

Современные тенденции в фитнес-индустрии

A photograph of a muscular man in a green tank top and shorts performing a leg press on a gym machine. The machine is silver and black, with a white seat. The background is a blurred gym setting. A yellow brushstroke underline is positioned below the main title.

Стандарты и инновации
Дизайн

Обзор

- z Введение - у нас есть выбор
- z Отличительные черты
- z Понимание потребностей
- z Феномен фитнеса



Феномен фитнеса



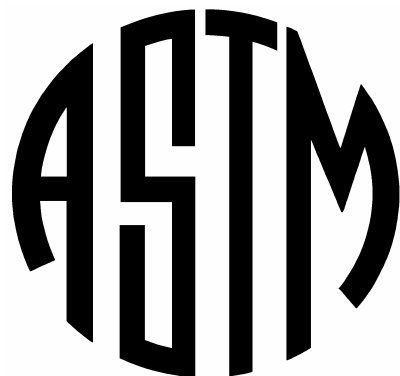
- z Держим руку на пульсе фитнес-индустрии
- z Занимайся и забудь про докторов!
- z Важнейший фактор, влияющий на рост индустрии фитнеса

Инновации и будущее

- z **ИНДУСТРИЯ ФИТНЕСА: ИЗ ПРОШЛОГО В БУДУЩЕЕ**
- z **ОБОРУДОВАНИЕ, ОТВЕЧАЮЩЕЕ СУЩЕСТВУЮЩИМ И ПЛАНИРУЕМЫМ СТАНДАРТАМ**



Стандарты в индустрии фитнеса



Американское общество
по тестированию и
материалам



Безопасность

- Z** Двадцатилетний опыт разработки качественного оборудования не может обесцениться в один миг.
- Z** При условии соответствующего инструктажа и должного технического обслуживания современное оборудование действительно безопасно.
- Z** Важно понимать в каком направлении развиваются стандарты.
- Z** Повсеместное введение стандарта происходит после его опубликования.

Стандарты

- z** **Определение алгоритма действий для достижения желаемого результата**
 - у** **Как разрабатывать функционально безопасное и долговечное оборудование**
 - у** **Как организовать фитнес-клуб и обеспечить его успешное функционирование**

Стандарты в фитнес-индустрии

- z** Стандарты в области фитнеса - это добровольные согласованные стандарты по обслуживанию и безопасности, разработанные:
 - y** ASTM - Американским обществом по тестированию и материалам
 - y** EN - Европейским комитетом по стандартам (CEN)
 - y** ACSM - Американским колледжем спортивной медицины

Что такое ACSM?

- z** Основанный в 1954 году, Американский колледж спортивной медицины активно способствует:
 - y** росту популярности занятий спортом
 - y** разработке методов диагностики и лечения спортивных травм
 - y** предотвращения травм посредством обучения
- z** Три категории, насчитывающие 18 000 членов :
 - y** Медицина
 - y** Фундаментальные и прикладные науки
 - y** Обучение и смежные немедицинские дисциплины

Стандарты и рекомендации ACSM для учреждений в области здравоохранения/фитнеса

- z** **Стандарты и рекомендации по планировке и эксплуатации спортивных клубов**
 - у** **Рекомендации - повышение качества обслуживания**
 - у** **Стандарты в сфере обслуживания - минимальный уровень обслуживания, обязательный для всех спортивных клубов.**

6 стандартов обслуживания

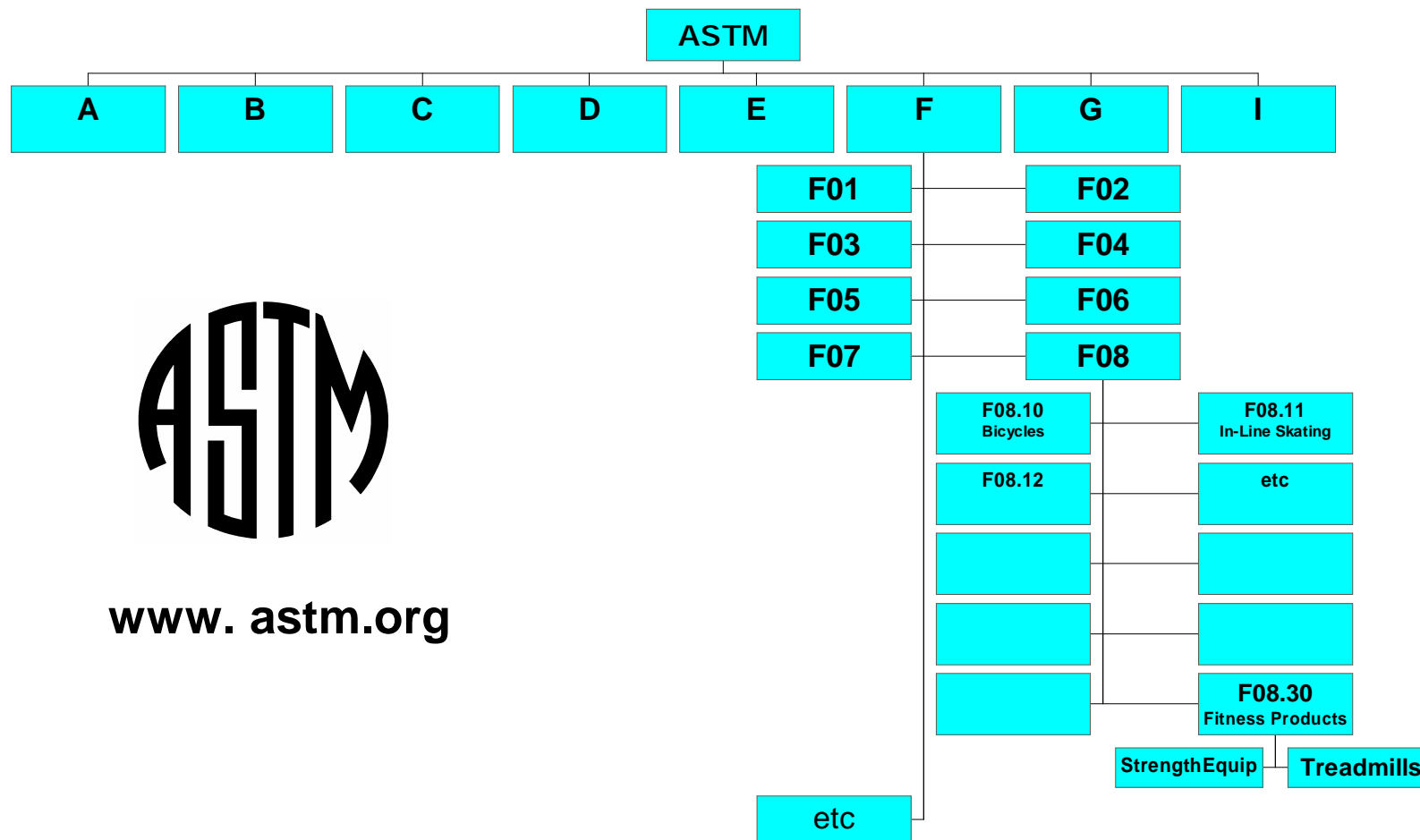
z Стандарты для спортивных клубов

- у Реагирование на чрезвычайные ситуации и план действий в чрезвычайной обстановке
- у Предварительное тестирование
- у Инструктора должны быть компетентными в своей области
- у Соответствующие надписи о возможных рисках
- у Обеспечение контроля при работе с детьми
- у Спортивный клуб должен отвечать всем принятым стандартам и нормам законодательства

Что такое ASTM (Американское общество по тестированию и материалам?)

- Z Организация с вековой историей**
- Z Разрабатывает согласованные стандарты по материалам, товарам, системам и услугам**
- Z 9000 принятых стандартов в 70 томах**
- Z Более 32 000 членов, 129 технических комитетов**

ASTM



www.astm.org

Как принимаются стандарты?

- z Подается заявка в ASTM на разработку стандарта
- z Направляется уведомление в исполнительный подкомитет
- z Уведомляется или формируется технический подкомитет
- z Формируется рабочая группа , состоящая из заинтересованных лиц.
- z разрабатывается проект стандарта
- z Проект стандарта направляется членам подкомитета на голосование
- z На основании выявленных недочетов и поправок в проект вносятся необходимые изменения изменения.
- z Может потребоваться повторное голосование на уровне подкомитета
- z Процедура повторяется
- z Одобренный подкомитетом проект направляется на голосование в F08 и ASTM
- z Процедура повторяется

Процедура гарантирует принятие действительно согласованных стандартов

Хронология стандартизации в области фитнеса

- z До 1987 года -стандартов не было
- z В 80-е годы индустрия набирает обороты
- z Популярность фитнеса дает толчок к появлению новых домашних тренажеров
- z Большие прибыли привлекают в сферу фитнеса все больше и больше производителей
- z В 1987 году отмечаются первые травмы , полученные при тренировках на недорогих велотренажерах.
- z В этой связи Комиссия по проблемам безопасности потребительских товаров (CPSC) обращается в Американское общество по тестированию и материалам (ASTM).
- z Комитет F08 формирует подкомитет F08.30, который в 1989 году разрабатывает и принимает стандарт F1250

1990 год

- z Интерес к стандартизации в сфере фитнеса постепенно сходит на нет
- z ACSM выпускает первое издание стандартов для спортивных клубов.
- z На основании стандартов DIN (Германия) Европейским комитетом по стандартам разрабатываются единые стандарты в области фитнеса EN 957
- z Европейцы быстро разрабатывают проекты 7 стандартов
 - y Основные требования (EN957-1)
 - y Силовое оборудование(EN957-2)
 - y Скамьи (EN957-4)
 - y Велотренажеры (EN957-5)
 - y Беговые дорожки (EN957-6)
 - y Степперы (EN957-7)
 - y Тяги (EN957-8)

1993 год

- z Европейские стандарты в статусе проекта
- z В Совет по спортивным товарам Ассоциации производителей спортивных товаров (SGMA) поступает множество просьб о разработке стандартов в сфере фитнеса.
- z Совет по спортивным товарам обращается в Американское общество по тестированию и материалам (ASTM)
- z В 1993 г. реформируется подкомитет F08.30
- z В качестве приоритетных направлений комитет выделяет предупредительные надписи, беговые дорожки и силовое оборудование; за основу берутся стандарты EN957

1997 год

- z В 1996 году Американское общество по тестированию и материалам принимает стандарт F 1749 относительно предупредительных надписей и знаков и вводит "Facility Safety Sign" (Знак безопасности клуба)
- z В 1997 Американское общество по тестированию и материалам выпускает 2-е издание стандартов и рекомендаций для спортивных клубов
- z В 1996 году Европейский комитет по стандартам ратифицирует EN 957-1, -2, -4, и -5 относительно основных требований, силового оборудования, скамей и велотренажеров.
- z Американское общество по тестированию и материалам (ASTM) продолжает разрабатывать стандарты для силового оборудования и беговых дорожек

2003 год

z Стандарты. 2003 год:

- у Европейским комитетом по стандартам приняты стандарты EN957-6, -7 и -8
- у Разработаны проекты стандартов EN 957-9 (эллиптический кросс-тренажер), EN957-10 (сайклинг-велотренажеры).
- у Американским обществом по тестированию и материалам принят стандарт F2106 и Стандарты и методы тестирования беговых дорожек F2115.
- у Американским обществом по тестированию и материалам принят стандарт F2216 по силовому оборудованию со встроенными весами.
- у Разработанный Американским обществом по тестированию и материалам Метод тестирования силового оборудования со встроенными весами находится на стадии голосования.
- у Разработанный Американским обществом по тестированию и материалам Стандарт по фитнес-оборудованию находится на стадии голосования
- у Начинается разработка проекта Стандарта ASTM по эллиптическим кросс-тренажерам

Прогнозы и перспективы

z Прогнозы и перспективы

- у К концу года Американским обществом по тестированию и материалам будет принят стандарт по методу тестирования силового оборудования со встроенными весами
- у В 2004 году ASTM примет общий стандарт по спортивным товарам.

Не стандартизовано:

- z Характерные конструктивные принципы
 - y Биомеханика
 - y Теория упражнений

Стандартизовано:

- z Острота граней и углов
- z Расположение компонентов
- z Защитный кожух
- z Устойчивость
- z Долговечность и прочность
- z Документация
- z Предупредительные знаки и надписи

ASTM F1749 - Предупредительные знаки /надписи [Стандарт Европейского комитета по стандартам - отсутствует]

- z** Стандартная спецификация по предупредительным знакам и надписям на спортивном оборудовании
 - y** Стандартизирует предупредительные надписи на спортивных тоарах
 - i** Формулировка, цвет. Расположение
 - i** Соответствует стандартам ANSI Z535
 - y** Вводит Facility Safety Sign (Знак безопасности клуба)
 - i** Размещение данного знака в спортивном клубе обеспечит соответствие стандарту 1749 Американского общества по тестированию и материалам , а так же некоторым требованиям Американского колледжа спортивной медицины

ASTM F1250 - Велотренажеры

[EN 957- 1, -5, -10]

Z Стандартная спецификация по велотренажерам

У Принята в 1989; вновь утверждена в этом году

У В дополнение к вышеуказанному данный стандарт регулирует:

- I** Фиксацию руля и сиденья
- I** Установка седла на основание
- I** Предупредительные надписи для пользователей сайклинг-тренажеров

ASTM F2106, F2115 Стандартная Спецификация по беговым дорожкам и методам тестирования [EN 957-1, -6]

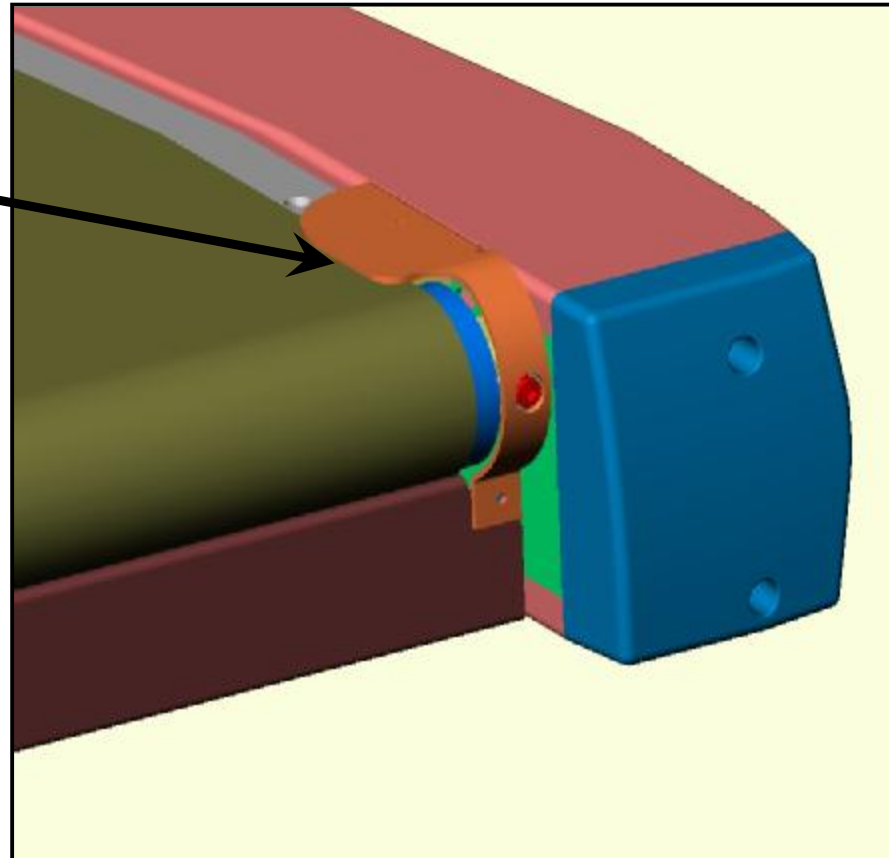
- Z** Стандартная спецификация F 2115 по электрическим беговым дорожкам
- Z** Стандарт F2106 по методу тестирования электрических беговых дорожек

- У** В дополнение к вышеперечисленному стандарт устанавливает требования в отношении:
 - I** Скорость в сравнении с шириной и длиной полотна
 - I** Защита заднего вала
 - I** Темпы ускорения и торможения
 - I** Минимальные расстояния между тренажерами при установке

Пример: Беговые дорожки. Защитный кожух

Защитный
кожух
заднего вала

- z Задний вал - основной повод для беспокойства
- z Новые модели будут оснащены защитным кожухом.



ASTM Стандартная спецификация F2216 по силовому оборудованию и методам тестирования [EN 957 - 1, -2]

- z Стандартная спецификация F2216 по силовому оборудованию со встроенными весами
- z Стандарт по методам тестирования силового оборудования со встроенными весами

у В дополнение к вышеперечисленному стандарт устанавливает требования в отношении:

- l **Защитный кожух для блоков (шкивов)**
- l **Защитный кожух весового стека**

Сравнительная таблица стандартов Американского общества по тестированию и материалам и Европейского комитета по стандартам

	Устойчивость	Движущиеся детали (во избежание ущемления)	Блоки (шкивы)	Защитные кожухи весовых стеков	Прочность тренажера	Предупредительные надписи	Документация
ASTM	10° самое неустойчивое положение	< 9.5mm > 25mm или зачехленные	Оснащены защитным и кожухами	По усмотрению - расположение соответствует стандартам EN	250 000 циклов	Регулируются стандартом ASTM F1749	Сборка, эксплуатация, техническое обслуживание. На англ. языке
EN	10° most unstable direction with 100 kilo user	< 9.5mm > 25mm или зачехлен	Оснащены защитными кожухами	Обязательны на всех тренажерах, за исключение тех. На которых весовые стеки расположены перед пользователем. Степень защиты зависит от местоположения	100 000 циклов	Нет	Сборка, эксплуатация, техническое обслуживание. На англ. языке и одном из языков ЕС

Силовое оборудование

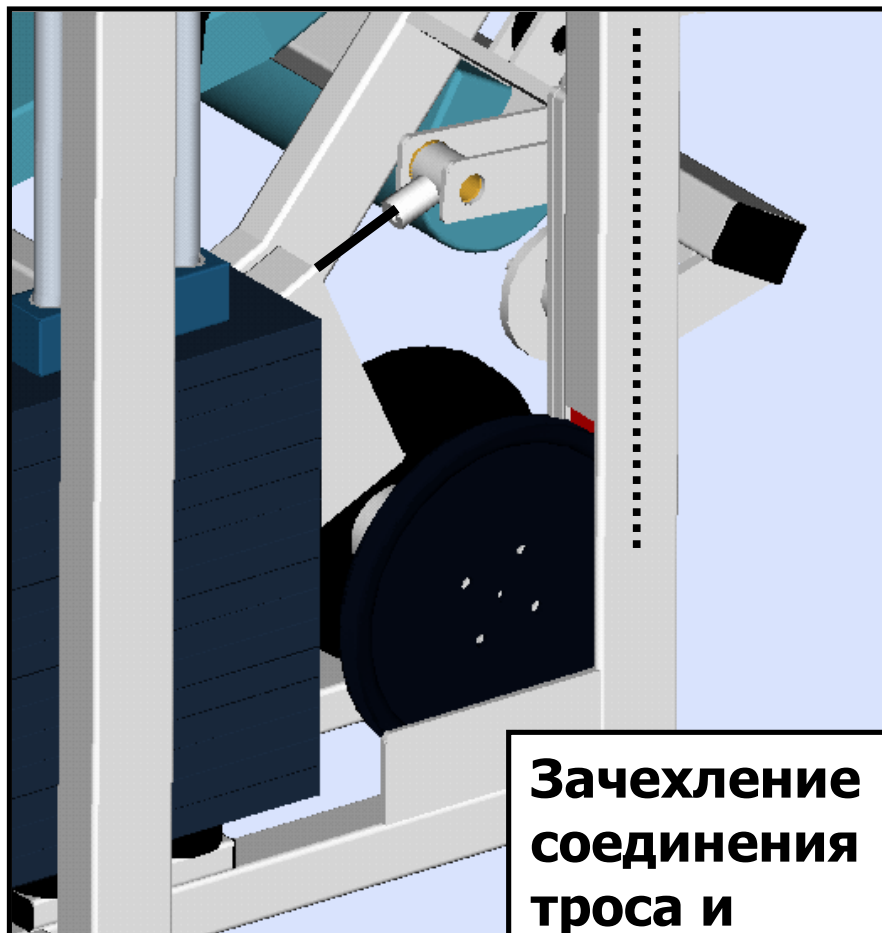


**Линия AP -
Спроектирована
согласно
стандартам**

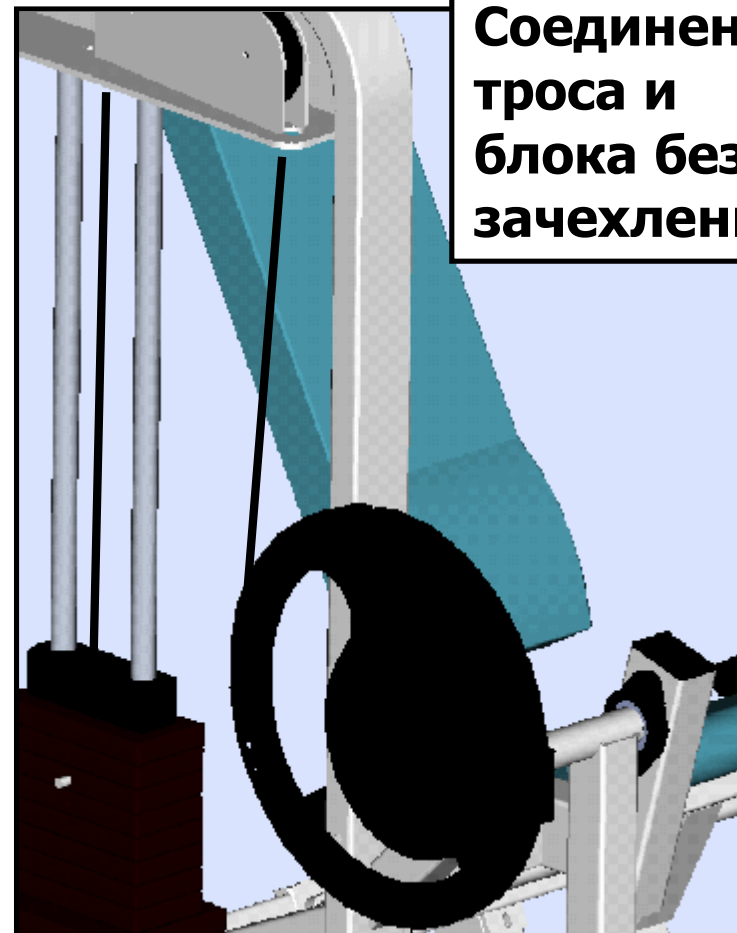


**Линия PL -
Спроектирована
до введения
стандартов**

Блоки

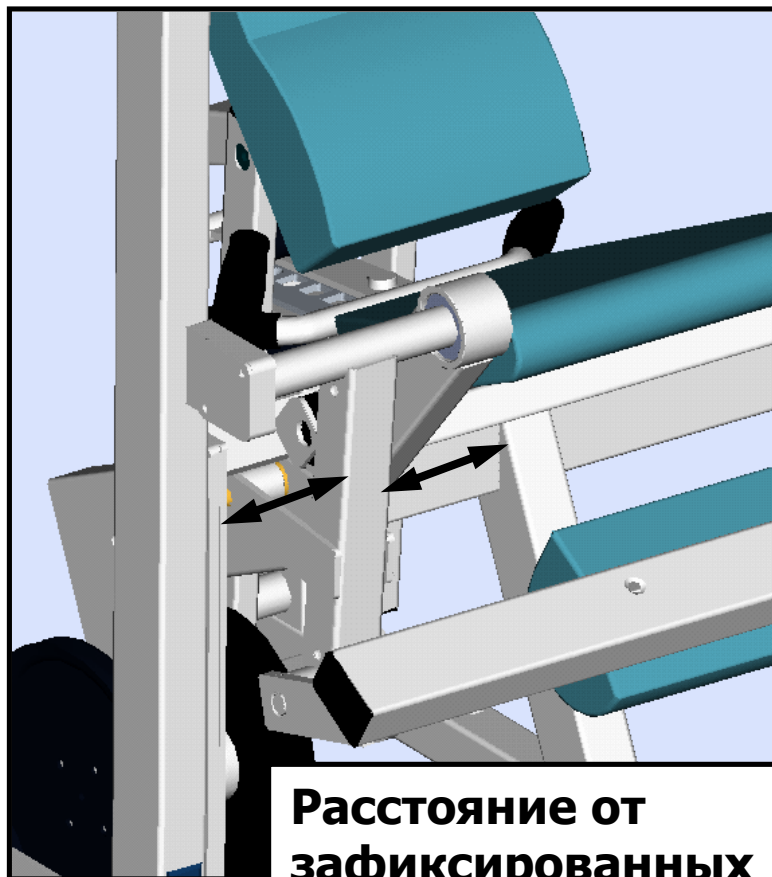


**Зачехление
соединения
троса и
блока**

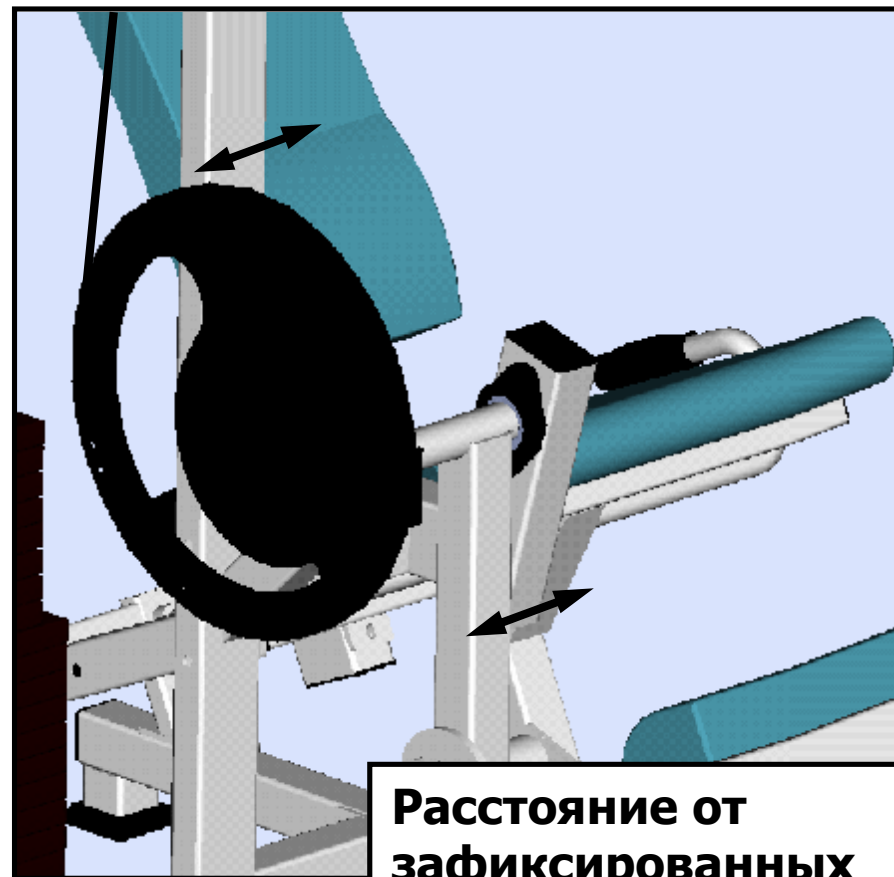


**Соединение
троса и
блока без
зачехления**

Расстояние между деталями

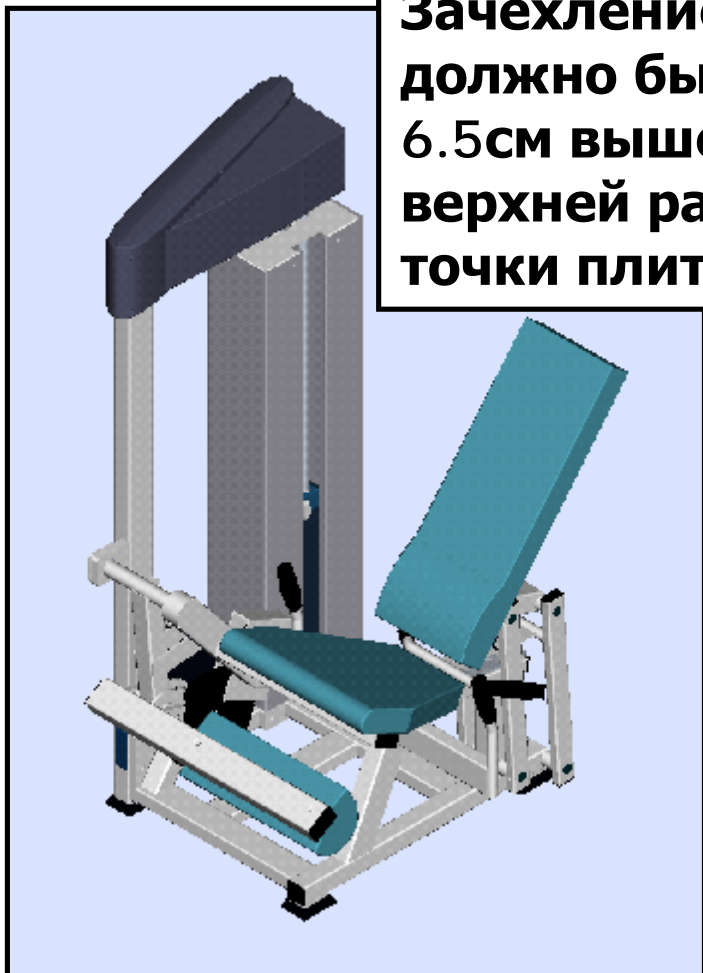


Расстояние от
зафиксированных
до движущихся
деталей ≥ 2.54 см

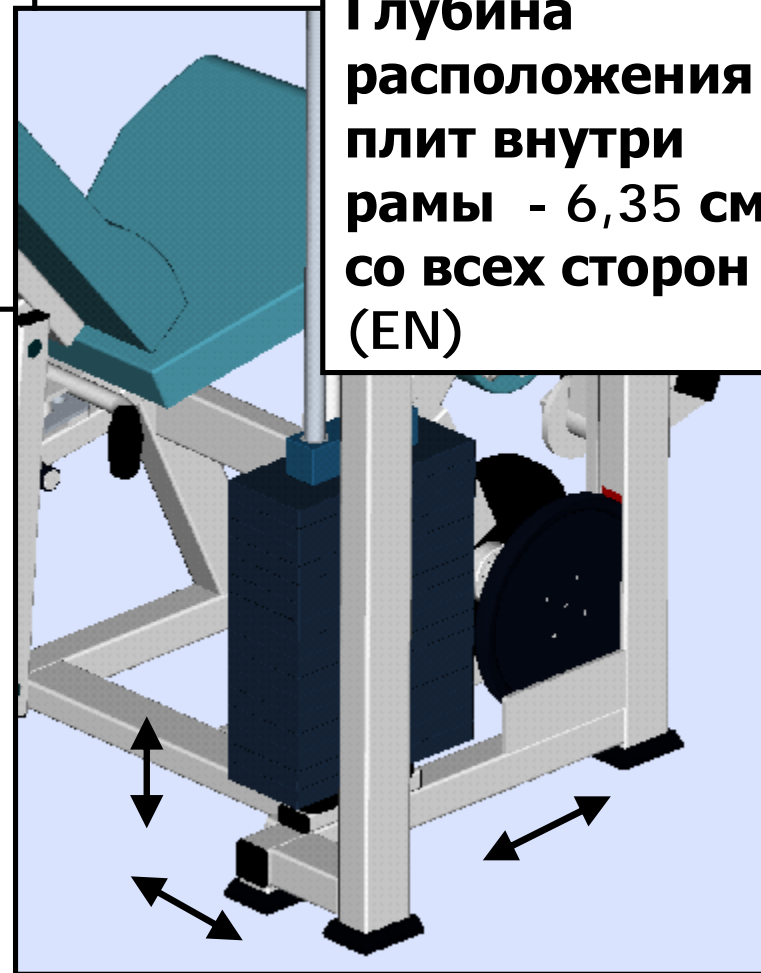


Расстояние от
зафиксированных
до движущихся
деталей ≤ 2.54 см

Зачехление весового стека и расстояние между стеклом и сиденьем

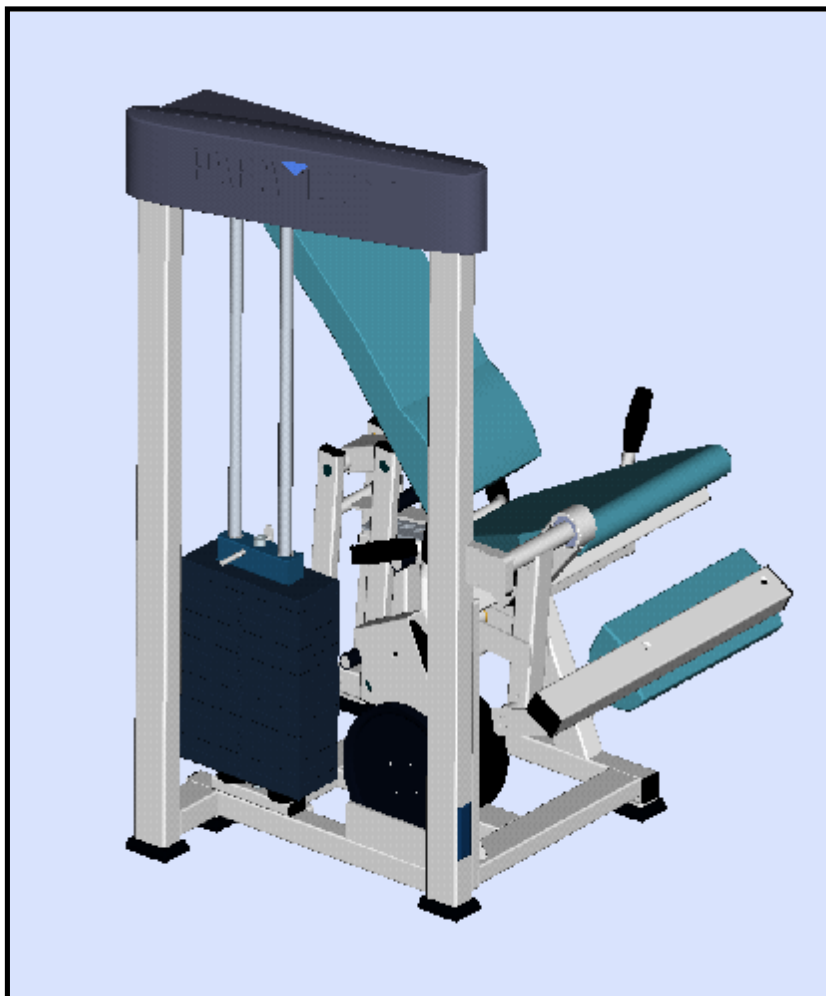


Зачехление должно быть на 6.5см выше верхней рабочей точки плит.



Глубина расположения плит внутри рамы - 6,35 см со всех сторон (EN)

Прочность и долговечность



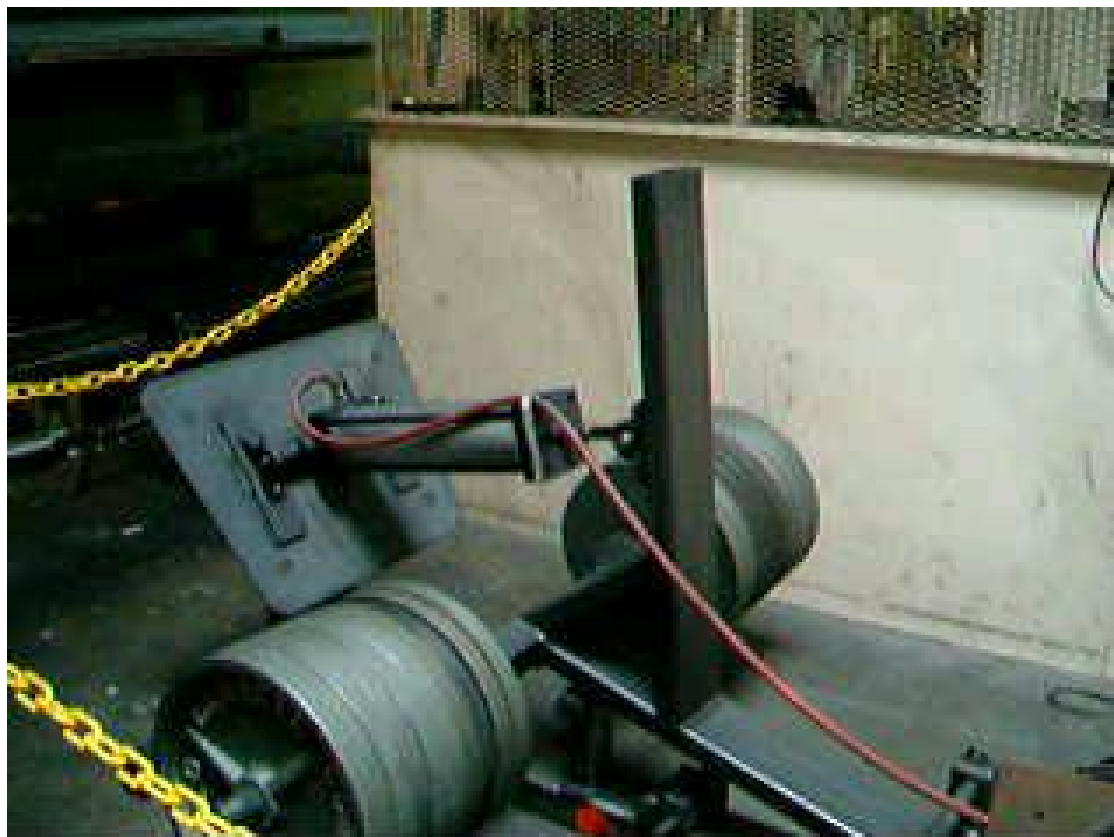
- z Все движущиеся детали должны оставаться в рабочем состоянии после прохождения 250 000 циклов при максимальной нагрузке
- z Все тросы и движущиеся части должны выдерживать нагрузку, превышающую максимальную в 6 раз.
- z При испытаниях с использованием внешней нагрузки (определяется типом тренажера, часто превышает 680,4 кг) сиденья не должны деформироваться.

Проверка на прочность



- z Испытания продукции происходят в 300 000 циклов при максимальной нагрузке, диапазон хода - 80%. Затем нагрузка увеличивается на 30% и проводится тестирование в 500 000 циклов.

Тестирование целостности и составляющих

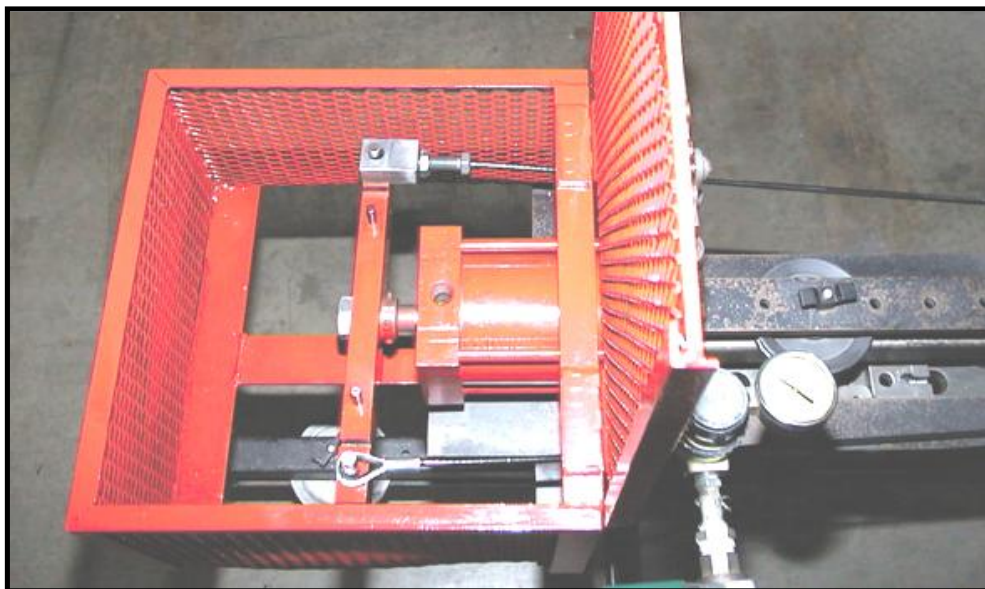


Испытания в независимых лабораториях



- z Перед внедрением новые детали тренажеров, выпускаемые компанией Paramount, проходят испытания в независимых лабораториях.
- z Сиденье AP успешно прошло испытание, состоящее из 1 000 000 циклов при нагрузке 273 кг.
- z Успешно прошли и испытания сиденья на соответствие стандарту EN 957: при нагрузке в 778 кг не происходит деформации сиденья.

Тросы



- z Все тросы компании Paramount проходят испытания на прочность при нагрузке 227 кг.
- z Независимой лабораторией были проведены испытания AP крепления тросов к весовому стеку при нагрузке 250 кг продолжительностью 5 миллионов циклов, подтвердившие соответствие стандартам Европейского комитета по стандартам и Американского общества по тестированию и материалам.

Испытания устойчивости



- z Все тренажеры проходят испытания в самых неустойчивых положениях, весовой стек поднимается до наивысшей рабочей позиции и затем приводится в наклонное положение. Угол наклона - 10 градусов.

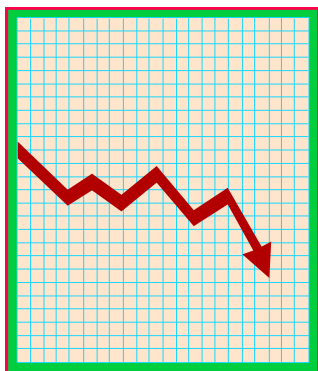
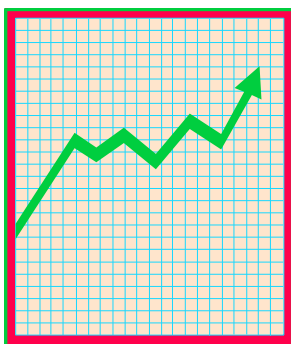
Самообразование

- z Будьте информированными - проанализируйте существующие стандарты
- z Определите что имеет значение для клиента
- z Создайте спецификации, отражающие то, что "все оборудование должно соответствовать стандартам Американского общества по тестированию и материалам (Европейского комитета по стандартам)

Успех в долгосрочной перспективе!

- z В долгосрочной перспективе успех несомненно определяется способностью клуба предоставить клиентам такие программы и услуги, которые помогут им добиваться поставленных целей и закреплять полученные результаты - как в сфере фитнеса, так и других областях.

Успех или провал



- z Недостаточное финансирование
- z Неразвитая инфраструктура
- z Выбор оборудования и дизайн клуба
- z Низкий, либо несоответствующий требованиям уровень персонала и администрации
- z Конкуренты

Конкуренты

- z Какие услуги предлагают конкуренты?
- z Преуспели ли конкуренты в повышении уровня удержания клиентов?
- z Довольны ли клиенты?
- z Возможно ли двойное членство?
- z Какие действия вы предпринимаете для привлечения в клуб новых членов или членов конкурирующих клубов?

Выбор оборудования

z При выборе оборудования необходимо учитывать все нижеперечисленные факторы:

- у Безопасность
- у Результативность
- у Эффективность
- у Разумная стоимость



Технология Motion Path

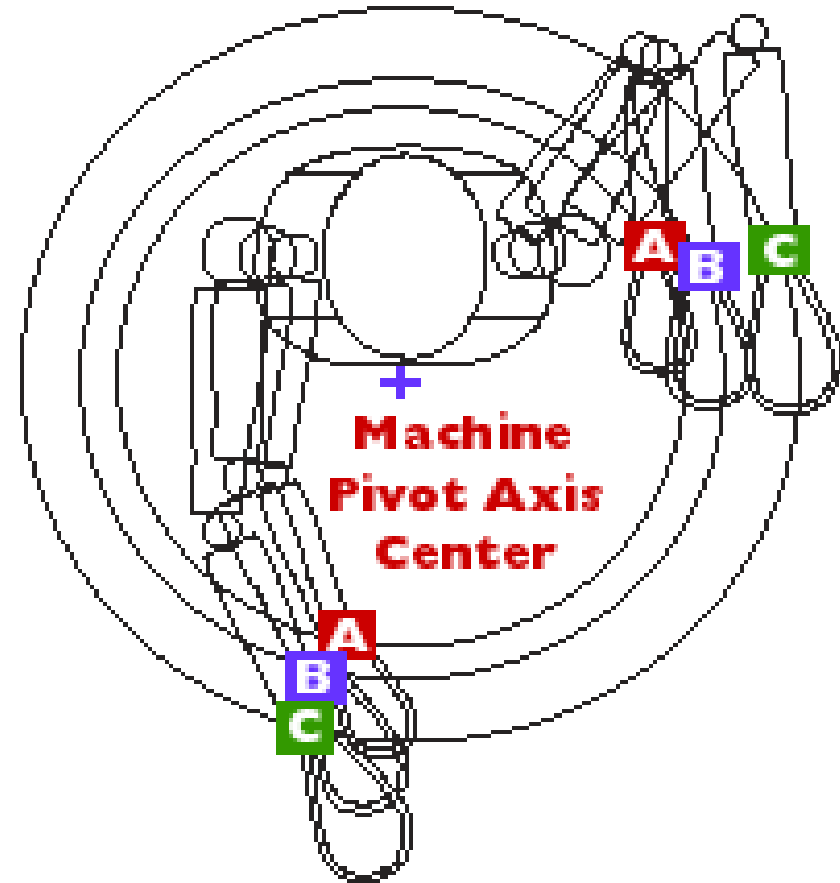


- Z** Движущиеся по смещенной оси рычаги с вращающимися рукоятками
- Z** Два рычага вращаются на подшипниках диаметром 35 мм. Единая Смещенная ось расположена перед пользователем или над ним. Поворотные регулируемые рукоятки соединены с рычагами.

Advanced Rotary Technology (**Усовершенствованная технология вращения**)

z A.R.T. Рукоятки

- z Достаточно часто траектория движения в запястном суставе остается без должного внимания. Рукоятки обычно подходят 5% женщин и 95% мужчин.. Шарнирные рукоятки повторяют движения запястного сустава, делая движение более эргономичным.



Настройка тренажера!!

- z Удобно расположенное руководство по настройке тренажера позволяет установить соответствующие настройки для пользователей любого роста. Эта моющаяся иллюстрация содержит пошаговые инструкции к упражнениям.
- z A.R.T.-технология включает в себя целый ряд различных систем нагрузки

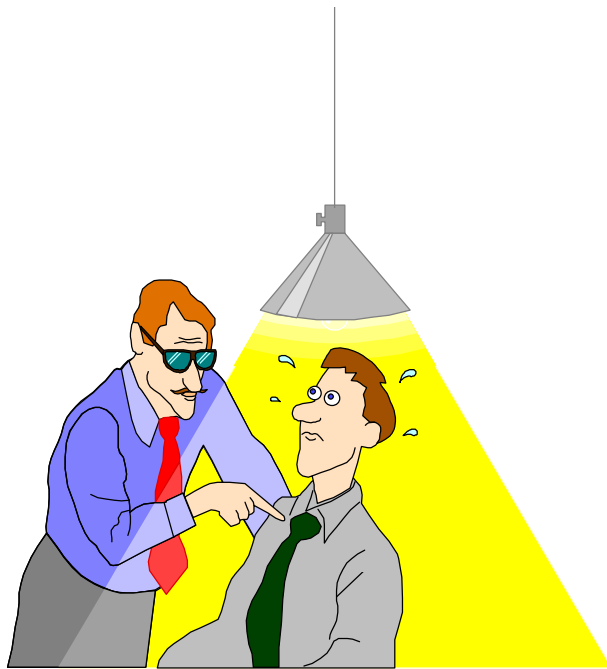
The diagram is a slanted table titled 'ADJUSTMENT GUIDE' in red. It provides a mapping between user height, metric seat handle length, and the corresponding seat handle number. To the left of the table, there are silhouettes of people of varying heights corresponding to the rows.

HEIGHT	METRIC SEAT HANDLES	SEAT HANDLES
6'2" and over	188cm	1-2
5'11"	180cm	3
5'8"	173cm	3-4
5'5"	165cm	4-5-6
5'2" and under	157cm	5-7-8

Оборудование: Оценка потребностей и имеющегося выбора

- z Для кого предназначен - подходит 98% пользователей
- z Биомеханика - правильная осанка и изоляция групп мышц
- z Удобство - боковое расположение весовых стеков, противовесы, легкость в использовании, предварительная растяжка и безопасные стартовые положения.
- z Дизайн - функциональность и эстетичность
- z Высокие показатели - удовлетворяет требованиям клиентов и владельцев клуба, низкие затраты на сервисное обслуживание.
- z Ориентированность на пользователя - высокая эффективность, легкость в использовании и понимании основных принципов работы при сохранении функциональности

Воздействие или выбор?



- z Выбирайте то оборудование, которое подходит ВАМ
- z Спортивный зал - главный источник прибыли
- z Инвестиции в оборудование должны оправдать все ожидания
- z Стремительное, непрерывное развитие

Спортивный клуб



Оборудование, нагружаемое свободными весами

- z Жим от груди с вращающимися рукоятками FW-800
- z Независимые рычаги, разработанные с учетом уникальной технологии компании Paramount Advanced Rotary Technology®.
- z Легкая настройка рычагов, три стартовых положения.
- z Шесть положений уникальной рукоятки на шарнирах обеспечивают оптимальную работу запястья и снижают давление на сустав.
- z Каркас сиденья, выполненный из прочной нержавеющей стали, может приводиться в 6 положений и оснащен подпружиненным замком.
- z Дополнительное оборудование: до 4-х стоек для дополнительных весов
- z Габариты: 117 см x 147 см
- z Высота 188 см



Основные характеристики и преимущества (Споры разгораются!)

- z** Свободные веса должны быть под контролем
- z** Правильная техника выполнения упражнений
- z** Оборудование со встроенными весами гарантирует безопасность и легкость в использовании
- z** Оборудование со свободными весами сводит все воедино

Гребная Тяга

z Гребная тяга с вращающимися рукоятками FW-1300

- z Каркасы сиденья и опора для груди выполнены из прочной нержавеющей стали, оснащены подпружиненным замком.
- z Широкая подставка для ног со специальным резиновым покрытием обеспечивает большую устойчивость и эргономичность.
- z Независимые рычаги разработаны с применением уникальной технологии компании Paramount Advanced Rotary Technology®.
- z Шесть положений уникальной рукоятки на шарнирах обеспечивают оптимальную работу запястья и снижают давление на сустав.
- z Компактный тренажер, не требующий много места.
- z Габариты: 114 см x 157 см
Высота 150 см



Жим ногами



z Жим ногами FW-300

- z Удобное расположение стопорной рычага обеспечивает удобный доступ к тренажеру.
- z Второе положение сиденья обеспечивает выполнение упражнения по полной траектории для пользователей с высоким ростом
- z Широкая подставка для ног со специальным резиновым покрытием обеспечивает большую устойчивость и эргономичность.
- z Прочная рама и удлиненные штыри выдерживают до 20-90 кг на каждую сторону.
- z Компактный тренажер, не требующий много места.
- z Габариты: 65" x 62" Stands 52"

Пользователь

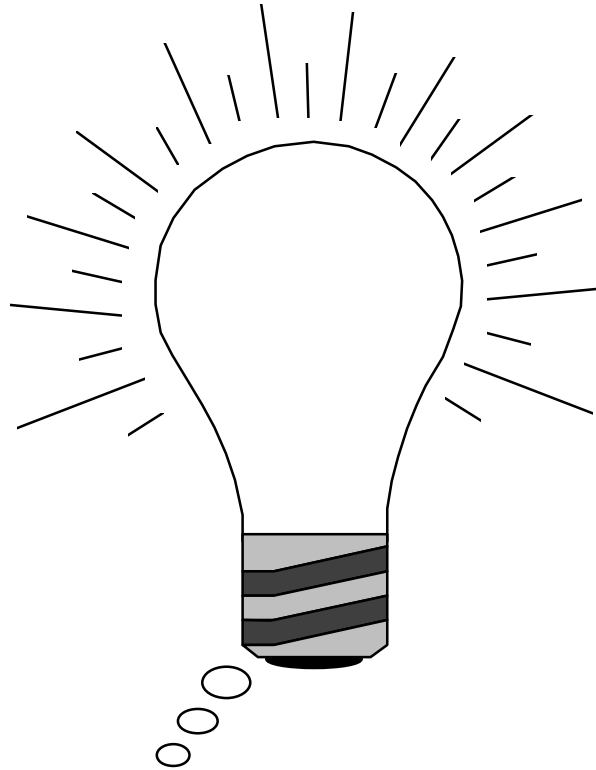
- z Покупайте то, что нужно пользователю
- z Покупайте то, что подходит вам
- z Покупайте технологию и опыт



Инновации

Инновационные программы маркетинга привлекут в ваш клуб

новых клиентов, которые будут приходить к вам снова и снова!



- z Разрушить барьеры
- z Воспитание и обучение
- z Правильное использование
- z Комфорт прежде всего
- z Дизайн клуба - Advanced Rotary Technology® и научный подход

Дизайн - отличительные черты вашего клуба

- z Продуманный дизайн - мы должны определять что и когда будут чувствовать наши клиенты во время пребывания в клубе
- z Соответствие требованиям рынка
- z Отличайтесь
- z Выделяйтесь
- z Оправдайте ожидания постоянных клиентов
- z Большие надежды

“Разумные объяснения”



- z У меня нет времени
- z Мне не хватает силы воли
- z Я не знаю как пользоваться оборудованием
- z Прежде мне не удавалось добиться желаемых результатов

Неповторимые ощущения

- z Клиенты предпочитают “быть на ты” с оборудованием, и в то же время хотят чего-то особенного
- z Приверженность
- z Не откладываете решение проблем
- z Сопереживайте

Воспитание силы воли

- z Бум способов удержания клиентов
- z 50 % клиентов бросают тренировки в течение первых 6-ти месяцев
- z Дискомфорт, недовольство и раздражение
- z Кажется, все знают, что делают (все, кроме меня!)

Тренировка

- z Тренировка сродни привычке, над которой можно работать
 - y Ценность тренировки
 - y Осознание своих способностей
 - y Самооценка
 - y Поддержка или влияние извне



Мотивация



- z Программа упражнений
- z Программа упражнений повышает заинтересованность в продолжении тренировок
- z Непрерывное движение к поставленным целям
- z Легко и просто отслеживать положительные результаты

Единые стандарты и признание

- z Введение единых стандартов
- z Приемлемый уровень обслуживания
- z Рекомендации
- z Важность создания стандартов в сфере фитнеса

