

ВОПРОСЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ

И.П. Шлее

Кемеровский государственный университет, Кемерово, Россия

Аннотация

Цель исследования – изучить качество оказания услуг физической культуры и спорта населению на примере деятельности фитнес-клубов.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось на основе сравнительно-правового метода; аналитического метода, который использовался для изучения научно-методической литературы и теоретических источников по теме работы; контент-анализа документов и материалов по деятельности организаций спортивного профиля различного уровня в Кемеровской области, метода независимых экспертных оценок.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате проведенного исследования авторы пришли к выводу, что за последние 5 лет произошел бурный рост количества фитнес-центров по стране в целом и в Кемеровской области-Кузбассе в частности. Авторы провели анализ деятельности фитнес-клубов (на примере Кемеровской области). Выяснено, что в настоящее время функционирует 171 фитнес-клуб. По проведенному авторами опросу, наибольший рейтинг имеют фитнес-клубы: Метро-фитнес, Перфекто, Максимум, I mpres. Фитнес-клубы с режимом работы 4/7: MetroFitness, Максимум, I Love Supersport.

Заключение. В результате изучения нормативно-правовой основы деятельности фитнес-центров авторами сделан вывод об отсутствии в российских нормативных правовых актах определения понятия «фитнес», что затрудняет функционирование фитнес-центров в стране и вызывает проблемы в правовом регулировании их деятельности. Это влечет за собой снижение качества предоставляемых населению спортивно-физкультурных услуг, не в полной мере гарантирует безопасность здоровья и жизни занимающихся, поэтому в настоящее время фитнес-индустрия и относящиеся к ней виды спорта нуждаются в правовом урегулировании и создании специального регламента функционирования. Авторы предлагают внести в Федеральный закон РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» определение понятия «фитнес».

Ключевые слова: оказание услуг, правовое поле, спорт, физическая культура, фитнес-индустрия, фитнес-центры.

ISSUES OF IMPROVEMENT OF FITNESS CENTERS ACTIVITIES

I. P. Shlee, e-mail: shleeip@mail.ru, ORCID: 0000-0003-4018-0520

Kemerovo State University, Kemerovo, Russia

Abstract

The purpose of the research is to study the quality of the provision of services of physical culture and sports to the population on the example of activities of fitness clubs.

Research methods and organization. The research was carried out on the basis of the comparative legal method; analytical method, which was used to study scientific and methodological literature and theoretical sources on the topic of work; content analysis of documents and materials on the activities of sports organizations of various levels in the Kemerovo region, the method of independent expert assessments.

Research results and discussion. As a result of the study, the authors came to the conclusion that over the past 5 years there has been a rapid increase in the number of fitness centers in the country as a whole, and in the Kemerovo region-Kuzbass in particular. The authors analyzed the activities of fitness clubs (using the example of the Kemerovo region). It was found that 171 fitness clubs are currently operating. According to the survey conducted by the authors, the highest rating is given to the following fitness clubs: Metro-fitness, Perfecto, Maximum, I mpres. Fitness clubs with 4/7 working hours: MetroFitness, Maximum, I Love Supersport.

Conclusion. Having studied the regulatory framework of fitness centers, the authors came to the conclusion that there is still no concept of "fitness" in the legislation, which entails problems in the legal regulation of the activities of fitness centers. As a result, the guarantees of safety of life and health, protection of the rights

of persons receiving sports and physical training services are reduced. Therefore, at present, the fitness industry and related sports require legal regulation and the creation of special operating regulations. The authors propose to introduce the definition of fitness into the Federal Law of the Russian Federation "On Physical Culture and Sports in the Russian Federation".

Keywords: provision of services, legal field, sports, physical culture, fitness industry, fitness centers.

ВВЕДЕНИЕ

Сфера физического воспитания и спорта является одной из самых актуальных и динамично развивающихся сфер деятельности общества. Она наиболее важна для поддержания здоровья населения. Развивающаяся конкуренция и высокая активность на рынке услуг в сфере физической культуры и спорта дают возможность улучшить качество функционирования данной области.

В настоящее время фитнес-индустрия, физкультура и спорт рассматриваются:

- как важнейшее направление, обеспечивающее самореализацию и развитие личности человека, поддержка здорового образа жизни населения России;
- как средство достижения высокого уровня общей физической культуры;
- как условие реализации государственной политики в области сохранения здоровья населения;
- как высокорентабельная сфера спортивного и физкультурного бизнеса, источник укрепления финансовой стабильности деятельности этих учреждений.

Вместе с тем физкультурно-спортивная деятельность продолжает сохранять такие черты, как отраслевая разрозненность, отрыв от запросов современной подготовки спортивного резерва.

Исследованием качества деятельности фитнес-центров занимались отечественные и зарубежные авторы, такие как И.В. Андрейко, Т.С. Лисицкая, Е.В. Пантелеева, И.А. Сковорода, О.В. Сапожникова, К. Шихи, Э.Т. Хоули, Б. Д. Френкс, DC Nieman, WL Westcott, B. Sternfeld, S. Dugan, P. Callaghan и другие [1, 3, 4, 7, 8, 9, 12, 16, 17, 18, 19].

Новое понимание деятельности фитнес-индустрии, иных физкультурно-спортивных организаций определяет в качестве первоочередной задачу приведения этой системы в соответствие с нормативными требованиями

законодательства, то есть введение их деятельности в правовое поле.

Говоря о проблемах и перспективах качества оказания услуг физической культуры и спорта населению Российской Федерации, отмечается, что на сегодняшний день отсутствует единая система контроля и определения качества подготовленности специалистов, работающих в частных и государственных спортивных учреждениях, в том числе и в фитнес-индустрии, что не гарантирует полную безопасность населения, получающего фитнес-услуги, и снижает их качество.

Последствиями отсутствия контроля в данной сфере являются травмы в тренажерных залах, на групповых фитнес-занятиях. В процессе исследования было установлено, что в фитнес-клубах города Кемерово частота различных травм, требующих медицинской помощи и прекращения занятий (от частичного повреждения мышц или сухожилий до компрессионного перелома позвоночника), составляет от 1/6000 посещений до 1/3000. Соответственно, частота поверхностных повреждений, не требующих врачебной помощи (ссадины, ушибы), составляет 1/150-300 посещений.

В соответствии с вышесказанным целью исследования является изучение качества оказания услуг физической культуры и спорта населению на примере деятельности фитнес-клубов.

МЕТОДЫ

И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на основе сравнительно-правового метода; аналитического метода, который использовался для изучения научно-методической литературы и теоретических источников по теме работы; контент-анализа документов и материалов по деятельности организаций спортивного профиля различного уровня в Кемеровской обла-

сти; метода независимых экспертных оценок. Использование данных методов позволило комплексно охватить проблему, составляющую предмет данного исследования.

Авторами проанализированы нормативные документы; данные мониторинга общественных организаций, включающие показатели деятельности спортивных организаций Кемеровской области; среднее значение загруженности спортивных сооружений Кемеровской области; материально-технические условия их функционирования. Для понимания работы организаций спортивного профиля региональной идентичности были проанализированы программы мероприятий департамента молодежной политики и спорта администрации Кемеровской области [6].

Приведены сведения об объектах исследования, а также представлены краткие сведения о результатах их деятельности в деле подготовки нормативных правовых актов для систематизации деятельности фитнес-центров страны и Кемеровской области.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Фитнес (англ. fitness, от to fit) – вид физических нагрузок, которые направлены на поддержание общей физической формы. Большая популярность и все большее распространение этого вида физической активности обусловлено тем, что фитнес является доступным видом двигательной активности [13]. По одной из теорий, фитнес пришел к

нам из США. Чтобы скоротать время и поддержать свою физическую форму, американские солдаты разрабатывали различные комплексы упражнений: подтягивались, отжимались от пола, укрепляли мышцы пресса и т.д. В настоящее время все большее количество людей осознает необходимость двигательной активности [14].

Фитнес в последнее десятилетие получил очень бурное распространение [12]. По различным данным, в 2015 году в РФ работало около 8000, в 2021 – уже более 18000 коммерческих организаций, предлагающих фитнес-услуги. И если еще 10 лет назад основными клиентами фитнес-клубов были люди молодого возраста, то сегодня всё большее число людей зрелого и пожилого возраста посещают фитнес-центры [1].

Численность населения, вовлеченного в массовую оздоровительную физическую культуру, в нашей стране, по различным данным, весьма различно – от 30% населения (данные правительства России) до 0,5-1,0 % (данные консалтинговых компаний). Эти данные зависят и от населенных пунктов. В крупных городах процент занимающихся доходит до 2,0-2,5% населения, в небольших населенных пунктах эта цифра доходит только до 0,5%. В странах Европы эта цифра значительно больше, там среднее количество занимающихся составляет от 3 до 12% населения и отмечается стабильный рост – по оценкам экспертов, максимально возможно охватить около 30% [15].

■ Москва ■ Санкт-Петербург ■ Иные регионы

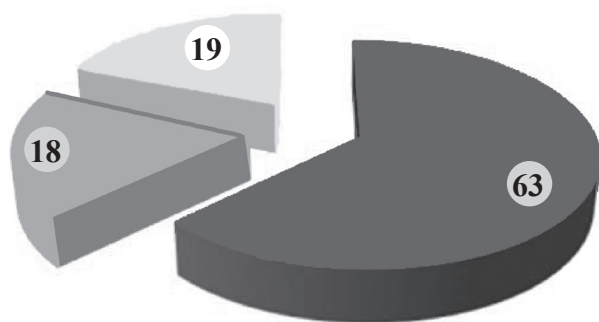


Рисунок 1 – Региональная структура рынка фитнес-услуг, в % от общего объема
Figure 1 - Regional structure of the fitness services market, in % of the total number

Динамика рынка фитнес-услуг в Москве составляла около 30% в год (по иным источникам – до 70% в год). При этом (рисунок 1) примерно 63% всего объема рынка фитнес-услуг в Российской Федерации приходится на Москву, 18% – на Санкт-Петербург и не более 19% – на иные регионы РФ [2].

Общий объем рынка фитнес-услуг по Российской Федерации составляет 700 млн. долларов. Соответственно, если на Москву приходится 63%, то потенциальная емкость рынка в денежном выражении составляет 441 млн. долларов. Многие исследователи указывают на то, что пять лет назад в Москве услугами фитнес-клубов и фитнес-центров пользовались не более 2-3% жителей, в настоящее время эта цифра в столице доходит до 5%, что говорит о повышении заинтересованности в приобретении услуг фитнес-индустрии и о дальнейших перспективах роста этого рынка [13].

Данный факт подтверждает и проведенный авторами опрос 325 студентов Кемеровского государственного университета (158 юношей и 167 девушек в возрасте от 18 до 22 лет). Респондентам был задан вопрос «Какой вид физической активности вызывает у вас наибольший интерес?». В ходе опроса было выяснено, что по сравнению с другими предложенными видами физической активности (бег, велосипед, плавание, спортивные игры, лыжные гонки) занятия фитнесом вызывают наибольший интерес у

137 девушек и у 115 юношей (84,6% и 72,8% соответственно).

В настоящее время можно отметить сложившуюся тенденцию к созданию филиалов в различных городах России. При этом для открытия филиалов ряд фитнес-клубов применяет франчайзинг, используя принцип единства предоставления услуг как по форме, так и по содержанию (перечень и уровень фитнес-программ, ценовая политика и маркетинг, уровень образования и опыт фитнес-инструкторов, оформление зала и тренажеры). Но в восточной части России эта тенденция только начинает проявляться.

В Кемерово, используя франчайзинг, в январе 2020 открыли филиал Метрофитнес-клуба. Данный фитнес-центр в своей деятельности использует ценовую политику, значительно отличающуюся от таковой местных фитнес-клубов (стоимость абонемента в несколько раз ниже стоимости абонементов в других фитнес-клубах города), что сразу принесло ему популярность среди населения областного центра. Особенности продвижения фитнес-услуг Метрофитнес-клуба обусловлены следующими стратегическими и тактическими мероприятиями: разработкой и организацией мероприятий внешнего маркетинга; разработкой и проведением мероприятий внутреннего маркетинга; созданием графика сезонного планирования маркетинговой кампании, который должен обя-

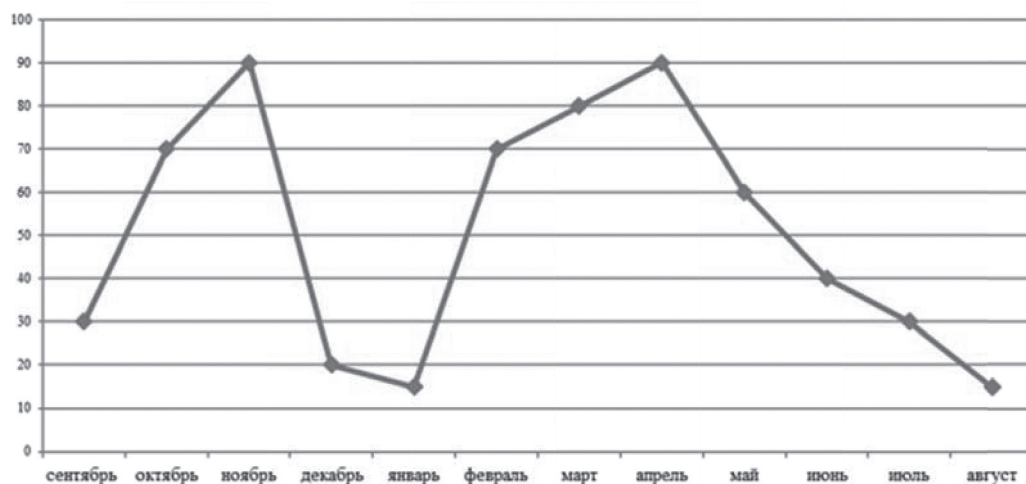


Рисунок 2 – Динамика загруженности фитнес-клуба по месяцам года в %
Figure 2 - Dynamics of the fitness club workload by month of the year in %

зательно учитываться в деятельности любого фитнес-центра, так как существует зависимость уровня спроса на фитнес-услуги от времени года: в весенний и осенний периоды население активнее занимается фитнесом и охотнее покупает абонементы на занятия, и наоборот, в зимние и летние месяцы спрос на данный вид деятельности резко падает и даже постоянные члены клуба на некоторое время прерывают посещение фитнес-клубов. Эти циклы зависят не только от сезона, времени года, но и от ряда других факторов: праздников, погодных условий, в последнее время – от пандемии, и т. п. (рисунок 2) [4].

Как видно из графика, наибольшая загруженность фитнес-клубов приходится на период с октября по декабрь и с февраля по май, в остальное время их посещаемость, как правило, значительно снижается. Поэтому сезонное планирование маркетинговых мероприятий и распределение средств на них должно строиться на основе представленных на рисунке 2 особенностей сезонных колебаний покупательской активности фитнес-услуг [7].

Еще одна серьезная проблема деятельности фитнес-центров, отмечаемая рядом авторов, заключается в том, что с ростом количества занимающихся возрастает и потребность в эффективных и безопасных занятиях.

При наличии большого количества программ тренировок и разнообразии посетителей самое слабое звено, как показывает практика, – обеспечение безопасности занятий и врачебный контроль. По словам доцента Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса Л. Сидневой, около 30% тренеров российских фитнес-клубов не имеют профессионального образования, а большая часть тренеров одной весьма широкой сети стали таковыми после прохождения семидневных курсов, не имея никакого спортивного или медицинского базового образования. Сложившаяся ситуация неизбежно ведет к росту травматизма, обострения хронических заболеваний и даже к летальным исходам во время или сразу после тренировок [1].

Вышеперечисленные проблемы деятельности фитнес-центров, доступность и эффективность использования спортивных объектов в Кузбассе, проблемы и перспективы качества оказания

услуг физкультуры и спорта населению, усиление контроля за деятельностью фитнес-клубов, необходимость аккредитации физкультурно-спортивных учреждений, Концепция развития спорта в Кемеровской области и другие вопросы стали темами обсуждения в Общественной палате Кемеровской области, депутатов областного Совета народных депутатов, специалистов областного департамента молодежной политики и спорта, руководства спортивных школ олимпийского резерва, центра подготовки спортивных сборных команд, спортивно-развлекательных комплексов, профессиональных образовательных учреждений спортивного профиля, руководства спортивных федераций [8].

По информации Департамента молодежной политики и спорта Кемеровской области, на территории области функционирует 8261 спортивный объект, включая 171 фитнес-клуб. Среднее значение загруженности спортивных сооружений области составляет 64,9%, наиболее эффективно используются крытые сооружения с искусственным льдом, здесь показатель достигает 94% [5].

Также перед субъектами Российской Федерации была поставлена задача разработать и утвердить региональную концепцию подготовки спортивного резерва, развития массового спорта, физкультурно-оздоровительной работы, фитнес-индустрии. В работе над Концепцией были задействованы муниципальные образования, представители образования, медицины, департамент инноваций и инвестиций. С каждым муниципальным образованием был заключен договор о сотрудничестве. Все это должно повысить качество услуг, оказываемых населению в области физической культуры и спорта.

Однако в данной Концепции, по нашему мнению, недостаточно внимания уделялось вопросам функционирования и развития фитнес-клубов, которые в последние годы пользуются большой популярностью у населения и играют большую роль в развитии массового спорта и в привлечении населения к занятиям оздоровительной физической культурой.

Член Общественной палаты Кемеровской области, член комиссии Общественной палаты РФ по физической культуре и популяризации

здорового образа жизни Г. Дрозд считает, что если не будут приняты стандарты в фитнес-индустрии, то в этой области могут начаться проблемы. Он выступил сомодератором «нулевого чтения» проекта федерального закона № 548412-7 «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в части совершенствования деятельности фитнес-центров», которое состоялось в Общественной палате РФ 24 октября 2018 года. Данный проект был принят Государственной Думой в третьем чтении 24 июля 2019 года [11].

Согласно данным Росстата, объем платных услуг физической культуры и спорта в 2019 году в России составил 72 миллиарда рублей. Численность потребителей фитнес-услуг – более 5,2 миллиона человек, а количество людей, занятых в организациях, оказывающих фитнес-услуги, превышает 26 тысяч человек. Однако практически вся фитнес-индустрия в России находится в «серой» зоне.

В 2018 году в Общественной палате Российской Федерации представителями Общественной палаты Кемеровской области была поднята тема о том, что фитнес-индустрия и относящиеся к ней виды спорта нуждаются в урегулировании и создании специального регламента функционирования.

В ноябре 2018 года в Общественной палате Российской Федерации состоялись слушания по вопросу аккредитации спортивных организаций, на которых было отмечено, что необходимо ввести обязательную аккредитацию по аналогии с системой образования. Также отмечается, что фитнес-индустрия находится в так называемом «свободном плавании» и необходимо поднимать уровень услуг, которые оказываются в этой сфере, и вводить их в правовое поле.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изучив теоретические источники, практику, нормативно-правовую основу деятельности фитнес-центров и проанализировав ситуацию в фитнес-индустрии в целом по стране, авторы пришли к следующим выводам:

1. За последние пять лет отмечается бурный рост количества фитнес-центров и посещающих их граждан в целом по Российской Федерации, в

том числе и в Кемеровской области (в 2015 году по РФ насчитывалось 8000 фитнес-центров, по Кемеровской области – 67, в 2021 году по РФ – 18000, по Кемеровской области – 171).

2. В результате опроса 325 студентов Кемеровского государственного университета (158 юношей и 167 девушек в возрасте от 18 до 22 лет) авторы пришли к выводу, что по сравнению с другими видами физической активности (бег, плавание, спортивные игры, лыжные гонки) в настоящее время занятия фитнесом находятся на первом месте как у девушек, так и у юношей.

3. Изучив нормативно-правовую основу деятельности фитнес-центров, авторы делают вывод об отсутствии в российских нормативных правовых актах определения понятия «фитнес», что затрудняет функционирование фитнес-центров в стране и вызывает проблемы в правовом регулировании их деятельности. Это влечет за собой снижение качества предоставляемых населению спортивно-физкультурных услуг, не в полной мере гарантирует безопасность здоровья и жизни занимающихся, поэтому в настоящее время фитнес-индустрия и относящиеся к ней виды спорта нуждаются в правовом урегулировании и создании специального регламента функционирования. Авторы предлагают внести в Федеральный закон РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» следующее определение: «Фитнес – вид физкультурно-спортивной деятельности, направленный, с одной стороны, на разностороннее физическое развитие человека, улучшение и формирование его здоровья, с другой стороны – это вид спорта, в рамках которого идет оценка пропорций тела и умения владеть телом при демонстрации произвольной программы».

В целях введения всех организаций, предоставляющих услуги фитнес-индустрии, в правовое поле была проделана большая работа. Итогом этой работы стало принятие Федерального закона от 02.08.2019 №303-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в части совершенствования деятельности фитнес-центров» [11].

Основными нововведениями в соответствии с этим нормативным правовым актом стало то, что впервые было законодательно закреп-

плено определение фитнес-центров, определены основные цели и задачи их деятельности, перечислены обязанности и права этих физкультурно-спортивных организаций. В пункте 1 статьи 5 федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» слова «объединения физкультурно-спортивных клубов» дополнились словом «фитнес-центр» [10].

С 15 февраля 2021 года в силу вступил приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 № 950н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по продвижению фитнес-услуг». В нем прописаны требования к фитнес-тренеру, а также тренеру по индивидуальным фитнес-программам [6].

В дальнейшем необходимо продолжить работу по улучшению деятельности фитнес-

центров и качества предоставляемых ими услуг населению для снижения травматичности при занятиях в фитнес-центрах, повышения уровня безопасности жизни и здоровья, защиты прав населения, получающего спортивно-физкультурные услуги. Существует необходимость привлекать к этой работе и Министерство спорта России, и всю фитнес-общественность, которые понимают имеющиеся проблемы и готовы работать над улучшением ситуации и созданием механизма развития фитнес-индустрии в Российской Федерации. Критериями для аккредитации после внесенных изменений в нормативные правовые акты стали наличие соответствующего материально-технического обеспечения, профессионализм и квалификация тренеров, связь со спортивными федерациями по соответствующим видам спорта, медицинское обеспечение.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андрейко, И. В. Травматизм при занятиях фитнесом (оздоровительным спортом) / И. В. Андрейко // Изыскания в области юридической экспертизы. – Хабаровск, 2016 – № 15. – С. 14-19.
2. Бизнес-планы. Маркетинговые исследования. Консалтинг. Агентство «Амико Ресерч» [электронный ресурс] режим доступа свободный <http://www.bsplan.ru/about.phtml> (дата обращения 09.04.2021)
3. Лисицкая, Т. С. Добро пожаловать в фитнес-клуб! / Т. С. Лисицкая. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 102 с.
4. Пантелеева, Е. В. Специфика маркетинговой деятельности фитнес клубов и мероприятия по сохранению и расширению клубного членства // Маркетинг услуг. – 2008. – № 2. – С. 58-64
5. Постановление коллегии администрации Кемеровской области от 25 октября 2013 года № 466 «Об утверждении государственной программы Кемеровской области "Молодежь, спорт и туризм Кузбасса" на 2014-2021 годы» (с изменениями на 24 декабря 2018 года) [Электронный ресурс] // <http://docs.cntd.ru/document/412808100> (дата обращения 20.05.2021).
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 № 950н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по продвижению фитнес-услуг» (зарегистрирован в Минюсте 04.02.2021 № 62378).
7. Сковорода, И. А. Повышение эффективности работы фитнес-клуба / И. А. Сковорода. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2018. – № 8 (194). – С. 71-76. – URL: <https://moluch.ru/archive/194/48510/> (дата обращения: 20.05.2021).
8. Сапожникова, О. В. Фитнес : уч. пособие / О. В. Сапожникова. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2015. – 144 с.
9. Шихи, К. Фитнес-терапия: Исчерпывающее руководство для тех, кто хочет сохранить силу и здоровье своего тела и преодолеть болезни / К. Шихи ; пер. с англ. А. В. Гришин. – М.: Терра-Спорт, 2001. – 216 с.
10. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // Собрание законодательства РФ. – 2007. – № 50. – Ст. 6242.
11. Федеральный закон от 02.08.2019 № 303-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» в части совершенствования деятельности фитнес-центров» // Собрание законодательства РФ. – 05.08.2019. – № 31. – Ст. 4462.
12. Хоули, Э. Т. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс. – Киев : Изд-во Олимпийская литература, 2000. – 359 с.
13. Volkova T., Pavlov G., Schlee I. Ecological and Legal Regime of the Subsoil Use (by the Example of Kuzbass Coal Industry) // E3S Web of Conferences 41, 02027 (2018) <https://doi.org/10.1051/e3sconf/20184102027> IIIrd International Innovative Mining Symposium
14. Chistyakova G., Rolgaizer A., Bondareva E., Shlee I. International Practice Of Environmental Challenges Regulation В сборнике: E3S Web of Conferences. IVth International Innovative.
15. Colbert LH, Visser M, Simonsick EM, Tracy RP, Newman AB, Kritchevsky SB, Pahor M, Taaffe DR, Brach J, Rubin S, Harris TB (July 2004). «Physical activity, exercise, and inflammatory markers in older adults: findings from the Health, Aging and Body Composition Study». *Journal of the American Geriatrics Society*. 52 (7): 1098-104.
16. Nieman DC (March 1997). «Exercise immunology: practical applications». *International Journal of Sports Medicine*. 997 Mar;18 Suppl 1:S91-100. doi: 10.1055/s-2007-972705.
17. Westcott WL, La Rosa Loud R (2014). «Strength for fat loss training». *American Fitness*. 32 (1): 18-22.

18. Sternfeld B, Dugan S (September 2011). «Physical activity and health during the menopausal transition». *Obstetrics and Gynecology Clinics of North America*. 2011 Sep; 38(3): 537-566. Exercise & activity lower blood pressure.

REFERENCES

1. Andreiko I.V. Injuries during fitness (health-improving sports) / I.V. Andreiko // Selected issues of forensic medical examination. – Khabarovsk, 2016. – No. 15. – S. 14-19.
2. Business plans. Marketing research. Consulting. Agency "Amiko Research" [Electronic resource] free access mode <http://www.bsplan.ru/about.phtml> (date of access: 09.04.2021)
3. Lisitskaya TS Welcome to the fitness club! / T.S.Lisitskaya. M.: Publishing Center "Academy", 2008. – 102 p.
4. Panteleeva E.V. The specifics of marketing activities of fitness clubs and measures to maintain and expand club membership // Marketing services. – 2008. – № 2. – p. 58-64
5. Resolution of the Kemerovo Region Administration Board dated October 25, 2013 No. 466 "On approval of the state program of the Kemerovo Region" Youth, Sports and Tourism of Kuzbass "for 2014 – 2021" (as amended on December 24, 2018) [Electronic resource] // <http://docs.cntd.ru/document/412808100> (date of access: 05/20/2021).
6. Order of the Ministry of Labor and Social Protection of the Russian Federation dated 24.12.2020 No. 950n "On the approval of the professional standard" Specialist in the promotion of fitness services "(registered with the Ministry of Justice on 04.02.2021 No. 62378).
7. Skovoroda I.A. Improving the efficiency of the fitness club / I.A. Skovoroda. – Text: direct // Young scientist. – 2018. – No. 8 (194). – S. 71-76. – URL: <https://moluch.ru/archive/194/48510/> (date of access: 20.05.2021).
8. Sapozhnikova O.V. Fitness: [uch. manual] / O.V. Sapozhnikova. Yekaterinburg: Ural Publishing House. University, 2015. – 144 p.
9. Shih K. Fitness therapy: A comprehensive guide for those who want to maintain the strength and health of their bodies and overcome illness / K. Shehi; per. from English A.V. Grishin. M.: Terra-Sport, 2001. – 216 p.
10. Federal Law of 04.12.2007 No. 329-FZ "On Physical Culture and Sports in the Russian Federation" // Collected

19. Callaghan P (August 2004). «Exercise: a neglected intervention in mental health care?». *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2004 Aug;11(4):476-83. doi: 10.1111/j.1365-2850.2004.00751.x.

Legislation of the Russian Federation. – 2007. – No. 50. – Art. 6242.

11. Federal Law of 02.08.2019 No. 303-FZ "On Amendments to the Federal Law" On Physical Culture and Sports in the Russian Federation "in terms of improving the activities of fitness centers" // Collected Legislation of the Russian Federation. – 05.08.2019. – No. 31. – Art. 4462.
12. Hawley E. T. Health Fitness Instructor's Guide / E. T. Hawley, B.D. Franks. Kiev: Olympic Literature Publishing House, 2000. – 359 p.
13. Volkova T., Pavlov G., Schlee I. Ecological and Legal Regime of the Subsoil Use (by the Example of Kuzbass Coal Industry) // E3S Web of Conferences 41, 02027 (2018) <https://doi.org/10.1051/e3sconf/20184102027> IIIrd International Innovative Mining Symposium
14. Chistyakova G., Rolgaizer A., Bondareva E., Shlee I. International Practice Of Environmental Challenges Regulation In the collection: E3S Web of Conferences. IVth International Innovative.
15. Colbert LH, Visser M, Simonsick EM, Tracy RP, Newman AB, Kritchevsky SB, Pahor M, Taaffe DR, Brach J, Rubin S, Harris TB (July 2004). "Physical activity, exercise, and inflammatory markers in older adults: findings from the Health, Aging and Body Composition Study". *Journal of the American Geriatrics Society*. 52 (7): 1098-104.
16. Nieman DC (March 1997). Exercise immunology: practical applications. *International Journal of Sports Medicine*. 997 Mar; 18 Suppl 1: S91-100. doi: 10.1055/s-2007-972705.
17. Westcott WL, La Rosa Loud R (2014). "Strength for fat loss training". *American Fitness*. 32 (1): 18-22.
18. Sternfeld B, Dugan S (September 2011). "Physical activity and health during the menopausal transition". *Obstetrics and Gynecology Clinics of North America*. 2011 Sep; 38 (3): 537-566. Exercise & activity lower blood pressure.
19. Callaghan P (August 2004). "Exercise: a neglected intervention in mental health care?" *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2004 Aug; 11 (4): 476-83. doi: 10.1111/j.1365-2850.2004.00751.x.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ:

Шлее Инесса Петровна (Shlee Inessa Petrovna) – кандидат педагогических наук, доцент; Кемеровский государственный университет; 650000, Кемеровская область-Кузбасс, г. Кемерово, ул. Красная, 6; e-mail: shleeip@mail.ru, ORCID: 0000-0003-4018-0520

Поступила в редакцию 31 марта 2021 г.

Принята к публикации 14 мая 2021 г.

ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Шлее, И.П. Вопросы совершенствования деятельности фитнес-центров / И.П. Шлее // Наука и спорт: современные тенденции. – 2021. – Т. 9, № 2. – С. 146-153. DOI: 10.36028/2308-8826-2021-9-2-146-153

FOR CITATION

Schlee I. P. Issues of improvement of fitness centers activities. *Science and sport: current trends*, 2021, vol. 9, no.2, pp. 146-153 (in Russ.) DOI: 10.36028/2308-8826-2021-9-2-146-153