують семінари, конференції, курси) для того, щоб заняття завжди були цікавими (35,5%); можна після занять фітнесом відпочити, відновитись і покинути заклад в прекрасному самопочутті (10,1%).

**Висновок.** Нині в Україні спостерігається позитивна тенденція у зростанні зацікавленості серед різних верств населення до власного здоров'я та шляхів його покращення. Такий попит диктує умови для оздоровчих закладів, які з метою задоволення потреб клієнтів і, звичайно ж власного заробітку, намагаються розширювати спектр надання ними оздоровчих послуг.

Сьогодні людина, яка приходить у фітнес-клуб, -студію, -центр хоче не тільки позайматись фізичними вправами, але скористатися іншими додатковими послугами, які сприятимуть кращому відновленню й розслабленню організму. В ході нашого дослідження, нами виявлено, що 63,5% клієнтів користуються додатковими “Spa” і “Wellness” послугами. Також опитування надало нам можливість з'ясувати, що у оздоровчих закладах міста Івано-Франківська серед додаткових послуг найпопулярнішими й найперспективнішими є: різновиди масажу, послуги фітобару, Spa-процедури, сауни, поради дієтолога.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні цінової політики “Spa” і “Wellness” послуг у оздоровчих закладах міста Івано-Франківська.

1. Іщенко ТІ. Перспективи розвитку wellness-індустрії в готельному господарстві України. *Географія та туризм*. 2013; 26: 87-93.
2. Кириленко ОМ. Інституціональний конфлікт між оздоровчо-рекреативним та професійним спортом: прояви та перспективи розв'язання. *Вісник Львівського університету, Серія соціологічна*; 2013; 7: 286-297.
3. Стадник СТ. Діяльність фітнес-клубів у місті Харкові. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2017;2(64):58-62.
4. Чеховська ЛЯ. Фітнес-індустрія: стан і перспективи розвитку у країнах світу. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2017; 2(58): 107-112.

5. Шаповалова ОО. Сучасні тенденції у розвитку “spa” і “wellness” туризму. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Сер. Міжнародні відносини. Економіка. Краєзнавство. Туризм; 2013;1042(1):154-158.
6. Greenberg J, Dintiman G, Oakes B. Physical fitness and wellness: changing the way you look, feel, and perform. Danvers, MA: Human Kinetics. 2004. URL: [https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkpozje\)\)](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkpozje))).
7. The IHRSA Global Report 2016. URL: [http://download.ihrsa.org/pubs/2016\\_IHRSA\\_Global\\_Report\\_Preview.pdf](http://download.ihrsa.org/pubs/2016_IHRSA_Global_Report_Preview.pdf).
8. What we do. UK Sport – The UK’s High Performance Sports Agency. URL: <http://www.ukssport.gov.uk/pages/what-wedo>.

#### References

1. Ishchenko TI. Prospects for the development of wellness-industry in the hotel industry of Ukraine. Geography and Tourism. 2013; 26: 87-93.
2. Kirilenko OM. Institutional conflict between recreational, recreational and professional sports: manifestations and perspectives of the decision. Visnyk of Lviv University, Series Sociological; 2013; 7: 286-297.
3. Stadnik ST. Activities of fitness clubs in the city of Kharkiv. Slobozhansky Scientific and Sports Visitor. 2017; 2(64): 58-62.
4. Chekhovska LJ. Fitness industry: the state and prospects of development in the countries of the world. Slobozhansky Scientific and Sports Visitor. 2017; 2(58): 107-112.
5. Shapovalova TO. Modern trends in the development of “spa” and “wellness” tourism. Bulletin of Kharkiv National University named after V.N. Karazin. International relations. Economy. Regional studies. Tourism; 2013; 1042(1): 154-158.
6. Greenberg J, Dintiman G, Oakes B. Physical fitness and wellness: changing the way you look, feel, and perform. Danvers, MA: Human Kinetics. 2004. URL: [https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkpozje\)\)](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkpozje))).
7. The IHRSA Global Report 2016. URL: [http://download.ihrsa.org/pubs/2016\\_IHRSA\\_Global\\_Report\\_Preview.pdf](http://download.ihrsa.org/pubs/2016_IHRSA_Global_Report_Preview.pdf).
8. What we do. UK Sport – The UK’s High Performance Sports Agency. URL: <http://www.ukssport.gov.uk/pages/what-wedo>.

#### Цитування на цю статтю:

Соверда ІО, Ткачук ВП, Пасічник ЛВ. Характеристика спектру надання “spa” та “wellness” послуг у фітнес-індустрії. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2019 Січ 29; 31: 147-152

#### Відомості про автора:

**Соверда Ірина Юріївна** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, Івано-Франківський коледж фізичного виховання Національного університету фізичного виховання та спорту України (Івано-Франківськ, Україна)

e-mail: [iysoverda@gmail.com](mailto:iysoverda@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-7391-0510>

**Пасічник Любомир Васильович** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, Івано-Франківський коледж фізичного виховання Національного університету фізичного виховання та спорту України (Івано-Франківськ, Україна)

e-mail: [01LVP@gmail.com](mailto:01LVP@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0001-8306-6897>

**Ткачук Віра Петрівна** – кандидат педагогічних наук, Івано-Франківський коледж фізичного виховання Національного університету фізичного виховання та спорту України (Івано-Франківськ, Україна)

e-mail: [viratk@ukr.net](mailto:viratk@ukr.net)

<https://orcid.org/0000-0003-4535-4788>

#### Information about the author:

**Soverda Iryna Yuriivna** – Candidate of Science (Physical Education and Sport), Ivano-Frankivsk College of Physical Education National University of Ukraine on Physical Education and Sport (Ivano-Frankivsk, Ukraine)

**Pasichniak Liubomyr Vasylovych** – Candidate of Science (Physical Education and Sport), Ivano-Frankivsk College of Physical Education National University of Ukraine on Physical Education and Sport (Ivano-Frankivsk, Ukraine)

**Tkachuk Vira Petrivna** – Candidate of Science (Education), Ivano-Frankivsk College of Physical Education National University of Ukraine on Physical Education and Sport (Ivano-Frankivsk, Ukraine)