Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего профессионального образования

Санкт-Петербургский государственный университет

Высшая школа менеджмента

**Стимулирование занятий фитнесом как фактор формирования здорового образа жизни у студентов Санкт-Петербурга**

Выпускная квалификационная работа студента 4 курса направление 38.03.04 – Государственное и муниципальное управление, шифр образовательной программы СВ.5072.2015.

**ГРАНИНОЙ Анастасии Евгеньевны**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Подпись**

Научный руководитель:

к.э.н., доц. кафедры государственного и

муниципального управления

**СКЛЯР Татьяна Моисеевна**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Подпись**

Санкт-Петербург

2021

Заявление о самостоятельном выполнении выпускной квалификационной работы

Я, Гранина Анастасия Евгеньевна, студент 4 курса направление 38.03.04 «Государственное и муниципальное управление», заявляю, что в моей выпускной квалификационной работе на тему «Стимулирование занятий фитнесом как фактор формирования здорового образа жизни у студентов Санкт-Петербурга», представленной в службу обеспечения программ бакалавриата для последующей передачи в государственную аттестационную комиссию для публичной защиты, не содержится элементов плагиата. Все прямые заимствования из печатных и электронных источников, а также из защищённых ранее курсовых и выпускных квалификационных работ, кандидатских и докторских диссертаций имеют соответствующие ссылки.

Мне известно содержание п. 9.7.1 Правил обучения по основным образовательным программам высшего и среднего профессионального образования в СПбГУ о том, что «ВКР выполняется индивидуально каждым студентом под руководством назначенного ему научного руководителя», и п. 51 Устава федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Санкт-Петербургский государственный университет» о том, что «студент подлежит отчислению из Санкт-Петербургского университета за представление курсовой или выпускной квалификационной работы, выполненной другим лицом (лицами)».

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Подпись студента)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Дата)

Оглавление

[**ВВЕДЕНИЕ** 4](#_Toc71110096)

[ГЛАВА 1. Государственное регулирование сферы фитнес-услуг 6](#_Toc71110097)

[1.1 Аналитический обзор исследований факторов здорового образа жизни студентов 6](#_Toc71110098)

[1.2 Нормативно-правовая база в сфере студенческого спорта 11](#_Toc71110099)

[1.3Правовое регулирование сферы фитнес-услуг 15](#_Toc71110100)

[1.4 Международный опыт вовлечения молодежи в занятия спортом 18](#_Toc71110101)

[ГЛАВА 2. Исследование рынка фитнес-услуг в Санкт-Петербурге 23](#_Toc71110102)

[2.1 Анализ рынка фитнес-услуг в Санкт-Петербурге 23](#_Toc71110103)

[2.2 Анализ деятельности компании Fitness House в Санкт-Петербурге 28](#_Toc71110104)

[2.3 Предпочтения студентов ВШМ СПбГУ относительно фитнес-услуг 32](#_Toc71110105)

[2.4 Предпочтения студентов ВУЗов Санкт-Петербурга относительно фитнес-услуг 45](#_Toc71110106)

[2.5 Рекомендации по повышению вовлеченности студентов в занятия фитнесом 52](#_Toc71110107)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 57](#_Toc71110108)

[Список литературы 59](#_Toc71110109)

[Приложения 64](#_Toc71110110)

**ВВЕДЕНИЕ**

Физическая культура и спорт положительно влияет на развитие физических способностей человека, способствуют поддержанию здоровья человека, оказывают помощь в профилактике различных заболеваний, положительно сказываются на воспитании и самореализации молодежи, психоэмоциональной разрядке организма и т. д. Здоровый образ жизни во многом определяет поведение человека в учебе, на работе, в быту, в общении. В силу того, что в сфере физической культуры и спорта пересекаются личные и общественные интересы - государство заинтересовано в здоровом населении, поэтому развитие физической культуры и спорта — важнейшая составляющая социальной политики государства.

Студенты являются той социальной группой, которая вступает в переходный период жизни и оказывается в новой среде, включающей повышенную учебную нагрузку, стресс, изменение образа жизни, что, как следствие, отражается на здоровье молодых людей. Именно поэтому возникает необходимость приобщения студентов к здоровому образу жизни и регулярным занятиям спортом.

В силу того, что одним из способов вовлечения студентов в занятия физической культурой и спортом является популяризация фитнеса и здорового образа жизни, эта курсовая работа сфокусирована на исследовании рынка фитнес-услуг Санкт-Петербурга и поведении сегмента его потребителей – студентов высших учебных заведений.

*Цель работы:* разработать рекомендации для университетов, фитнес-центров и органов государственной власти по повышению вовлеченности студентов в занятия фитнесом.

*Задачи курсовой работы:*

* Анализ нормативно-правовой базы в сфере государственной поддержки рынка фитнес-услуг;
* Рассмотрение методов государственного регулирования студенческого спорта;
* Аналитический обзор исследований факторов здорового образа жизни студентов;
* Анализ международного опыта;
* Исследование рынка фитнес-услуг в Санкт-Петербурге;
* Анализ деятельности компании Fitness House;
* Выявление предпочтений студентов Санкт-Петербурга относительно занятий фитнесом.

*Объект исследования:* рынок фитнес-услуг в Санкт-Петербурге

*Предмет исследования:* предпочтения студентов относительно фитнес-услуг

*Формат работы*: исследовательская работа

В первой главе ВКР проанализировано понятие фитнеса, его важность как компоненты здорового образа жизни студентов; представлен анализ нормативно-правовой базы развития студенческого спорта на федеральном уровне и в Санкт-Петербурге, а также обоснована необходимость государственного регулирования фитнес-индустрии, рассмотрена правовая основа функционирования этой отрасли и описан международный опыт вовлечения молодежи в занятия спортом в Великобритании, Германии и США.

Вторая глава посвящена изучению рынка фитнес-услуг в Санкт-Петербурге, рассмотрена деятельность компании Fitness House в Санкт-Петербурге и приведен анализ опроса студентов Санкт-Петербурга. В заключительной части главы предложены рекомендации для университетов, фитнес-центров и органов государственной власти по повышению вовлеченности студентов в занятия фитнесом.

*Методы сбора первичной информации:* опрос методом анкетирования студентов Санкт-Петербурга, глубинные интервью с представителем компании Fitness House.

*Инструментарий исследования:* эконометрический анализ, микроэкономический анализ, рассмотрение нормативно-правовой базы, анализ исследований российских и зарубежных авторов.

Таким образом, результатом работы являются рекомендации по повышению вовлеченности студентов в занятия фитнесом для органов государственной власти, университетов и фитнес-центров в Санкт-Петербурге.

# ГЛАВА 1. Государственное регулирование сферы фитнес-услуг

## 1.1 Аналитический обзор исследований факторов здорового образа жизни студентов

Английское слово «fitness», согласно словарю кембриджского университета, в переводе с английского означает «состояние физической силы и здоровья».[[1]](#footnote-1) Д. Г. Калашников определяет фитнес «как совокупность мероприятий, обеспечивающих разностороннее физическое развитие человека, улучшение и формирование его здоровья».[[2]](#footnote-2) По мнению О.В. Сапожниковой, фитнес – «это система занятий физической культурой, включающая не только поддержание хорошей физической формы, но и интеллектуальное, эмоциональное, социальное и духовное начало».[[3]](#footnote-3)

Основываясь на данных определениях, можно выделить основные цели, которые преследуют люди, занимающиеся фитнесом:

1) улучшение уровня физической подготовки и укрепление здоровья;

2) изменение массы и объемов тела;

3) управление эмоциональным состоянием и борьба со стрессом;

4) социализация, общение с единомышленниками.

Фитнес-услуга – это процесс предоставления фитнес-клубом спортивно-оздоровительных мероприятий клиенту. Современные фитнес-услуги дифференцируются на:

* групповые программы - классическая аэробика, степ-аэробика, силовые классы, танцевальные классы, программы пилатес, фитнес-йоги, фитнес-версии боевых техник, программы на нестабильной поверхности (core и bosu) и другое;
* силовой тренинг, персональный тренинг - занятия в тренажерном зале, персональные занятия с тренером;
* аква-фитнес - аква-аэробика на мелкой и глубокой воде, обучение плаванию;
* детский фитнес;
* реабилитационные программы;
* программы для пожилых;
* функциональная диагностика и консультации диетолога.[[4]](#footnote-4)

Студенты являются той социальной группой, которой особенно важно следить за своим здоровьем. На этапе поступления в университет учащиеся становятся независимы и начинают самостоятельно нести ответственность за свою жизнь, особенно если они находятся далеко от родительского дома. Переход в новую среду может сильно изменить привычный образ жизни, на который влияют стрессовые факторы, такие как неспособность организовать распорядок дня, стресс из-за экзаменов и дедлайнов, нерегулярный режим сна, необходимость строить отношения со сверстниками и приспособиться к новому окружению. Эти факторы могут привести к снижению уровня физической активности, ухудшению качества питания, что в дальнейшем сказывается на общем состоянии физического и психологического здоровья. Именно поэтому студентов следует активно приобщать к здоровому образу жизни и поощрять регулярные занятия спортом.

Ниже приведены примеры результатов исследований положительного влияния фитнеса на здоровье человека[[5]](#footnote-5):

* Регулярная физическая активность помогает предотвратить деменцию (исследование [Cognitive and physical activity and dementia](https://n.neurology.org/content/92/12/e1322));
* Регулярная физическая активность положительно влияет на психическое здоровье и настроение, снимает симптомы депрессии и тревожность, способствует развитию социальных навыков (исследование [JAMA Psychiatry](https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/article-abstract/2720689));
* Регулярные тренировки снижают риск развития таких заболеваний, как развитие инсульта, диабета типа II, рака толстой кишки и перелома бедра (исследование [Adrianne E Hardman](https://academic.oup.com/ije/article/30/5/1193/724215));
* Регулярные занятия спортом поддерживают и повышают силу, гибкость, выносливость и плотность костей и помогают в поддержании или снижении веса, уменьшении жировых отложений и увеличении мышечной массы.[[6]](#footnote-6)

В заключение можно сформулировать, что понятие фитнеса вбирает в себя не только аспект физического развития человека, но и элементы эмоционального и социального развития. Регулярные занятия фитнесом положительно сказываются на здоровье человека, особенно это важно на этапе поступления в колледж или университет.

Необходимость государственного регулирования рынка фитнес-услуг обусловлена наличием *провалов рынка*. Во-первых, существует проблема информационной асимметрии: информация об услуге неравномерно распределена между покупателем и продавцом, до оказания самой услуги потребитель не может четко оценить будущий результат, так как он будет зависеть от ряда факторов: профессионализм и знания фитнес-тренера, атмосфера фитнес-центра, заполняемость (уровень полезности посещения фитнес-центра снижается, если его заполняемость превышает вместимость) и т.д.

Микроэкономический анализ показывает, что фитнес-услуга – это частное социально-значимое благо, которое характеризуется одновременностью предоставления и потребления услуги, близостью к потребителю как важнейшим фактор спроса, существованием временного разрыва: затраты на услугу и результат от занятий фитнесом значительно удалены во времени, что говорит о том, что фитнес-услуга – это доверительное благо.

Также важно отметить наличие положительных внешних эффектов от фитнеса:

1. Занятия фитнесом способствуют социальной интеграции и социализации личности, люди принимают участие в общественной жизни и приобретают опыт социальных отношений;
2. Укрепляется здоровье отдельного индивида, тем самым сокращается риск и масштабы заболевания всего населения;
3. Фитнес-индустрия вносит вклад в человеческий капитал, оказывая положительное влияние на здоровье человека.

Студенты являются наиболее социально-активной категорией населения, которая проявляет интересы в различных областях и стремится к разносторонней внеучебной жизни. Более того, студенты — это основной трудовой потенциал страны. Поэтому на данном этапе жизни особенно важно следить за здоровьем и физической подготовкой, так как в этот период формируются и закладываются основы здорового образа жизни.

В силу того, что фитнес обеспечивает положительное влияние на социально-экономическое развитие общества через повышения физического здоровья населения, государство совместно с фитнес-центрами может быть заинтересовано в повышении доступности и качества фитнес-услуг для всех слоев населения, а университеты совместно с фитнес центрами могут быть заинтересованы в популяризации фитнеса среди студентов.

Обратимся к исследованиям, в которых изучались факторы, влияющие на здоровый образ жизни студентов.

В исследовании Hanaa Ghaleb Al-Amari и Nedaa Al-Khamees 2015 года авторы изучали восприятие студентами колледжа Кувейтского университета здорового образа жизни и его влияние на их здоровье. Здоровый образ жизни измерялся диетой, физическими упражнениями и сном. Для целей исследования участникам был разослан анкетный опрос, в который вошли 150 студентов бакалавриата из Кувейтского университета разного пола и возраста. Результаты показали, что высокий процент студентов не часто тренируются и страдают от чрезмерной полноты. Многие преимущества упражнений доказывают, что фитнес — это больше, чем просто похудение. Упражнения повышают уверенность в себе, снимают стресс, улучшают процесс обучения и психическое здоровье, а также помогают строить здоровые отношения с окружающими, что чрезвычайно важно для студентов. Исследование показало, что большинство студентов колледжа ведут умеренный здоровый образ жизни, только 50% придерживаются здоровой диеты, 40% страдают от повышенной массы тела. Большинство студентов 75,8% не сдают анализ крови хотя бы раз в 6 месяцев. Необходимы дополнительные исследования для повышения осведомленности студентов колледжей о влиянии здорового образа жизни на их здоровье.[[7]](#footnote-7)

В 2013 году Dong Wang, Xiao-Hui Xing и Xian-Bo Wu исследовали, в какой степени студенты университетов придерживаются здорового образа жизни и какие социально-демографические переменные влияют на здоровый образ жизни. 4809 случайно выбранных студентов университетов проходили анкету «Шкала здорового образа жизни для студентов университетов». Результаты показали, что сидячий образ жизни - распространенная и серьезная проблема среди студентов вузов. Большая часть их времени и энергии занята учебой. Более того, популяризация компьютеров и Интернета предоставляет больше возможностей для развлечений и снижает интерес к упражнениям. Отсутствие тренажерных залов также является основной причиной того, что студенты университетов не принимают активного участия в физических упражнениях.[[8]](#footnote-8)

Целью исследования Israa Assaf, Fatima Brieteh, Mona Tfaily, Mariam El‑Baida, Seifedine Kadry и Balamurugan Balusamy в 2019 году было сосредоточиться на образе жизни студентов университетов, оценить уровень физической активности и качество питания, а также влияние этих компонентов на вес студентов. Данные были собраны у 507 студентов факультета медицинских наук частного университета в Ливане. Результаты опроса показали, что большинство студентов занимаются спортом 1-2 дня в неделю, что является умеренной активностью. Более того, большинство студентов не придерживаются правильного питания, считают свое питание нездоровым и хотели бы больше заботиться о своем здоровье и выделять время на физическую активность. Также исследование выявило, что студенты, которые регулярно занимаются спортом, как правило, более удовлетворены своим образом жизни. Однако большинство студентов занимаются не регулярно, соответственно, они оценивают свой образ жизни как неудовлетворительный и хотели бы изменить его. Большинство студентов в качестве фактора, который препятствует им заниматься спортом, выбрали время. На данном этапе жизни они уделяют почти все свое время учебе, что не позволяет им найти время на себя и быть более активными.[[9]](#footnote-9)

В 2011 году Lacaille LJ, Dauner KN, Krambeer RJ и Pedersen J. исследовали факторы, которые, по мнению студентов, определяют здоровый образ жизни, уровень физической активности и изменение веса. В опросе приняли участие 49 студентов в возрасте от 18 до 22 лет из университета Среднего Запада. Результаты показали, что пищевое поведение и физическая активность студентов определяются сложным взаимодействием между мотивацией и уровнем самодисциплины, а также социальной и физической средой. Более того, существуют гендерные различия в том, как эти детерминанты влияют на поведение.[[10]](#footnote-10)

В исследовании Deforche B, Van Dyck D, Deliens T и De Bourdeaudhuij 2015 года изучались изменения здоровья и веса бельгийских студентов после перехода из средней школы в колледж или университет. Выборка из 291 студента прослеживалась с последнего года обучения в средней школе до второго года обучения в колледже или университете. В среднем, в течение изучаемого периода учащиеся набрали 2,7 кг, причем прибавка в весе выше у мужчин (м: 4,2 кг, ж: 1,9 кг). Занятия спортом снизились. Время, потраченное на просмотр телевизора, DVD, компьютерные игры снизилось, время на использование Интернета и учебу, соответственно, увеличилось. Потребление алкоголя увеличилось, а время физической активности заметно снизилось. Исследовали приходят к выводу, что переход к высшему образованию — это период повышенного риска неблагоприятных изменений здоровья и увеличения веса, поэтому меры по предотвращению должны начинаться уже в старшей школе.[[11]](#footnote-11)

Таким образом, приведенные выше исследования доказывают, что физическая активность является важнейшей составляющей при изучении здорового образа жизни студентов. Кроме того, после перехода из старшей школы в университет поддержание физической активности на должном уровне зачастую представляется серьезной проблемой для студентов ввиду увеличенной учебной нагрузки и смены образа жизни.

## 1.2 Нормативно-правовая база сферы студенческого спорта

Рассмотрим нормативно-правовую базу, которая лежит в основе развития массового спорта, начиная с документов, имеющих высшую юридическую силу.

В статье 41 Конституции Российской Федерации второй пункт закрепляет обязательность программ по охране и укреплению здоровья населения, поощряется деятельность, способствующая укреплению здоровья человека, развитию физической культуры и спорта.[[12]](#footnote-12)

Федеральный закон от 04.12.2007 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» №329 - ФЗ устанавливает правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности в области физической культуры и спорта в Российской Федерации, определяет основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.[[13]](#footnote-13)

Согласно п. 23.2 ст. 2 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» студенческий спорт – это спорт, направленный на физическое воспитание и подготовку обучающихся профессиональных образовательных учреждений и образовательных учреждений высшего образования, их подготовку к участию и участие в физкультурных и спортивных мероприятиях.

Студенческий спорт подразделяется на спорт высших достижений и массовый спорт. К спорту высших достижений относится часть студенческого спорта, нацеленная на достижение различных результатов обучающимися образовательных организаций на всемирных летних и зимних универсиадах. Массовый студенческий спорт — это физкультурная, спортивная и оздоровительная работа с обучающимися в профессиональных образовательных учреждениях и образовательных учреждениях высшего образования.

В соответствии с п. 1 ст. 8 и п. 1 ст. 9 вопросы массового студенческого спорта являются полномочиями в области физической культуры и спорта субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления. Исполнительными органами власти, отвечающими за развитие студенческого спорта, относятся федеральные, региональные и муниципальные органы исполнительной власти, имеющие отношение к профессиональным образовательным организациям высшего образования. [[14]](#footnote-14)

Статья 28 ФЗ об образовании закрепляет, что организация условий для занятий обучающимися физической культурой и спортом является компетенцией, обязанностью и ответственностью образовательной организации. Направления занятий физической культурой, виды спорта и физической активности, методики и длительность занятий физической культурой образовательные учреждения определяют в самостоятельном порядке в зависимости от местных условий и интересов студентов. [[15]](#footnote-15)

Постановление Правительства Российской Федерации от 31 мая 2012 г. №536 «Вопросы Министерства спорта Российской Федерации» - устанавливает задачи, функции и полномочия Министерства спорта Российской Федерации.[[16]](#footnote-16)

***Рисунок 1.*** *Функции Министерства спорта РФ*

Составлено по постановлению Правительства Российской Федерации от 31 мая 2012 г. №536 «Вопросы Министерства спорта Российской Федерации».

Важно отметить, что в функции Министерства Спорта входит как развитие массового спорта, так и пропаганда здорового образа жизни. Более того, схема доказывает, что спорт является неотъемлемой составляющей здорового образа жизни.

Далее обратимся к документам, регулирующим развитие студенческого спорта в РФ.

В соответствии с пунктом 4 Плана мероприятий по реализации Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 12 декабря 2015 г. № 2570-р, Минспортом России разработана и утверждена Концепция развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года.[[17]](#footnote-17)

Цель Концепции состоит в создании условий, которые обеспечат студентам образовательных учреждений поддерживать здоровый образ жизни, регулярно заниматься спортом, иметь свободный доступ к развитой инфраструктуре спорта.

Задачами Концепции являются:

* совершенствование системы физического воспитания и развитие спорта в колледжах и университетах;
* развитие спортивной инфраструктуры в образовательных учреждениях высшего и средне-специального образования;
* введение государственных образовательных стандартов для преподавателей физической культуры для повышения квалификации;
* увеличение количества студенческих спортивных клубов;
* популяризация студенческих спортивных лиг;
* повышение эффективности системы физического воспитания студентов.

В целом студенческий спорт развивается в двух направлениях: как часть массового спорта и как часть спорта высших достижений.

Реализация Концепции разделена на два этапа: I этап - 2017–2020 годы, II этап - 2021–2025 годы. Одним из показателей эффективности Концепции на первом этапе является увеличение доли студентов, регулярно занимающихся физической культурой и спортом, до 80 % к 2020 году; на втором этапе: увеличение доли студентов, регулярно занимающихся физической культурой и спортом до 90 % к 2025 году.[[18]](#footnote-18)

С марта 2019 года действует межотраслевая программа развития студенческого спорта, целью которой является создание условий для вовлечения студенческой молодежи в занятия физической культурой и спортом и повышение уровни физической подготовленности студентов.

Реализация Программы в Российской Федерации позволит привлечь обучающихся к регулярным занятиям спортом, что в дальнейшем положительно повлияет на продуктивность образовательной деятельности и улучшит качество жизни.[[19]](#footnote-19)

Выполнение Программы позволит в долгосрочной перспективе увеличить долю студентов Российской Федерации, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 65% от общего числа студентов Российской Федерации в соответствии с положениями Концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации до 2025 года.

На уровне Санкт-Петербурга следует упомянуть Стратегию экономического и социального развития Санкт‑Петербурга на период до 2030 года, одной из целей которой является «Повышение уровня физической культуры населения и степени доступности услуг индустрии здорового образа жизни».[[20]](#footnote-20) Программно-целевые установки делятся на развитие массового спорта: популяризация спорта среди населения, повышение доступности и качества услуг и спорта высших достижений: повышение уровня проведения национальных и международных спортивных мероприятий. Более того, к 2030 году стратегией поставлена цель выйти на уровень 50% вовлеченности жителей Санкт-Петербурга в систематические занятия физической культурой и спортом и 70% уровень удовлетворенности населения созданными условиями для занятий физической культурой и спортом.

Также обратимся к региональному проекту Санкт-Петербурга «Спорт - норма жизни», целью которого является доведение к 2024 году до 55% доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом путем мотивации населения, активизации спортивно-массовой работы на всех уровнях и в корпоративной среде, в том числе вовлечения в подготовку и выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне», а также подготовки спортивного резерва и развития спортивной инфраструктуры. [[21]](#footnote-21)

Таким образом, в России создана широкая нормативно-правовая база, регулирующая развития спорта. На федеральном уровне Конституция закрепляет необходимость укрепления здоровья и развития спорта, ФЗ «О физической культуре и спорте» служит основой законодательства в сфере спорта, в функции Министерства спорта входит пропаганда спорта как части здоровый образ жизни. Документы, регулирующие развитие студенческого спорта (Концепция развития студенческого спорта, межотраслевая программа развития студенческого спорта), направлены на создание всех условий для приобщения студентов к здоровому образу жизни посредством вовлечения в регулярные занятия спортом.

## Правовое регулирование сферы фитнес-услуг

В 2015 году понятие фитнеса и фитнес-услуги было внесено в национальный стандарт РФ ГОСТ Р 56644-2015, согласно которому фитнес — это комплекс спортивно-оздоровительных мероприятий, направленных на формирование, поддержание и укрепление здоровья человека, его физическую реабилитацию, организацию физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга и достижения спортивных результатов, а фитнес-услуга – это деятельность исполнителя услуг по удовлетворению потребностей потребителя*.*[[22]](#footnote-22)

В сентябре 2018 года главой комитета Госдумы по физической культуре и спорту Михаилом Дегтяревым и членом комитета Дмитрием Пироговым был предложен на рассмотрение Государственной Думы РФ законопроект, в котором предлагалось внести поправки в Закон о физической культуре и спорте в РФ и закрепить понятие фитнес «как часть физической культуры и массового спорта, направленная на ведение гражданами здорового образа жизни посредством организации физкультурно-оздоровительных мероприятий, которая состоит в оказании гражданам услуг по проведению организованных и (или) самостоятельных занятий физической культурой с привлечением тренера и иных специалистов в области физической культуры и спорта, а также по участию в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях».[[23]](#footnote-23) Данное определение не попало в финальную версию поправок в закон, тем не менее, сами поправки в Закон о физической культуре и спорте внесены были позднее.

Летом 2019 года Государственная дума начала совершенствовать законодательство в сфере фитнес-индустрии: в Федеральный закон от 4 декабря 2007 года N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" были внесены поправки, касающиеся детализации деятельности фитнес-центров: дано определение понятия «фитнес-центр», а также определены их права и обязанности.[[24]](#footnote-24)

Согласно статье 30.1, фитнес центром является физкультурно-спортивная организация, целью деятельности которой является оказание гражданам услуг по физической подготовке и физическому развитию. Деятельность фитнес-центров по закону заключается в организации работы по формированию, сохранению и укреплению здорового образа жизни граждан, их физического здоровья и воспитания.

***Таблица 1.*** *Права и обязанности фитнес-центров*

|  |  |
| --- | --- |
| Права фитнес-центров | Обязанности фитнес-центров |
| 1) оказывать гражданам услуги по физической подготовке и физическому развитию;  2) проводить официальные физкультурные мероприятия;  3) осуществлять подготовку населения к выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО;  4) быть членами общероссийских и международных спортивных объединений и могут устанавливать стандарты качества оказываемых ими услуг. | 1) создавать условия по оказанию гражданам услуг по физической подготовке и физическому развитию;  2) привлекать квалифицированных работников, обеспечивать условия для повышения их квалификации;  3) безвозмездно предоставлять субъектам официального статистического учета первичные статистические данные;  4) применять профессиональные стандарты в части требований к квалификации работников с учетом особенностей трудовых функций. |

Составлено по статье 30.1 ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"

Эксперты полагают, что созданная законодательная база поможет увеличить интерес граждан к занятиям фитнесом.[[25]](#footnote-25) Член комитета Госдумы Дмитрий Пирог, один из ответственных за разработку законопроекта, отметил, что основная цель документа - уменьшить травмоопасность клиентов фитнес-центров.[[26]](#footnote-26)

В апреле 2021 года президентом был подписал закон о социальном налоговом вычете по налогу на доходы физических лиц (НДФЛ) за оказанные физкультурно-оздоровительные услуги. Граждане смогут вернуть 13% от расходов на спортивные занятия на максимальную сумму 120 тыс. рублей. Максимальный размер вычета составит 15,6 тыс. рублей. Первые компенсации по налоговому вычету за фитнес-услуги можно будет получить в 2023 году по итогам 2022 года.[[27]](#footnote-27)

Таким образом, Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации" говорит нам о том, что фитнес – это, в первую очередь, комплекс услуг, предоставляемый фитнес-центрами, и услуга характеризуется двумя основными целями: формирование здорового образа жизни населения и укрепление их физического здоровья, что позволяет сделать вывод о том, что фитнес является неотъемлемой часть здорового образа жизни граждан. Законодательство в сфере фитнес индустрии в последние годы обновляется, дорабатываются постановления правительства, определяющие порядок предоставления налоговых вычетов на фитнес-услуги, что позволяет сделать вывод об актуальности исследования.

## 1.4 Международный опыт вовлечения молодежи в занятия спортом

Для анализа политики в сфере спорта были выбраны следующие страны: Великобритания, Германия и Соединенные Штаты. Выбор обоснован тем, что в выбранных странах есть многочисленные примеры успешных мероприятий по вовлечению молодежи в спорт, а меры государства в этой сфере основаны на представлении о том, что участие в массовых видах спорта способствует социальной сплоченности и благополучию сообщества.[[28]](#footnote-28)

*Великобритания*

Департамент цифровизации технологий, культуры, СМИ и спорта в Великобритании занимается разработкой государственной политики в сфере спорта, опираясь на Стратегию «Спортивное будущее» от 2015 года. Данная стратегия основывается на предположение о прямом влиянии уровня физической культуры населения на социальное и экономическое благополучие граждан и процветание государства.[[29]](#footnote-29)

В стране существуют различные эффективные программы вовлечения населения в спорт, в том числе «Вовлечение детей и молодежи». Эта программа нацелена на снижение возрастных рамок для детей при занятиях спортом, программа способствует формированию у детей с 5 лет приверженности к здоровому образу жизни и привычки заниматься спортом.[[30]](#footnote-30) В рамках подпрограммы «Физкультура в школе» каждый ребенок занимается спортом не менее 60 минут в день, а также каждого ребенка обучают навыкам плавания и езды на велосипеде. [[31]](#footnote-31)

С 2012 года колледжи университеты Великобритании могут подать заявку на гранты в 3 миллиона фунтов стерлингов, которые можно потратить на покупку спортивного оборудования. Данная мера направлена на привлечение молодых людей к занятиям спортом, так как после окончания школы они зачастую перестают заниматься спортом в силу учебной загруженностью, необходимостью зарабатывать деньги и строить отношения.

Эта мера является частью пятилетней стратегии развития молодежного спорта «Sport England» стоимостью 1 миллиард фунтов стерлингов.[[32]](#footnote-32)

*Германия*

Массовый спорт являлся важной частью спортивной политики в Германии с середины 20-го века, когда идея массового спорта была выдвинута на послевоенной немецкой спортивной конференции. В 1959 году Генеральная Ассамблея Конфедерации Германии утвердила в качестве своей цели включение всей нации в систему массового спорта, называемого «вторым путем» развития спорта, наряду со спортом высших достижений. Стратегия развития массового спорта в Германии служит результатом тесной взаимосвязи, с одной стороны, интересов спортивных организаций Германии на разных уровнях, а с другой - правительством Германии на национальном, земельном и местном уровнях. Федерация спорта Германии занимается поддержкой спортивных клубов и распространением массового спорта.[[33]](#footnote-33)

В целях продвижения массового спорта большое внимание уделяется мотивации населения посредством поощрения: присвоение высшего знака отличия для непрофессиональных спортсменов «Немецкий спортивный значок», приравнивающийся к государственной награде для лиц старше 18 лет.

Развитие массового спорта также поддерживается рядом программ, представленных национальным правительством, таких как «Спорт для всех», «Программа развития школьного спорта». Молодежный массовый спорт был поддержан после Второй мировой войны по причине того, что государство было обеспокоено социализацией молодежи. Кроме государственных программ правительства штатов стимулировали общую спортивную деятельность. Массовый спорт являлся не только целью государственных программ развития спорта в Германии, но также служил руководящим принципом государственной поддержки спорта. Так, правительство считало, что каждый гражданин должен иметь возможность заниматься спортом на спортивном объекте, находящемся в пределах пешей доступности, по разумной цене и адаптированном к индивидуальным потребностям, интересам и способностям. Для достижения данных целей правительство предоставило финансовую поддержку развития объектов спортивной инфраструктуры и найма квалифицированных тренеров, инструкторов.

Также важно отметить систему налогообложения в Германии, так как она имеет прямое отношение к вовлечению населения в массовый спорт. Так, спортивные клубы могут получить статус общественно полезной организации, что позволяет им претендовать на определенные налоговые льготы. Кроме того, 5.5 млн работникам в сфере спорта ежегодно снижаются суммы выплачиваемых налогов.

Правительство Германии предоставляет финансовую помощь спортивным организациям в случае, если недостаточно средств для оплаты административных налогов, приобретения спортивного инвентаря и оборудования, проведения учебно-тренировочной работы. Важно отметить, что на строительство и реконструкцию спортивных сооружений могут быть выделены целевые субсидии. В силу того, что первоначальные инвестиции на строительство объектов спортивной инфраструктуры и приобретение спортивного оборудования являются значительными, поэтому распространенной практикой в Германии является предоставление муниципальных спортивных сооружений в ведение фитнес-центров на безвозмездной основе.[[34]](#footnote-34)

*Америка*

Политика массового спорта в Америке характеризуется отсутствием уполномоченного за развитие массового спорта органа власти, нет распоряжений о том, какие объекты спортивной инфраструктуры необходимо построить и какие виды спорта следует развивать, соответственно, на данные цели не распределяются бюджетные средства. Государственная поддержка развития спорта и физической культуры ограничивается предоставлением льготного налогового режима для занимающихся развитием спорта неправительственных организаций. Развитием массового спорта в США занимаются местные общины, меценаты, школы и университеты. [[35]](#footnote-35)

Финансово-экономическими механизмами стимулирования в США здорового образа жизни является создание большого числа объектов спортивной инфраструктуры – от общественных площадок для баскетбола до спортивных спорткомплексов. Американская модель развития массового спорта заключается в том, что вовлечение молодежи в спорт начинается в школах, где проявляются спортивные таланты, которые затем развиваются в спортивных командах в колледжах и университетах.

Кроме того, система поддержки массового спорта в Америке базируется на развитой организационной инфраструктуре, объединяющей различные уровни спорта, образовательные и спортивные организации. Например, школьные спортивные соревнования на федеральном уровне находится под управлением Национальной федерации школьных ассоциаций (NFHS), студенческие спортивные соревнования подотчетны Национальной атлетической ассоциация колледжей (NCAA), объединяющей 1200 вузов. Интересно, что 96% прибыли NCAA включается в механизмы рефинансирования: руководство данной организации компенсирует часть средств за выплаченные спортивные стипендии, проведение соревнований университетам. В результате спортивные затраты образовательных учреждений являются окупаемыми. По окончанию университета талантливых спортсменов принимают в профессиональные лиги, таким образом, спорт в США выполняет функцию социального лифта, особенно для молодых людей из малообеспеченных семей.

Таким образом, обобщая международный опыт, можно сказать, что в Великобритании существует ряд государственных программ, направленных на вовлечение молодежи в спорт («Вовлечение детей и молодежи», «Физкультура в школе»), а колледжам и университетам выделяются гранты, которые можно потратить на покупку спортивного оборудования. Широкую распространённость спорт для всех в Германии получил благодаря тесной взаимосвязи интересов между немецкими спортивными организациями на разных уровнях и правительством Германии, кроме того, в стране предусмотрены налоговые льготы для спортивных центров. Успех массового спорта в США следует из развитой спортивной инфраструктуры, а также интеграции образовательных и спортивных организаций, объединяющей различные уровни спорта, образовательные и спортивные организации. Обобщение международного опыта представлено в следующей таблице:

***Таблица 2.*** *Международный опыт вовлечения молодежи в занятия спортом*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Государственное регулирование | Великобритания | Германия | США |
| Государственные программы | «Вовлечение детей и молодежи», «Физкультура в школе» | «Спорт для всех»,  «Программа развития школьного спорта» | - |
| Финансирование | Гранты на покупку спортивного оборудования колледжам и университетам | Налоговые льготы для спортивных клубов как общественно полезных организаций | Внебюджетные источники финансирования спорта |
| Организация | Государственная поддержка массового спорта с частными вложениями в спорт | Сотрудничество государства и бизнеса, инвестирующего средства в спорт | Интеграция образовательных и спортивных организаций |

Составлено на основании обобщения международного опыта вовлечения молодежи в спорт.

# ГЛАВА 2. Исследование рынка фитнес-услуг в Санкт-Петербурге

## 2.1 Анализ рынка фитнес-услуг в Санкт-Петербурге

Объем российского рынка фитнес-услуг в 2019 году увеличился на 5% по сравнению с 2018 годом и составил 166,8 млрд руб., в 2020 году аналитики «РБК Исследования рынков» предсказывали рост уже на 6%. Налоговые отчисления в год составляют 43,64 млрд рублей. Рынок фитнес-услуг Санкт-Петербурга занимает 12% от всего рынка РФ, 21% приходится на города-миллионники, 47% — Москва и МО, оставшаяся часть- другие города России.[[36]](#footnote-36)

***Рисунок 2.*** *Объем рынка фитнес-услуг в РФ в 2019 году*

Составлено по данным РБК [[37]](#footnote-37)

На данный момент по концентрации фитнес-центров рынок Санкт-Петербурге превышает многие города-миллионники. Согласно данным «2ГИС», в городах-миллионниках на 100 тыс. жителей в среднем приходится 15 фитнес-клубов. В Санкт-Петербурге этот показатель достигает 12 клубов на 100 тыс. жителей. За период с мая 2018 года по май 2019 года в Санкт-Петербурге прирост фитнес-центров составил 5%, на 2019 год в городе функционировали 656 фитнес-клубов разной направленности. Объем рынка фитнес-услуг Санкт-Петербурга составлял 14,4 млрд рублей.[[38]](#footnote-38)

В связи с пандемией коронавирусной инфекции продажи фитнес-центров в Санкт-Петербурге в 2020 году упали на 50–60%. В течение трех месяцев с апрель по июнь фитнес-центры не работали. Правительство Санкт-Петербурга постановлением №121 с 26 марта запретило спортивную подготовку в помещениях физкультурно-спортивных организаций.[[39]](#footnote-39)

Период закрытия фитнес-центров совпал с периодом наплыва клиентов, начинающих подготовку к пляжному сезону, в это время в фитнес-центрах пик загрузки. После снятия ряда ограничений в городе фитнес-центры потеряли часть клиентов, одновременно приспосабливаясь к требованиям Роспотребнадзора.[[40]](#footnote-40) Кроме плановых затрат фитнес-центрам необходимо было закупить бактерицидные лампы, защитные экраны, маски, перчатки и антисептические средства. По данным Национального фитнес-сообщества, с апреля 2020 года сфера фитнес-услуг потеряла более 51 млрд рублей, что составляет треть выручки за весь 2019 год.[[41]](#footnote-41)

В январе 2021 году у фитнес-центров увеличилась посещаемость, отрасль постепенно адаптируется к новым условиям, однако до уровня, соответствовавшего периоду до пандемии, показатели фитнес отрасли еще не дошли. По словам Национального фитнес-сообщества, восстановление фитнес-индустрии ожидается не ранее 2023 года. Средний показатель по продажам абонементов в январе 2021 по сравнению с октябрем 2020 года увеличился на 25,5%. В октябре 2020 года продажи абонементов упали на 39,92%. Посещаемость фитнес-центров также постепенно восстанавливается: в августе и декабре 2020 года падение уровня посещаемости по сравнению с прошлым годом составило 38,4% и 26,8% соответственно, а в январе 2021 падение составило 20%.[[42]](#footnote-42)

На рынке фитнеса в Петербурге присутствуют несколько крупных игроков (сети фитнес-центров) в окружении единичных клубов. Сеть клубов Fitness House представлена 49 клубами в Петербурге, пять из которых — премиальные площадки «Fitness House Престиж», 13 фитнес-центров у сети клубов Sportlife, 9 площадок у AlexFitness, 6 центров у A-Fitness, 3 фитнес центра World Class, 2 площадки у Sculptors. Индекс концентрации CR на рынке для топ-10 игроков составляет 21,7% (по количеству фитнес-центров). [[43]](#footnote-43)

Далее рассмотрим ***барьеры на вход в отрасль*** на рынок фитнес-услуг.

*Нестратегические барьеры:*

Одним из важнейших нестратегических барьеров является размер первоначальных затрат. У потенциального инвестора есть три варианта инвестирования денежных средств: создание нового фитнес-клуба с нуля, покупка готового бизнеса или покупка франшизы действующей сети фитнес-клубов. Сумма первоначальных вложений начинается от 1,5 млн рублей.[[44]](#footnote-44)

Действующие фитнес-центры обладают преимуществом в издержках за счет того, что они производят больший объем услуг, чем потенциальный конкурент в начале пути. Это значит, что функция издержек нового фитнес-центра находится выше функции издержек существующих на рынке игроков в силу наличия постоянных клиентов, выгодных условий аренды и накопленного опыта.

*Стратегические барьеры:*

Успешные фитнес-центры зачастую имеют хорошую репутацией и сильный бренд: потребители ценят качество услуг, высокий уровень сервиса и профессиональную работу специалистов, поэтому новичку необходимо будет приложить значительные усилия для того, чтобы привлечь потребителей в новый фитнес-центр.

Следует также отметить наличие долгосрочных корпоративных контрактов у действующих игроков. Примером служит контракт СПбГУ с сетью фитнес-клубов Fitness House, предоставляющей скидки на абонементы для студентов и работников СПбГУ. Тем самым, новичок уже потенциально теряет этих клиентов.

Дифференциация фитнес-услуг является барьером для новых игроков. Фитнес-центры среднего и премиум-сегмента предлагают широкий спектр услуг: помимо фитнеса и бассейна клиентам предлагаются услуги массажа, солярия, фитнес-бара, детской комнаты, помещения для групповых занятий.

Для новичка существенным барьером также является наличие квалифицированных специалистов у конкурентов. Тренеры с большим опытом работы зачастую имеют широкий круг своих постоянных клиентов, которые ценят профессионализм тренера и гарантированную безопасность тренировок. Для привлечения таких специалистов в недавно открывшийся фитнес-центр потребуется достаточное финансовое стимулирование.

Также стоит отметить, что значительным преимуществом обладают фитнес-центры с удобным для потребителей месторасположением. Для фитнес-центра это густонаселенные спальные районы и площадки в центре города с высокой проходимостью людей.

*Административные барьеры:*

Административные барьеры – это финансовые и временные затраты на регистрацию предприятия и получения требуемых разрешений (договор аренды, заключение СЭС, заключение пожарной инспекции, разрешения на деятельность и торговлю, договоры на техническое обслуживание и т.д.)

Что касается ***рыночной структуры***, на данном рынке наблюдается олигополия, так как на рынке доминируют известные сети фитнес-центров, а вход в отрасль для новых игроков ограничен барьерами, связанными с эффектом масштаба. Более того, наблюдается взаимозависимость стратегий компаний. Примером этому служит ситуация на рынке фитнес-услуг Петербурга в 2007 году, когда на рынок вышла сеть фитнес-центров Fitness House с политикой демпинга, сильно отразившейся на остальных игроках: им пришлось подстраиваться под новую ценовую политику.[[45]](#footnote-45)

Для того чтобы оценить ключевые тенденции рынка фитнес-услуг воспользуемся методикой PEST-анализа. Результаты анализа представлены в виде матрицы, подлежащим которой служат факторы макросреды, сказуемыми – тип влияния, период влияния и относительная значимость фактора, в последней колонке указаны результаты влияния фактора на стратегию компаний в отрасли.

**Таблица 3.** PEST-анализ рынка фитнес-услуг

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| PEST-компонент | Фактор внешней среды | Значимость влияния факторов | | | Влияние на стратегию |
| По типу\* | По времени\*\* | Относительная значимость\*\*\* |
| Политический компонент | Стимулирование развития отрасли государственными программами | + | Н\Б | Существенный | Повышение спроса на фитнес-услуги среди населения и рост предложения (снижение издержек) |
| Экономический компонент | Снижение доходов населения | - | Н | Важный | Разработка программ удержания клиентов, предоставление скидок/рассрочек |
| Социальный компонент | Рост склонности к ЗОЖ, фитнесу, здоровому питанию | + | Н\Б | Существенный | Следование трендам и интеграция их в деятельность компании |
| Технологический компонент | Популяризация онлайн-фитнеса (вебинары, онлайн-тренировки) | +/- | Н\Б | Важный | Наличие таких программ оказывает положительное влияние на деятельность компании (повышение спроса и снижение издержек), однако есть риск потерять часть клиентов |

Предложено самостоятельно

\* положительно влияет +; отрицательно влияет –

\*\* влияет в настоящее время, закончит влиять (в течение 12 месяцев) – Н; влияет сейчас и продолжит свое влияние (более 12 месяцев) – Н\Б; будет иметь значение в будущем – Б.

\*\*\*Критический: угрожают существованию компании; очень важный: вызывают изменения в деятельности компании; важный: влекут некоторые (ограниченные) изменения в деятельности; существенный: влияют, но не требуют значимых изменений; неважный: не оказывающие значительного влияния на компанию.

Таким образом, на основании проведенного анализа можно говорить о том, что рынка фитнес-услуг в Санкт-Петербурге растет последние несколько лет, однако в 2020 году в связи с пандемией коронавирусной инфекции у фитнес-центров значительно снизились доходы. Тем не менее, результаты PEST-анализа говорят о том, что тенденции макросреды скорее положительно сказываются на отрасли фитнес-услуг, поэтому у фитнес-центров есть возможность ликвидировать последствия от причинённого пандемией ущерба.

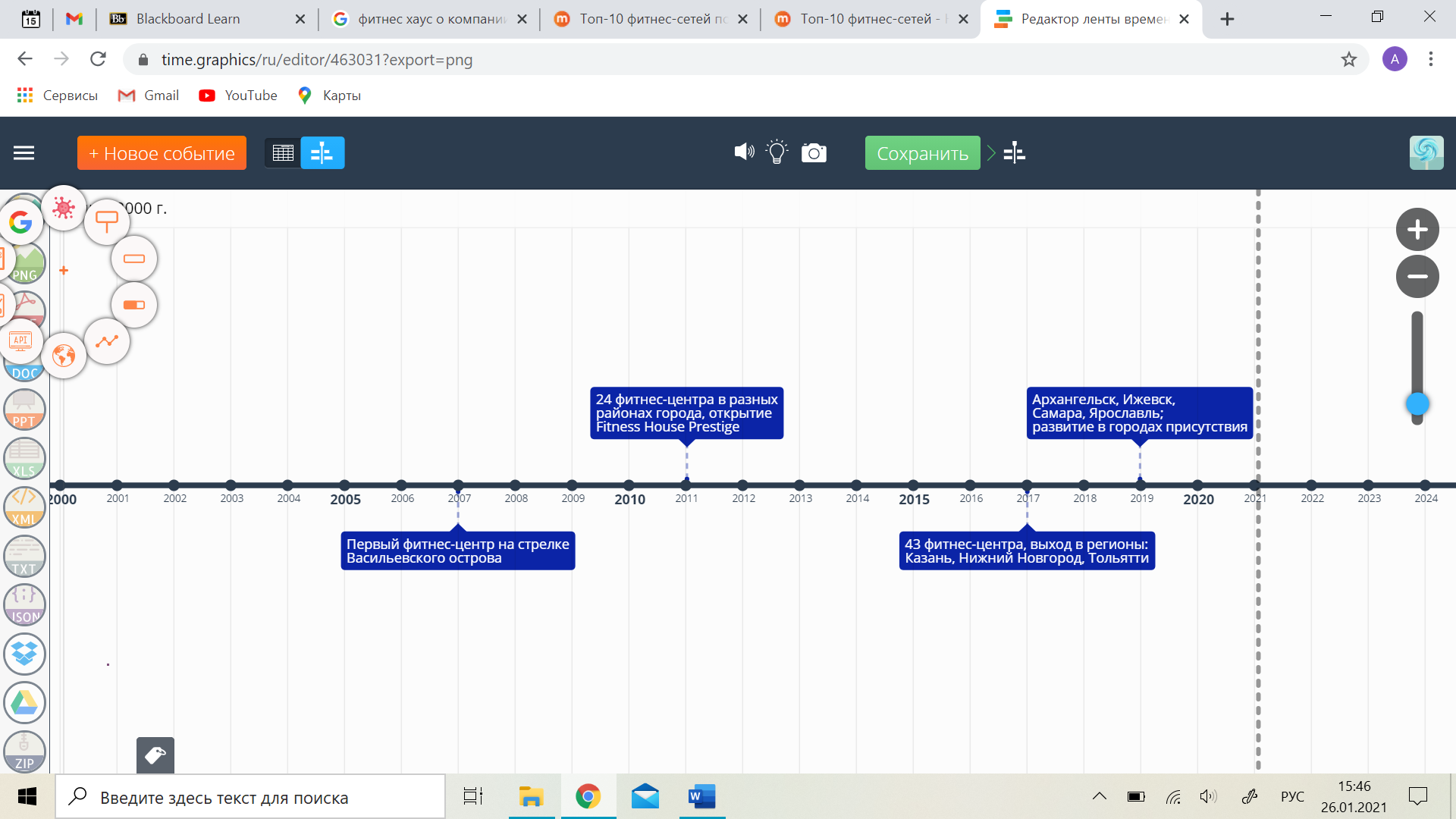
## 2.2 Анализ деятельности компании Fitness House в Санкт-Петербурге

Fitness House – сеть фитнес-центров, предоставляющая фитнес-услуги с 2007 года, основателем компании Fitness House является Алексей Фурсов, штаб квартира расположена в Санкт-Петербурге. В 2019 году выручка Fitness House составила 2,4 млрд рублей.[[46]](#footnote-46)

Первый фитнес-центр Fitness House открылся 30 июня 2007 г. на Стрелке Васильевского острова в центре Санкт-Петербурга. В этом же году открылись двери еще двух фитнес-центров: в Московском районе – на Пулковском шоссе, 35 и в Петроградском районе – на ул. Большая Разночинная, 25А. К 2011 году сеть состоит из 24 центров в разных районах города. В конце 2011 года открывается первый фитнес-центр премиум класса Fitness House Prestige в Петроградском районе, на ул. Барочная, 10/2Б.

На начало 2017 года сеть насчитывает 43 объекта, из них – 34 фитнес-центра с бассейном, 5 фитнес-центров без бассейна, 4 фитнес-центра премиум класса Fitness House Prestige. На стадии строительства находятся еще 4 объекта. Летом 2017 года открыты 3 фитнес-центра Fitness House в Невском районе, Калининском районе и в д. Кудрово Всеволожского района. Осенью 2017 года компания выходит на региональный уровень: открыты фитнес-центры в Нижнем Новгороде, Казани и Тольятти.

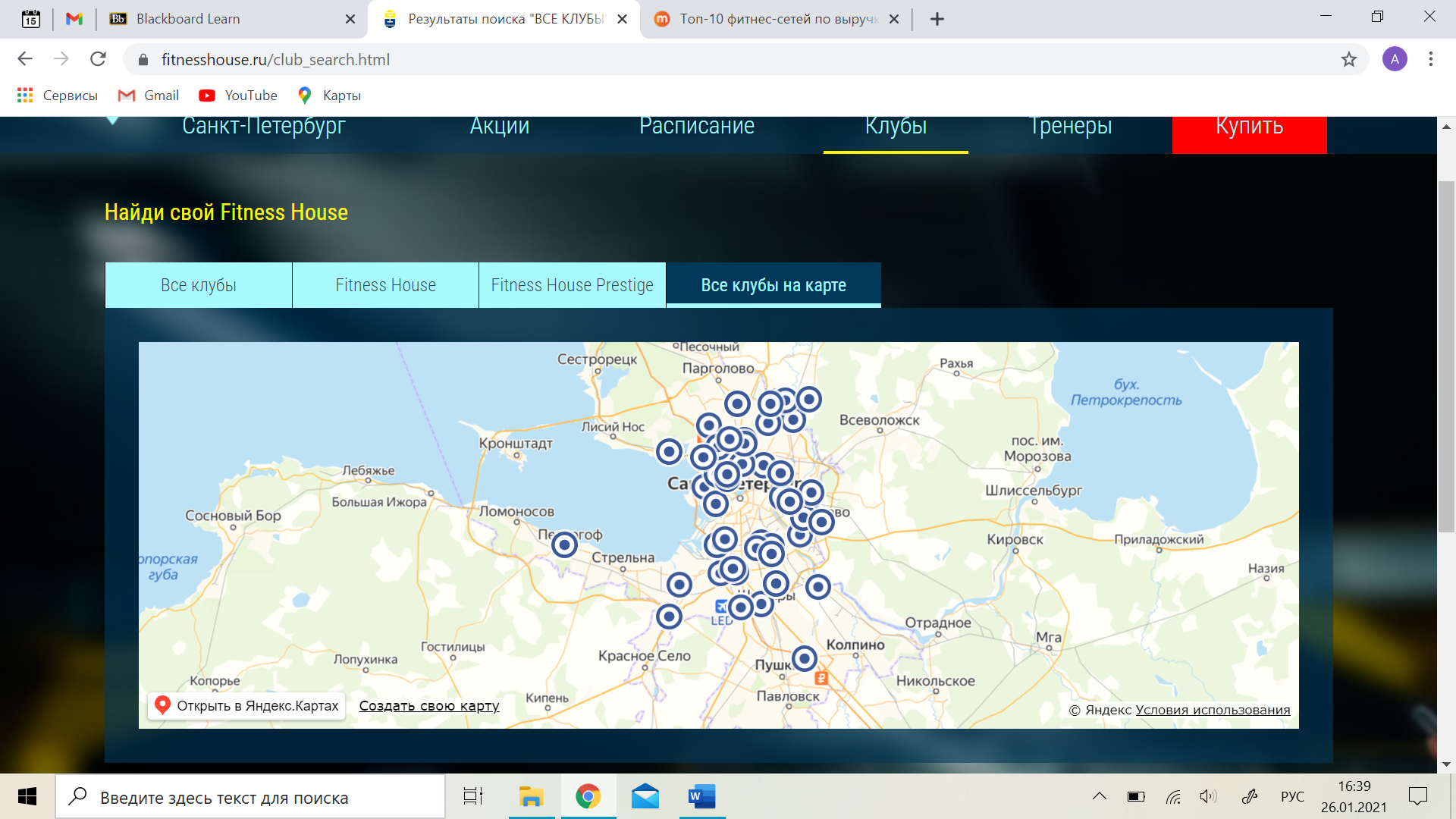
В 2018 года продолжалось активное строительство новых фитнес-клубов в регионах. Весной 2018 года состоялось открытие фитнес-центр в Казани. Зимой 2018 года открылся фитнес-центр в Ульяновске. Зимой 2019 года компания открывает фитнес-центры в Архангельске и Ижевске. Весной 2019 года состоялось открытие фитнес-центров в городах Самара и Ярославль. Таким образом, в регионах функционируют 10 фитнес-центров Fitness House. В Санкт-Петербурге строится первый фитнес-центр нового формата - Fitness House Premier.[[47]](#footnote-47) В перспективы компании входит выход в новые регионы и дальнейшее развитие развития сети Fitness House в городах присутствия.



**Рисунок 3.** Основные события развития сети фитнес-центров Fitness House

Составлено по информации с официального сайта Fitness House.

На сегодняшний день в Санкт-Петербурге насчитывается 49 фитнес-центров Fitness House в различных районах города, из них 44 фитнес-центра с бассейном и 5 фитнес-центров класса Fitness House Prestige. [[48]](#footnote-48)



**Рисунок 4.** Фитнес-центры Fitness House на карте Санкт-Петербурга

Для более детального анализа деятельности компании были проведены ряд глубинных интервью с руководителем корпоративного отдела продаж № 4 сети фитнес-центров Fitness House Яковлевой Верой Владимировной.

Сеть фитнес-центров Fitness House активно сотрудничает с организациями, у компании в Санкт-Петербурге 4 корпоративных центра, каждый из которых занимается корпоративными продажами. На сегодняшний день у компании Fitness House больше 10 тысяч клиентов, среди которых сотрудники компаний Аэрофлот и РЖД; сотрудники учреждений здравоохранения Санкт-Петербурга и Ленинградской области; сотрудники и студенты СПбГУ, СЗГМУ им. И.И. Мечникова, ПСПбГМУ им. И.П. Павлова; члены профсоюза сотрудников судостроения СудПроф; сотрудники автозаводов Nissan, Toyota, Hyundai. Также в числе корпоративных клиентов ряд индивидуальных предпринимателей: салоны красоты, организации общественного питания. Ежемесячно оформляется от 200 договоров в каждом корпоративном отделе компании Fitness House.

В числе корпоративных клиентов компании Санкт-Петербургским государственный университет. Обучающимся и сотрудникам Университета предоставлена возможность приобретать годовые абонементы в фитнес-центры сети Fitness House с корпоративной скидкой, которая варьируется в зависимости от категории клуба. Абонементы в фитнес-центр можно приобрести в корпоративном офисе при предъявлении действующего студенческого билета (для сотрудников – удостоверения) СПбГУ по адресу: г. Санкт-Петербург, наб. Выборгская д. 29 БЦ "Система" офис 218А (2 этаж).[[49]](#footnote-49) Основной период заключения договоров с клиентами от СПбГУ – с августа по октябрь. В это время заключается по 50-70 договоров ежемесячно, в остальные месяцы по 10-20 абонементов, в основном услугой пользуются студенты, заинтересованных ъ в приобретении абонемента сотрудников СПбГУ намного меньше.

В целях повышения спроса на услуги фитнеса для студентов и сотрудников СПбГУ обычно используются следующие маркетинговые меры:

* Раздача листовок по общежитиям СПбГУ;
* Холодные звонки с информированием об акциях и специальных предложениях;
* Рассылка объявления на корпоративную почту университета через службу по работе с молодежью.

По словам представителя компании, во время пандемии особенно пострадало именно корпоративное направление компании Fitness House. Первые 2 месяца компания не совсем понимала, как действовать, потому что ситуация была непредсказуемая и не было четкого плана действий. Некоторые торговые центры предоставляли арендные каникулы, с другими арендодателями приходилось вести переговоры на льготные каникулы либо отсрочку коммунальных платежей. Многие корпоративные клиенты (например, СПбГУ) работали дистанционно, из-за чего компания потеряла достаточно большое количество посетителей. Многие компании-корпоративные клиенты объявили о банкротстве.

Также представитель компании рассказала о том, что во время пандемии Fitness House запустил интернет-магазин с онлайн марафонами, куда были выведены сотрудники, которые давно работают в компании, с целью удержания клиентов и поддержки работников.

Что касается ситуации после открытия фитнес-центров (август 2020 года), то количество клиентов заметно снизилось. Например, Роспотребнадзор крайне не рекомендует посещать фитнес людям старше 65 лет в силу неблагоприятной эпидемиологической ситуации. Некоторые клиенты не смогли приобрести абонемент по финансовым причинам, часть посетителей опасается заразиться, а некоторым психологически неудобно заниматься в масках. Более того, пострадали контактные виды спорта, которые запрещены в силу отсутствия социальной дистанции, ограничены по количеству посетителей групповые направления. Поэтому, по словам представителя Fitness House, оборотов прошлых годов не стоит ждать.

Основными конкурентами компании являются сети фитнес-центров AlexFitness и World Class, которые присутствуют не только в Санкт-Петербурге, но также активно развивают и региональное направление. Онлайн-направление не может являться полной заменой фитнес-центру, хотя и составляет определенную конкуренцию. Это обусловлено тем, что фитнес-центр – это не только тренировки, это еще и атмосфера, сообщество единомышленников, возможность пообщаться.

Для того чтобы обобщить информацию о компании воспользуемся методикой SWOT-анализа.

***Таблица 3.*** *SWOT-анализ компании Fitness House*

|  |  |
| --- | --- |
| S–сильные стороны   * Широко развитая сеть (самое большое количество фитнес-центров в Санкт-Петербурге) * Сравнительно низкие цены на услуги * Присутствие в нескольких ценовых сегментах: премиум, эконом * Широкий спектр услуг (групповые направления, бассейн, боевые искусства, танцы и т.д.) * Развитое корпоративное сотрудничество | W–слабые стороны   * Высокая доля постоянных затрат в структуре издержек * Применение стратегии демпинга (наплыв клиентов другой социальной группы) * Узкий набор сопутствующих услуг в фитнес-центрах среднего сегмента |
| O–возможности   * Популяризация здорового образа жизни, усиление склонности к фитнесу, здоровому питанию * Усиление государственной поддержки отрасли * Технологический прогресс (частичный переход в онлайн) | T–угрозы   * Товары-заменители: домашние тренировки, онлайн-тренировки * Появление новых требований к сертификации фитнес-тренеров * Эпидемиологическая ситуация |

Предложено самостоятельно

SWOT-анализ показал, что сеть фитнес-центров Fitness House по сравнению с конкурентами выигрывает в таких вопросах как количество фитнес-центров в городе, по соотношению цена-качество и в рамках развитой сети партнерских отношений, тем не менее, применение стратегии демпинга и узкий набор сопутствующих услуг в фитнес-центрах среднего сегмента может заставить потенциальных клиентов сделать выбор в пользу конкурентов. Точками роста компании являются внедрение инноваций, совершенствование сервиса и расширение сопутствующих услуг фитнес-центров.

Современные социальные тренды и государственная поддержка отрасли благоприятствуют развитию компании, а технологических прогресс, с одной стороны, может оказать положительное влияние на деятельность компании, если компания внедрит в спектр услуг онлайн-тренировки и тем самым повысит спрос и снизит издержки, с другой стороны, частичных переход отрасли в онлайн увеличивает конкуренцию и дает возможность войти в отрасль большему числу игроков посредством снижения части входных барьеров.

## 2.3 Предпочтения студентов ВШМ СПбГУ относительно фитнес-услуг

На основе изученных исследований факторов здорового образа жизни студентов, а также с учетом проведенных глубинных интервью с представителем компании Fitness House была разработана анкета для студентов Высшей Школы Менеджмента СПбГУ. Целью исследования является разработка рекомендаций по совершенствованию корпоративного сотрудничества СПбГУ и сети фитнес-центров Fitness House.

Опрос был проведен в онлайн формате на площадке Google Формы.[[50]](#footnote-50) Вопросы анкеты включали несколько блоков: социально-демографические характеристики (пол, возраст, курс обучения, форма обучения, занятость студентов, место проживания, уровень дохода на одного члена семьи); вопросы, касающиеся отношения к спорту и физической активности; вопросы, касающиеся корпоративной программы Fitness House; мотивирующие и демотивирующие факторы приобретения корпоративного абонемента в Fitness House; вопросы, оценивающие влияние пандемии на физическую активность студентов и возможность предложить собственные рекомендации для развития корпоративного сотрудничества ВШМ СПбГУ и Fitness House. Опрос был размещен в беседах курсов студентов ВШМ ВКонтакте, а также разослан студентам по корпоративной почте.

*Социально-демографические характеристики*

В целом, было получено 166 ответов от респондентов, из них 30% ответов от респондентов-мужчин и 70% от респондентов-женщин.

Возраст респондентов варьируется от 17 лет до 33 лет, причем возрастная группа от 18 до 22 лет составляют 91% всех опрошенных.

Относительное большинство (37%) респондентов – учащиеся первого курса бакалавриата, 21% респондентов - учащиеся второго курса бакалавриата, 11% и 18% - студенты третьего и четвертого курса бакалаврских программ, 12% и 5% респондентов – магистранты первого и второго курса соответственно.

***Рисунок 5.*** *Состав респондентов по курсам обучения*

Абсолютное большинство респондентов не работает - 73%, 27% опрошенных студентов совмещают работу и учебу. За счет бюджетных средств обучается 65% опрошенных, на договорной основе – 35% опрошенных. В общежитии проживает только 35% респондентов, однако данный показатель может быть искажен в связи с дистанционным форматом обучения. Ответы на вопрос об уровне дохода показал, что 42% респондентов имеют доход свыше 50 тыс. рублей на одного члена семьи.

***Рисунок 6.*** *Уровень дохода на одного члена семьи*

*Отношение к спорту и здоровому образу жизни*

Рассмотрим отношение студентов ВШМ к спорту и здоровому образу жизни. Большая часть респондентов (68%) занимаются спортом несколько раз в месяц и чаще и только 32% опрошенных занимаются нерегулярно или не занимаются вообще, при этом абсолютное большинство респондентов (54%) занимаются спортом на регулярной основе - 2–3 раза в неделю и чаще, что в целом показывает высокую приобщенность студентов ВШМ к спорту.

***Рисунок 7.*** *Частота занятий спортом студентами ВШМ*

Абсолютное большинство опрошенных (58%) ведут здоровый образ жизни. В разрезе гендерного состава регулярно занимаются спортом 85% девушек и 60% молодых людей, при этом здоровый образ жизни ведут 62% девушек и 50% молодых людей.

Интересно, что студенты, которые совмещают учебу и работу, как правило, более спортивны: 82% респондентов занимаются регулярно спортом. Среди студентов, которые не работают, данный показатель составляет 57%. Это может быть связано с более высокой мобильностью студентов, которые успевают и учиться, и работать, и заниматься спортом.

Также важно отметить, что студенты с более высоким уровнем дохода на одного члена семьи более привержены к здоровому образу жизни. Более того, чем больше доход респондента, тем больше вероятность что у него есть абонемент в фитнес-центр. Данные зависимости статистически значимы. Это связано с тем, что при более низком уровне дохода человек стремиться удовлетворить свои физиологические потребности, а потребность в здоровом образе жизни, спорте относятся скорее к более высоким уровням потребностей (потребность в принадлежности, потребность в самовыражении).

На следующей диаграмме можно заметить, что чем больше уровень дохода на одного члена семьи респондента, тем больше вероятность, что он ведет здоровый образ жизни:

***Рисунок 8.*** *Соотношение респондентов по доходу и ЗОЖ*

На данной диаграмме можно заметить, что чем больше уровень дохода на одного члена семьи респондента, тем больше вероятность, что у него есть абонемент в фитнес-центр:

***Рисунок 9.*** *Соотношение респондентов по доходу и наличию абонемента в фитнес-центр*

На вопрос о вредных привычках 66% респондентов отметили, что есть аспекты, которые негативно влияют на их образ жизни (можно было выбрать несколько вариантов):

* 56% проблемы со сном;
* 46% потребление фаст-фуда;
* 30% отсутствие физических нагрузок;
* 28% алкоголь;
* 22% курение.

Большинство респондентов (88%) уверены, что занятия спортом положительно влияют на учебный процесс.

***Таблица 4.*** *Оценка респондентами влияния занятий спортом на учебный процесс*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Точно нет | Скорее нет | Не уверен | Скорее да | Точно да |
| 1 | 2 | 17 | 42 | 104 |

*Fitness House*

Абонемент в фитнес-центр есть у 50% респондентов, при этом Fitness House выбирают 24% респондентов.

***Рисунок 10.*** *Фитнес-центры, которые посещают респонденты*

На вопрос о том, знают ли респонденты о существовании корпоративной программы между СПбГУ ВШМ и сетью фитнес-центров Fitness House, респонденты ответили следующим образом: 68% опрошенных знают, 32% опрошенных не знают. При этом ситуация по курсам обучения следующая:

***Рисунок 11.*** *Осведомленность студентов ВШМ о корпоративном сотрудничестве СПбГУ с Fitness House*

На диаграмме видно, что большинство студентов 1 курса бакалавриата и магистратуры не знают о возможности приобретения абонемента в фитнес-центр с корпоративной скидкой, что также подтверждается комментариями студентов в рамках ответа на вопрос: «Каковы ваши рекомендации по улучшению корпоративной программы с сетью фитнес-центров Fitness House?», на который студенты ответили:

* «Освещать этот момент больше, ибо я об этом сотрудничестве узнал только из опроса»
* «Улучшить/изменить способы информационного оповещения студентов о существовании данной корпоративной программы»
* «Улучшить информирование о скидках и способе их получения. Непонятно, куда следует обращаться, чтобы узнать актуальную информацию»
* «Promote it more»

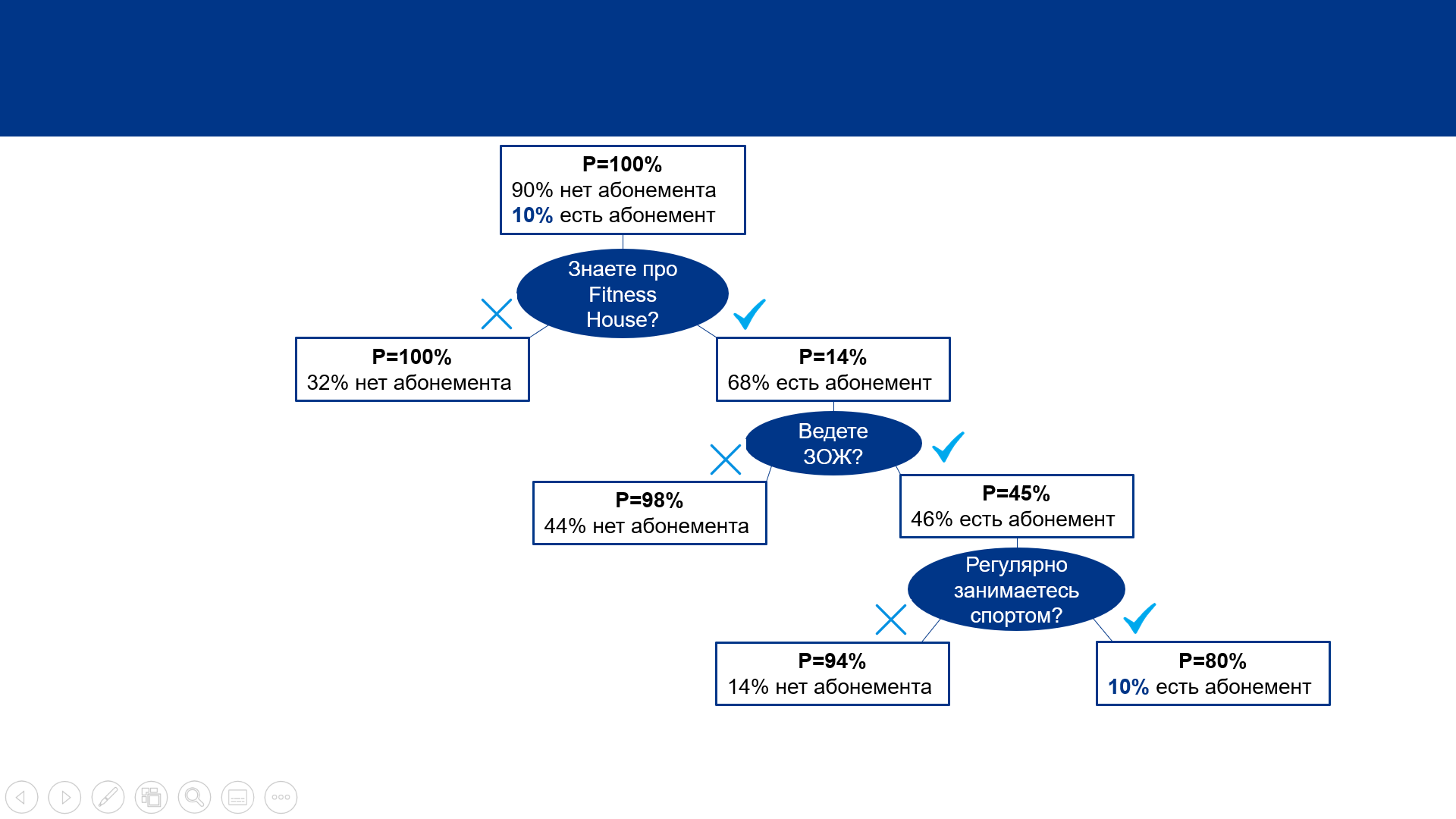
Проблема недостаточной информированности может быть связана с тем, что не все студенты читают корпоративную почту, по которой обычно приходят информационные письма. За последний учебный год на мою личную корпоративную почту письма с информацией о корпоративных абонементах в Fitness House приходили 3 раза: 28 августа (упоминание в письме с приглашением участия в мероприятиях), 24 ноября (рекламная акция) и 15 февраля (упоминание в письме с приглашением участия в мероприятиях).

*Дерево решений*

В настоящий момент только у 10% респондентов есть действующий абонемент в Fitness House. Охарактеризуем этих респондентов. Чаще всего этот фитнес клуб выбирают студенты второго 2 курса бакалавриата (30% опрошенных), среди остальных курсов данный показатель менее 10%. Что касается гендерного состава, то мужчины и женщины одинаково выбирают Fitness House – по 10% от каждой гендерной группы. Чаще всего абонемент в Fitness House имеют респонденты с доходом от 12 000 до 30 000 рублей на одного члена семьи (12% респондентов, в остальных группах по доходу показатель ниже 7%). В 14% случаев это студенты, обучающиеся на договорной основе, в 7% случае – на бюджетной основе. Респонденты, проживающие в общежитии и не проживающие в общежитии выбирают Fitness House с равной частотой – 10%. Больше абонементов в Fitness House у студентов, регулярно занимающихся физической активностью (16%) и ведущих здоровый образ жизни (15%).

Для того, чтобы классифицировать респондентов воспользуемся методом дерева решений. Для этого были отобраны переменные: отношение респондентов к спорту и физической активности, осведомленность о корпоративной программе и социально-демографические характеристики. Пользуясь этими данными, постараемся ответить на вопрос: от каких именно характеристик зависит, есть ли у студента корпоративный абонемент в Fitness House – есть ли здесь какие-либо статистические паттерны?

Применив процедуру дерева решений, получаем следующие результаты:



***Рисунок 12.*** *Дерево решений*

Итак, основным фактором, влияющим на наличие корпоративного абонемента в Fitness House, является осведомленность респондентов о наличии данной программы, что представляется логичным. Так, если респондент ни разу не слышал о возможности приобретения абонемента в Fitness House с корпоративной скидкой, то с вероятностью 100% у этого респондента абонемента в Fitness House нет: таких респондентов в наборе данных 32%.

Второй определяющий фактор – это здоровый образ жизни. Если респондент знает о наличии корпоративной программ, но не ведет здоровый образ жизни, то с вероятностью 98% у этого респондента нет корпоративного абонемента в Fitness House, и таких респондентов 44%.

Третьим по важности критерием является частота занятий спортом среди респондентов: если респондент (который осведомлен о корпоративной программе и ведет здоровый образ жизни) занимается спортом не регулярно или не занимается вообще, то с вероятностью 94% этот человек не имеет корпоративного абонемента в фитнес-центр, таких респондентов 14%. Наоборот, если респондент занимается спортом более-менее регулярно (как минимум несколько раз в месяц и чаще), то с вероятность 80% у респондента есть корпоративный абонемент в фитнес-центр Fitness House: таких респондентов 10%.

Таким образом, классификация респондентов путем метода дерева решений показала, что потенциальные клиенты корпоративной программы – это студенты, в первую очередь, осведомленные о существовании данной программы, которые ведут здоровый образ жизни и регулярно занимаются спортом.

Что касается наличия классификационных ошибок, то дерево решений смогло точно распределить 93% наблюдений, что является неплохим результатом.

На вопрос о том, на какой срок респонденты предпочли бы приобрести корпоративный абонемент в Fitness House, большинство респондентов (54%) высказались за абонементы сроком 1 год.

***Рисунок 13.*** *Предпочтения респондентов относительно срока абонемента*

Причем в разрезе по курсам обучения, в каждой группе респондентов фаворитом является также абонемент сроком 1 год. Также было интересно проверить какой срок абонемента выберут те или иные группы в разрезе по доходу, так как одной из гипотез исследования является то, что часть студентов с более низким уровнем дохода на одного члена семьи не пользуется услугой корпоративного фитнеса в связи с продажей только годовых корпоративных абонементов. Однако это не совсем так: в группе респондентов с наименьшим доходом (менее 12 тысяч рублем) за годовой абонемент высказались 50% респондентов (остальные 50% выбрали полугодовой абонемент), во всех остальных группах респондентов по доходу годовой абонемент выбрали абсолютное большинство респондентов.

Большинство респондентов (61%) ответили, что рядом с их домом есть удобный по расположению фитнес-центр Fitness House. Причем это касается как ребят, которые живут в общежитии, так и остальных респондентов.

***Рисунок 14.*** *Наличие удобного по расположению фитнес-центра Fitness House*

На вопрос о том, какой способ приобретения корпоративного абонемента предпочли бы респонденты, 89% респондентов решили, что им было бы удобнее приобретать корпоративный абонемент онлайн.

*Влияние пандемии*

Для того, чтобы оценить, в каком направлении пандемия коронавируса повлияла на посещение студентами фитнес-центров, им было предложено оценить, на сколько они согласны с утверждениями: «До пандемии я регулярно посещал фитнес-центр» и «После открытия фитнес-центров я продолжаю регулярно его посещать». Гипотезой в данном случае является негативное влияние пандемии на посещение фитнес-центров.

***Рисунок 15.*** *Влияние пандемии на посещение фитнес-центров студентами ВШМ*

На диаграмме видно, что процент респондентов, которые регулярно посещали фитнес-центр, значительно снизился после пандемии. Если зимой 2020 года более половины опрошенных регулярно посещали фитнес-центр (55%), то в сентябре 2021 года этот показатель упал до 39%. Этот тренд объясняется ограничительными мерами COVID-19 и опасениями самих опрошенных.

Также студентам предлагалось оценить, в какой степени перевод занятий в онлайн-формат сказались на их физической активности, так как здесь может быть спорный вопрос. С одной стороны, дистанционный формат мог положительно сказаться на физической активности студентов, так как сократились трансакционные издержки - время на транспорт, которое теперь можно потратить на тренировку дома. С другой стороны, с перевод занятий в онлайн-формат и закрытием фитнес-центров, бассейнов и прочих объектов спортивной инфраструктуры, наоборот, может пропасть мотивация заниматься спортом. Опрос показал, что большинство респондентов (58%) отметили негативное влияние дистанционного обучения на их физическую активность, только треть респондентов (33%) смогли использовать формат онлайн-обучения, чтобы подтянуть свою физическую форму.

***Рисунок 16.*** *Влияние онлайн-обучения на физическую активность студентов*

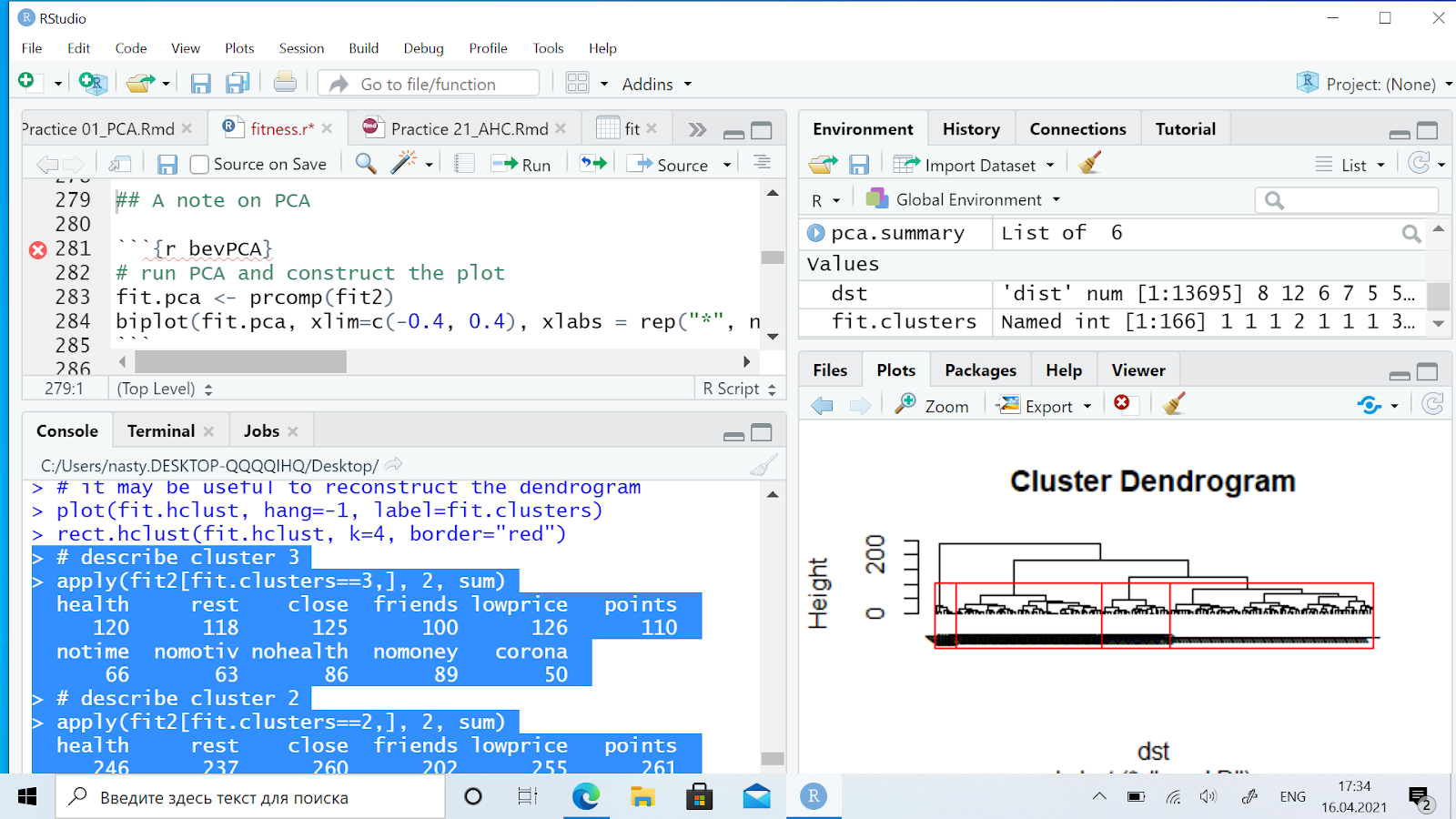
Интересно, что в разрезе по гендерному составу регулярно заниматься спортом в период онлайн-обучения больше получилось у девушек, чем у молодых людей (40% девушек и 32% студентов-мужчин).

*Кластерный анализ*

Обратимся к факторам, которые могут мотивировать или демотивировать студентов ВШМ приобрести корпоративный абонемент в фитнес-центр Fitness House. Группируем респондентов с аналогичными мотивами приобретения абонемента. Используем ward method и функцию NbClust, получаем наилучшее разбиение на 4 кластера согласно правилу большинства и визуальному анализу:

***Таблица 5.*** *Кластерный анализ факторов мотивации и демотивации студентов*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Кластер 1 | Кластер 2 | Кластер 3 | Кластер 4 |
| 46% | 33% | 16% | 5% |



***Рисунок 17.*** *Кластерная дендрограмма*

В первый кластер попали 77 респондентов, для которых основным фактором мотивации служит снижение цен на абонементы, а фактором демотивации – нехватка денежных средств. Студенты с более низким доходом на одного члена семьи, как правило, имеют меньше возможности приобрести годовой абонемент в фитнес-центр. В данном случае студентов, которые не приобретают корпоративный абонемент в фитнес-центр из-за нехватки денежных средств, можно замотивировать, например, путем предоставления рассрочек на покупку годового абонемента или предоставить возможность приобрести абонемент на более короткий промежуток времени (6 месяцев). Интересно, что в этом кластере относительное большинство респондентов – 46%. Условно назовем фактор стимулирования занятий фитнесом для этого кластера «Фитнес — это не дорого».

Во втором кластере 55 респондентов, основным фактором мотивации для них является получение баллов по физической культуре, основным фактором демотивации – нехватка свободного времени. Это значит, что респонденты, которые не ходят в фитнес-центр из-за отсутствия свободного времени, могут изменить свое мнение, если будут уверены, что поход в фитнес-центр является закрепленной альтернативой посещению университетских занятий по физической культуре. Условно назовем фактор стимулирования занятий фитнесом для этого кластера «Фитнес — достойная альтернатива физкультуре».

Третий кластер включает 26 респондентов, главными факторами мотивации приобретения абонемента в фитнес-центр в нем являются укрепление здоровья и способ отдохнуть от учебы, демотивации – недостаток мотивации. Это означает, что респондентов, которые не ходят в фитнес-центр из-за отсутствия мотивации, можно стимулировать путем информирования о положительных эффектах для здоровья от посещения фитнес-центра, а также таким респондентам стоит поискать активность «по душе», это может быть разные групповые направления (йога, пилатес, бокс, танцы), которые как раз включены в стоимость корпоративного абонемента. Условно назовем фактор стимулирования занятий фитнесом для этого кластера «Сделай спорт своим хобби».

Четвертый кластер респондентов включает 8 человек. Хотя это 5% от всех опрошенных, этот кластер отличается от остальных: стимулирующим фактором приобретения абонемента в фитнес-центр является совместное посещение с друзьями, а фактором демотивации - опасения, связанные с коронавирусной инфекцией. Значит, респондентов, которые не посещают фитнес-центр или откладывают приобретение корпоративного абонемента из-за коронавирусной инфекции, однако хотят посещать фитнес-центр с друзьями, можно стимулировать путем предоставления акции «1+1». Условно назовем фактор стимулирования занятий фитнесом для этого кластера «Приведи друга».

Также в этом опросе студентам ВШМ предлагалась самостоятельно предложить рекомендации по улучшению корпоративной программы с сетью фитнес-центров Fitness House. Респонденты предложили следующие рекомендации:

* Совершенствовать способы информационного оповещения студентов о существовании данной корпоративной программы
* Добавить разовые студенческие абонементы и абонементы на количество посещений
* Проводить совместные спортивные мероприятия
* Расширить перечень клубов Fitness House, участвующих в программе
* Возможность перехода с имеющегося абонемента на корпоративный

## 2.4 Предпочтения студентов ВУЗов Санкт-Петербурга относительно фитнес-услуг

На основе изученных исследований факторов здорового образа жизни студентов была разработана анкета для студентов ВУЗов Санкт-Петербурга. Целью исследования является разработка рекомендаций для фитнес-центров и органов государственной власти по повышению вовлеченности студентов Санкт-Петербурга в занятия фитнесом.

Опрос был проведен в онлайн формате на площадке Google Формы.[[51]](#footnote-51) Структура опроса включала: социально-демографические характеристики (пол, возраст, курс обучения, форма обучения, занятость студентов, место проживания, уровень дохода на одного члена семьи); вопросы, касающиеся отношения к спорту и физической активности; мотивирующие и демотивирующие факторы приобретения абонемента в фитнес-центр; вопросы, оценивающие влияние пандемии на физическую активность студентов и возможность предложить собственные рекомендации по вовлечению студентов в занятия фитнесом. Опрос был размещен в группах социальной сети ВКонтакте, объединяющих студентов университетов Санкт-Петербурга.

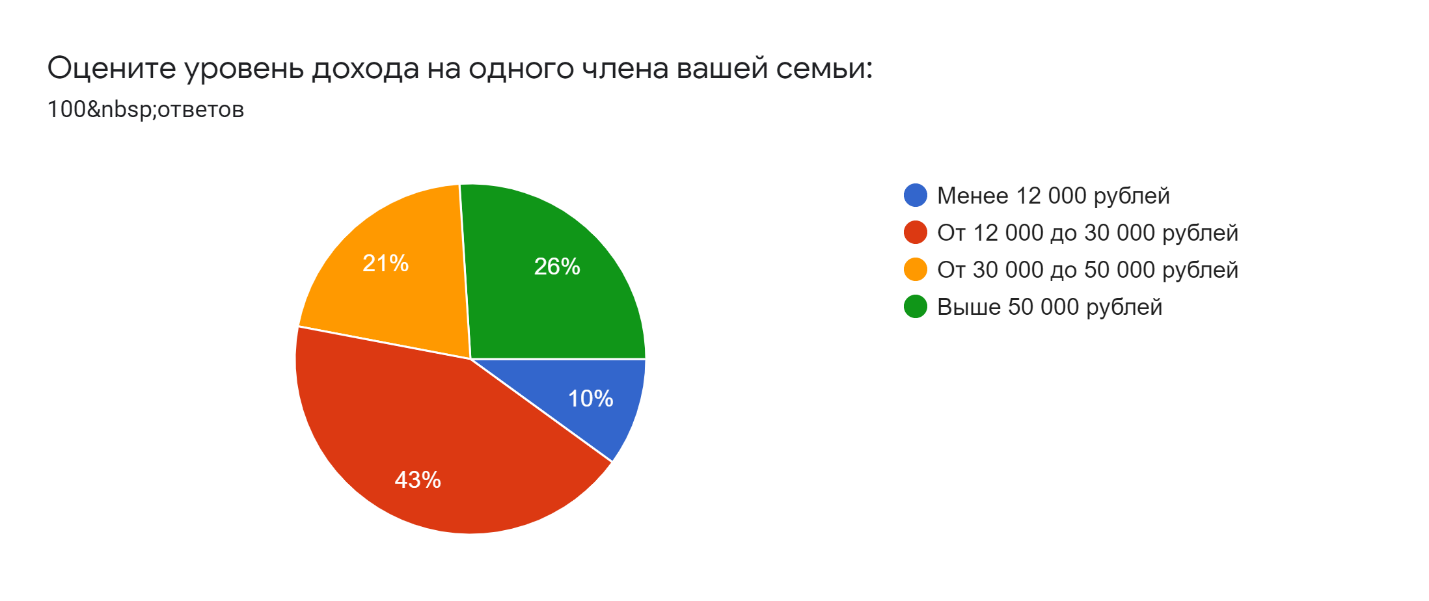
*Социально-демографические характеристики*

Опрос прошли 155 респондентов, из которых 40% респондентов-мужчин и 60% респондентов-женщин. Возраст респондентов варьируется от 17 до 23 лет, причем 57% опрошенных – респонденты в возрасте 18 лет.

Что касается распределения респондентов по курсам обучения, то большинство опрошенных (74%) – студенты 1 курса бакалавриата.

***Рисунок 18.*** *Количество респондентов по курсам обучения*

Большинство опрошенных (83%) обучаются за счет бюджетных средств, не работают (61%), не проживают в общежитии (59%). Относительное большинство респондентов (43%) имеют доход на одного члена семьи от 12 000 до 30 000 тысяч рублей.



***Рисунок 19.*** *Количество респондентов по доходу на одного члена семьи*

*Отношение к спорту и здоровому образу жизни*

Рассмотрим отношение студентов Санкт-Петербурга к спорту и здоровому образу жизни. Большая часть респондентов (79%) занимаются спортом несколько раз в месяц и чаще и только 21% опрошенных занимаются нерегулярно или не занимаются вообще, при этом абсолютное большинство респондентов (65%) занимаются спортом на регулярной основе - 2–3 раза в неделю и чаще. На следующей диаграмме представлена частота занятий спортом студентами Санкт-Петербурга.



***Рисунок 20.*** *Частота занятий спортом студентами Санкт-Петербурга*

Абсолютное большинство опрошенных (69%) ведут здоровый образ жизни. В разрезе гендерного состава регулярно занимаются спортом 88% девушек и 65% молодых людей, при этом здоровый образ жизни ведут 67% девушек и 55% молодых людей. В целом, по средним значениям приверженности спорту и здоровому образу жизни в двух выборках (студенты ВШМ и студенты Санкт-Петербурга) статистических различий не наблюдается.

Важно отметить, что положительная зависимость дохода и приверженности к спорту и здоровому образу жизни наблюдается и в этой выборке: респонденты с более высоким уровнем дохода на одного члена семьи более привержены к здоровому образу жизни. Более того, чем больше доход респондента, тем больше вероятность что у него есть абонемент в фитнес-центр. Данные зависимости также статистически значимы.

На следующей диаграмме можно заметить, что чем больше уровень дохода на одного члена семьи респондента, тем больше вероятность, что он ведет здоровый образ жизни:

***Рисунок 21.*** *Соотношение респондентов по доходу и ЗОЖ*

На данной диаграмме можно заметить, что чем больше уровень дохода на одного члена семьи респондента, тем больше вероятность, что у него есть абонемент в фитнес-центр:

***Рисунок 22.*** *Соотношение респондентов по доходу и наличию абонемента в фитнес-центр*

Абонемент в фитнес-центр имеют 25% респондентов, из них 9% выбирают Fitness House, 5% - Sportlife, 4% - AlexFitness, остальные 7% назвали такие фитнес-центры, как A-Fitness, Fitfashion, Fitness Zona, Hit fitness, Metro Fitness, Fitness Family и Word Class.

На вопрос о вредных привычках 61% респондентов отметили, что есть аспекты, которые негативно влияют на их образ жизни (можно было выбрать несколько вариантов):

* 65% проблемы со сном;
* 57% потребление фаст-фуда;
* 33% отсутствие физических нагрузок;
* 21% алкоголь;
* 21% курение.

Большинство респондентов (86%) уверены, что занятия спортом положительно влияют на учебный процесс.

***Таблица 6.*** *Оценка респондентами влияния занятий спортом на учебный процесс*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Точно нет | Скорее нет | Не уверен | Скорее да | Точно да |
| 3% | 1% | 20% | 23% | 53% |

*Влияние пандемии*

Посмотрим, в каком направлении пандемия COVID-19 повлияла на вовлеченность студентов Санкт-Петербурга в фитнес. Студентам предлагалось выразить согласие или не согласие со следующими высказываниями: «До пандемии я регулярно посещал фитнес-центр» и «После открытия фитнес-центров я продолжаю регулярно его посещать». Ранее было выяснено, что на вовлеченность студентов ВШМ СПбГУ в фитнес пандемия повлияла негативно, проверим, подтвердится ли данная гипотеза для студентов других университетов.

***Рисунок 23.*** *Влияние пандемии на посещение фитнес-центров студентами Санкт-Петербурга*

На диаграмме видно, что процент респондентов, которые регулярно посещали фитнес-центр, снизился после пандемии. Если зимой 2020 года 48% опрошенных регулярно посещали фитнес-центр, то в сентябре 2021 года этот показатель упал до 37%. Таким образом, негативный тренд посещаемости фитнес-центров в связи с пандемией статистически подтвердился и студентами других университетов.

Проверим теперь, как дистанционный формат обучения повлиял на физическую активность студентов. Более ранний анализ показал, что для студентов ВШМ перевод занятий в онлайн стал препятствием на пути поддержания формы в период пандемии.

***Рисунок 24.*** *Влияние онлайн-обучения на физическую активность студентов*

Опрос показал, что относительное большинство респондентов (24%) отметили позитивное влияние пандемии на свою физическую активность, тем не менее 43% респондентов отметили скорее негативное и точно негативное влияние дистанционного обучения на их физическую активность.

Также в опросе студентам ВУЗов Санкт-Петербурга предлагалась самостоятельно предложить рекомендации по вовлечению студентов в занятия фитнесом. Респонденты предложили следующие рекомендации:

* Предоставление корпоративных скидок на абонементы в фитнес-центр
* Предлагать студентам больше современных направлений: йога, боди-балет, хип-хоп, пилатест, пинг понг
* Распространять информацию о спортивных секциях в университете и корпоративных скидках в фитнес-центры
* Проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия

В заключение обобщим результаты анализов двух выборок: студентов ВШМ СПбГУ и студентов остальных ВУЗов Санкт-Петербурга.

Студенты двух выборок стремятся вести здоровый образ жизни и регулярно заниматься спортом, уровень вовлеченности в спорт превышает 50% в обеих группах респондентов, при этом по средним значениям приверженности спорту и здоровому образу жизни в двух выборках (студенты ВШМ и студенты Санкт-Петербурга) статистических различий не наблюдается.

Тем не менее, респонденты отмечают, что есть факторы, негативно влияющие на образ жизни студентов, для данного исследования представляет интерес фактор «недостаток физических нагрузок»: 33% студентов Санкт-Петербурга и 30% студентов ВШМ отметили эту проблему.

Фитнес-центры посещают 25% респондентов ВУЗов Санкт-Петербурга и 50% студентов ВШМ, при этом половина из них – абонементы с корпоративной скидкой в фитнес-центры Fitness House. Таким образом, уровень вовлеченности в фитнес среди студентов ВШМ в два раза выше, чем студентов остальных ВУЗов благодаря корпоративному сотрудничеству университета с сетью фитнес-центров.

Основными барьерами для посещения студентами фитнес-центров являются: недостаток денежных средств, нехватка свободного времени, отсутствие мотивации и озабоченность по поводу COVID-19

Как показал анализ, чем больше уровень дохода респондента, тем больше вероятность, что он ведет здоровый образ жизни и посещает фитнес-центр, причем данная зависимость оказалась статистически значимой в двух выборках.

Более 85% респондентов в двух выборках уверены, что занятия спортом положительно влияют на учебный процесс.

Пандемия COVID-19 негативно повлияла на посещаемость студентами фитнес-центров: процент респондентов, посещающих фитнес-центры, снизился в двух выборках. Перевод занятий в онлайн-формат также негативно сказался на физической активности респондентов в двух выборках.

Респонденты двух выборок отметили недостаток информированности о спортивных секциях и корпоративных предложениях в университетах.

## 2.5 Рекомендации по повышению вовлеченности студентов в занятия фитнесом

Опираясь на проведенный анализ, сформулируем рекомендации, направленные на вовлечение студентов Санкт-Петербурга в занятия фитнесом, для отдельных групп стейкхолдеров: фитнес-центров, университетов и органов государственной власти Санкт-Петербурга.

Итак, необходимость вовлечения студентов в занятия фитнесом обусловлена особенностями образа жизни студентов, выраженными в повышенной учебной нагрузке, нарушениями в режиме питания, сна и отдыха, повышенным уровнем стресса, недостатком физической активности в течение дня.

Органы власти как на федеральном уровне, так и на уровне Санкт-Петербурга также заинтересованы в вовлечении студентов в спорт. В концепции развития студенческого спорта поставлена цель увеличения доли студентов, регулярно занимающихся физической культурой и спортом до 90 % к 2025 году, а одна из целей регионального проекта Санкт-Петербурга «Спорт - норма жизни» доведение к 2024 году до 55% доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

*Рекомендации для университетов*

Опрос студентов Санкт-Петербурга показал, что большинство студентов стремится вести здоровый образ жизни, однако есть факторы, негативно влияющие на их образ жизни, среди которых: отсутствие регулярной физической активности. В то же время в разделе рекомендаций большинство студентов высказались, что стимулировать их регулярно заниматься спортом можно путем предоставления скидок в фитнес-центры города. Именно поэтому первой рекомендацией для университетов является заключение договоров о корпоративном сотрудничестве с фитнес-центрами, расположенными вблизи университета или общежитий, с целью привлечения студентов к занятиям фитнесом с корпоративной скидкой от университета. Выгодами такого сотрудничества служит постоянный поток клиентов для фитнес-центра в лице студентов, для университета: повышение имиджа организации в глазах студентов, повышение лояльности студентов и сотрудников университета, которые также могут воспользоваться корпоративной скидкой на фитнес, приобретение конкурентного преимущества, ценного для абитуриентов. Также преимуществом данного сотрудничества является тот факт, что не все университеты располагают разнообразными объектами спортивной инфраструктуры, которые могут предложить студентам для занятий спортом, поэтому корпоративное сотрудничество с фитнес-центром позволит студентам выбрать наиболее предпочтительную активность для себя в силу того, что фитнес-центр предоставляет разный спектр услуг (тренажерный зал, групповые направления, танцы, боевые искусства, бассейн).

Кроме того, фитнес-центры предлагают не только стандартные спортивные направления, но также и современные групповые направления, такие как пилатес, йога, различные танцевальные занятия. Как показал анализ опроса, студентам хотелось бы больше уделять времени на поддержание физической активности, однако отдельно выделить время вне учебных занятий на это затруднительно. Поэтому если бы посещение фитнес-центра рассматривалось университетом как альтернатива занятиям физической культуры в ВУЗе, то студенты были бы более активны. Анализ подтвердил, что в университете с развитым корпоративным сотрудничеством студенты более удовлетворены своим образом жизни и уровнем физической активности.

*Рекомендации для фитнес-центров*

Классификация респондентов путем метода дерева решений показала, что целевая аудитория корпоративной программы – это студенты, осведомленные о существовании данной программы, которые ведут здоровый образ жизни и регулярно занимаются спортом. Ведет здоровый образ жизни и регулярно занимается спортом абсолютное большинство респондентов, однако есть значительная часть студентов, не осведомленных о корпоративной программе с Fitness House. Значит, повысить процент приобретения корпоративных абонементов можно путем повышения уровня информированности студентов о программе.

Проведенный анализ показал, что большая часть студентов первых курсов бакалавриата и магистратуры ВШМ СПбГУ не знает о существовании корпоративной программы с сетью фитнес-центров Fitness House, поэтому рекомендацией в данном случае является улучшение качества информированности студентов о возможностях приобретения абонемента с корпоративной скидкой. Для этого стоит повысить частоту рассылок информационных писем: ежемесячные рассылки для всех курсов, специальная рассылка письма для студентов первых курсов, информирование о скидках и акциях (предновогодние, сезонные, «подготовка к лету»). Также можно приглашать представителя компании на приветственную встречу первокурсников, где представитель расскажет студентам о программе, условиях, о фитнес-центрах, входящих в программу сотрудничества и оставит контакты корпоративного отдела, занимающегося оформлением абонементов, так как анализ показал, что респонденты не знают, куда обращаться, чтобы узнать актуальную информацию о корпоративных абонементах.

Более того, информирование студентов о сотрудничестве можно повысить путем проведения совместных мероприятий, а также приглашение представителей компании Fitness House на внутриуниверситетские мероприятия, такие как GSOM Family Day, Management Career Week, GSOM Bumper Day, в качестве гостей, спикеров или участников. Также возможно сотрудничество университета и фитнес-центров при приведении студенческих спортивных соревнований на базе фитнес-центров (командные виды спорта, армрестлинг, плавание).

Исходя из анализа факторов мотивации и демотивации приобретения корпоративного абонемента, можно говорить о том, что ключевыми барьерами являются: недостаток денежных средств, нехватка свободного времени, отсутствие мотивации и озабоченность по поводу COVID-19.

Таким образом, студентов можно стимулировать приобрести корпоративный абонемент в фитнес-центр комплексом мер. Во-первых, предоставлением рассрочек на покупку годового абонемента или предоставлением возможности приобрести абонемент на более короткий промежуток времени (6 месяцев), это особенно актуально для студентов с более низким уровнем дохода.

Как было выяснено ранее, студенты, утверждающие, что у них нет времени на посещение фитнес-центра, могут изменить свое мнение, если будут уверены, что поход в фитнес-центр является закрепленной альтернативой посещению университетских занятий по физической культуре.

В тоже время повысить мотивацию студентов к посещению фитнес-центров можно путем информирования о положительных эффектах для здоровья от посещения фитнес-центра, например, включить данную информацию в рассылку по корпоративной почте, а также информировать студентов о том, что в стоимость корпоративного абонемента входит не только посещение тренажерного зала, но также и разнообразные групповые направления (йога, пилатес, танцы), чтобы студенты смогли выбрать активность по душе и рассматривали фитнес в качестве хобби.

В силу того, что ограничительные меры в фитнес-центрах в связи с пандемией негативно повлияли на посещаемость студентами фитнеса (процент респондентов, которые регулярно посещали фитнес-центр, снизился после пандемии), респондентов, которые не посещают фитнес-центр или откладывают приобретение корпоративного абонемента из-за коронавирусной инфекции, однако хотят посещать фитнес-центр с друзьями, можно стимулировать путем предоставления акции «1+1» или «Приведи друга».

*Для органов государственной власти*

Развитие массового студенческого спорта входит в полномочия субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта, поэтому в данной работе предложены рекомендации для Комитета по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга.

Анализ выявил, что рынок фитнес-услуг нуждается в государственном регулировании в силу наличия рыночных провалов, более того, фитнес обеспечивает положительное влияние на социально-экономическое развитие общества, поэтому государство совместно с фитнес-центрами заинтересовано в повышении доступности и качества фитнес-услуг для всех слоев населения. Рассмотрение международного опыта показало, что тесное сотрудничество органов власти и фитнес-сообщества положительно сказывается на уровне вовлеченности студентов в занятия фитнесом, рекомендацией является приглашение представителей фитнес-центров города к разработке Государственной программы Санкт-Петербурга «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге» совместно с Комитетом по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга.

Данная практика находит отражение в опыте Германии, где стратегия развития массового спорта разрабатывается путем тесной взаимосвязи спортивных организаций Германии на разных уровнях и правительства Германии на национальном, земельном и местном уровнях. Так, гражданам возможность заниматься спортом на спортивном объекте, находящемся в пределах пешей доступности и по разумной цене путем сотрудничества правительства со спортивными организациями.

Более того, представителей фитнес-центров города можно привлечь в качестве заинтересованной стороны регионального проекта Санкт-Петербурга «Спорт - норма жизни», целью которого является доведение к 2024 году до 55% доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом. На базе фитнес-центров можно проводить спортивные соревнования городского и районного уровней, опираясь на материально-техническую оснащенность фитнес-центров, реализовывать мероприятия по внедрению и пропаганде Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), а также проводить совместные физкультурные мероприятия, направленные на популяризацию и распространение массового спорта, например, массовые тренировки на свежем воздухе в теплое время года.

Приглашение представителей фитнес-центров города к разработке Государственной программы Санкт-Петербурга и к участию в региональном проекте «Спорт - норма жизни» – это взаимовыгодная мера, так как органы власти Санкт-Петербурга сотрудничают с фитнес-центрами в целях решения общей проблемы: привлечение населения к занятиям спортом и фитнесом, а фитнес-центры тем самым популяризируют свои услуги и расширяют круг своих потенциальных клиентов.

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результаты аналитического обзора исследований факторов здорового образа жизни было выявлено, что физическая активность является важнейшей составляющей при изучении здорового образа жизни студентов, более того, студентам необходимо повышать уровень физической активности в связи с особенностями образа жизни, выраженными в повышенной учебной нагрузке, нарушениями в режиме питания, сна и отдыха, повышенным уровнем стресса.

Анализ нормативно-правовой базы студенческого спорта выявил, что на федеральном уровне Конституция закрепляет необходимость укрепления здоровья и развития спорта, ФЗ «О физической культуре и спорте» служит основой законодательства в сфере спорта и закрепляет, что вопросы массового студенческого спорта являются полномочиями в области физической культуры и спорта субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления. Концепцией развития студенческого спорта поставлена цель увеличить долю студентов, регулярно занимающихся физической культурой и спортом, до 90% к 2025 году. На уровне Санкт-Петербурга Стратегия экономического и социального развития Санкт‑Петербурга на период до 2030 года поставлена цель достигнуть 50% уровня вовлечения жителей Санкт-Петербурга в систематические занятия физической культурой и спортом, а региональный проект Санкт-Петербурга «Спорт - норма жизни» направлен на доведение к 2024 году до 55% доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

В настоящий момент широко популяризированным способом формирования и поддержания физического развития человека, улучшение здоровья являются занятия фитнесом. Микроэкономический анализ показал, что фитнес обеспечивает положительное влияние на социально-экономическое развитие общества через повышения физического здоровья населения.

По результатам рассмотрения правового регулирование сферы фитнес-услуг, можно заключить, что законодательство в сфере фитнес индустрии в последние годы обновляется, разрабатываются законопроекты, направленные на повышение вовлеченности граждан в спорт: внесение поправок в ФЗ «О физической культуре» в 2019 году, подписание закона о социальном налоговом вычете на фитнес-услуги в 2021 году, что подтверждает актуальность исследования.

Микроэкономический анализ рынка фитнес услуг Санкт-Петербурга показал, что на данном рынке наблюдается олигополия, потому что на рынке доминируют несколько крупных игроков - известные сети фитнес-центров, а вход в отрасль для новых фитнес-клубов ограничен барьерами, связанными с эффектом масштаба. Один из крупнейших игроков на рынке фитнес-услуг Санкт-Петербурга – компания Fitness House. Посредством анализа деятельности компании и ряда глубинных интервью с представителем компании был составлен SWOT-анализ компании, определены сильные и слабые стороны компании по отношению к конкурентам и выявлены точки роста компании на основании PESTEL-анализа отрасли фитнес-услуг в городе Санкт-Петербург.

Для того, чтобы выявить предпочтения студентов относительно фитнес-услуг, а также разработать рекомендации по вовлечению студентов в фитнес был разработан опрос, суммарно его прошли 321 респондент, из которых 166 студентов ВШМ СПбГУ и 155 студентов других ВУЗов Санкт-Петербурга. Данные обработаны с помощью эконометрического анализа методами кластерного анализа и дерева решений.

Анализ данных показал, что большинство студентов стремится вести здоровый образ жизни, однако ввиду учебной загруженности зачастую не успевают регулярно заниматься спортом. Исследование доказало, что стимулировать студентов регулярно заниматься спортом можно путем предоставления скидок в фитнес-центры города. Анализ также выявил необходимость совершенствовать систему информирования о спортивных секциях в университете и корпоративных скидках в фитнес-центры. Кластерный анализ факторов мотивации и демотивации показал, что ключевыми барьерами являются: недостаток денежных средств, нехватка свободного времени, отсутствие мотивации и озабоченность по поводу COVID-19.

На основе результатов анализа международного опыта вовлечения населения в массовый спорт, микроэкономического и эконометрического анализов разработаны рекомендации для университетов, фитнес-центров и органов государственной власти Санкт-Петербурга по вовлечению студентов Санкт-Петербурга в занятия фитнесом.

## Список литературы

1. Бизнес-план фитнес клуба [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.business.ru/article/1349-biznes-plan-fitnes-kluba, свободный. – Загл. с экрана.
2. Гарант: Конституция Российской Федерации, Статья 41 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://base.garant.ru/10103000/6f6a564ac5dc1fa713a326239c5c2f5d/, свободный. – Загл. с экрана.
3. Гарант: Постановление Правительства РФ от 31 мая 2012 г. N 536 "Вопросы Министерства спорта Российской Федерации" [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://base.garant.ru/70183098/, свободный. – Загл. с экрана.
4. Гарант: Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://base.garant.ru/12157560/, свободный. – Загл. с экрана.
5. Деловой Петербург: Тяжёлая травма: фитнес-индустрию Петербурга отправили в нокаут [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.dp.ru/a/2020/12/04/Tjazhjolaja\_travma, свободный. – Загл. с экрана.
6. Зарубежный опыт управления массовым спортом Вапнярская О.И. [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.mevriz.ru/articles/2003/3/1119.html, свободный. – Загл. с экрана.
7. ИССЛЕДОВАНИЕ ВСЕМИРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.euro.who.int/\_\_data/assets/pdf\_file/0009/98424/E89498.pdf, свободный. – Загл. с экрана.
8. Комитет Госдумы обсудил проект закона о фитнес-индустрии [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://tass.ru/sport/6425199, свободный. – Загл. с экрана.
9. Коммерсантъ: Посещаемость фитнес-центров выросла в январе [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.kommersant.ru/doc/4681821, свободный. – Загл. с экрана.
10. Консорциум Кодекс: ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://docs.cntd.ru/document/1200124945, свободный. – Загл. с экрана.
11. Консорциум Кодекс: об утверждении плана мероприятий по реализации Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденных распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 ноября 2014 года N 2403-р (с изменениями на 13 июня 2020 года) [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://docs.cntd.ru/document/420323102, свободный. – Загл. с экрана.
12. КонсультантПлюс: Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 20.04.2021) "Об образовании в Российской Федерации", Статья 28 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons\_doc\_LAW\_140174/552097cad5942f36c9484dbde7ebf92db1f783f3/, свободный. – Загл. с экрана.
13. Кубань24: В России предложили законодательно закрепить понятие «фитнес» [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://kuban24.tv/item/v-rossii-predlozhili-zakonodatel-no-zakrepit-ponyatie-fitnes-210835, свободный. – Загл. с экрана.
14. Кулешов С. М. Финансово-экономические механизмы поддержки массового спорта: отечественный и зарубежный опыт / Транспортное дело России, 2017 – 3с.
15. Министерство спорта РФ: Методические рекомендации по развитию студенческого спорта от 29 июня 2016 г. " [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://minsport.gov.ru/2016/doc/MetodRek290616.pdf/, свободный. – Загл. с экрана.
16. О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" в части совершенствования деятельности фитнес центров [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons\_doc\_LAW\_330663/, свободный. – Загл. с экрана.
17. Обзор исследований: свежие новости фитнеса и здоровья [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.lesmills.com/ru/клубы-и-студии/исследования-и-инсайты/исследования/обзор-исследований-свежие-новости-фитнеса/, свободный. – Загл. с экрана.
18. Опрос о посещении фитнес-центров [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdIcMeH39Ciz8kVdinlYxPzcY0xMofs57\_DadC9OyLExuqYBg/viewform?usp=sf\_link, свободный. – Загл. с экрана.
19. Официальный сайт СПбГУ: Специальное предложение для универсантов: абонементы в Fitness House [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://students.spbu.ru/mmen-novosti/1584-spetsialnoe-predlozhenie-dlya-universantov-abonementy-v-fitness-house.html, свободный. – Загл. с экрана.
20. Постановление Правительства Санкт‑Петербурга «О внесении изменений в постановление Правительства Санкт‑Петербурга от 13.03.2020 № 121» [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.gov.spb.ru/static/writable/ckeditor/uploads/2020/03/26/47/161-1.pdf, свободный. – Загл. с экрана.
21. Приказ: об утверждении концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://minsport.gov.ru/2017/doc/order1017\_211117KoncepStudentSport\_2025.pdf, свободный. – Загл. с экрана.
22. Приказ: об утверждении межотраслевой программы развития студенческого спорта [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://minsport.gov.ru/2019/doc/Mejotr-prog-razvitiya-stud-sporta.pdf, свободный. – Загл. с экрана.
23. РБК: Выстрел в ногу: на фитнес-рынок Петербурга выходят москвичи [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.rbc.ru/spb\_sz/19/04/2019/5cb974b19a7947164aa134b1, свободный. – Загл. с экрана.
24. РБК: На рынке фитнес-услуг Петербурга заметили неожиданный тренд [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.rbc.ru/spb\_sz/23/05/2019/5ce66eed9a794700eb14b65d, свободный. – Загл. с экрана.
25. Региональные проекты Санкт-Петербурга [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.gov.spb.ru/gov/otrasl/c\_econom/iniciativy-prezidenta-rf/informaciya-ob-ispolnenii-ukaza-prezidenta-rossijskoj-federacii-204-o/regionalnye-proekty-sankt-peterburga/, свободный. – Загл. с экрана.
26. Роспотребнадзор: Рекомендации по организации работы фитнес-клубов [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.rospotrebnadzor.ru/region/korono\_virus/rekomendatsii-po\_org\_fitnes.php, свободный. – Загл. с экрана.
27. Российская газета: вступает в силу закон о фитнес-центрах [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://rg.ru/2019/08/08/rg-publikuet-zakon-o-rabote-fitnes-centrov.html, свободный. – Загл. с экрана.
28. Сапожникова О.В. Фитнес: учебное пособие для студентов, обучающихся по программе бакалавриата по всем направлениям подготовки и специальностям / М-во образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный ун-т. Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2015. – 140 с.
29. Стратегия экономического и социального развития Санкт‑Петербурга на период до 2030 года[Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://spbstrategy2030.ru/?page\_id=958, свободный. – Загл. с экрана.
30. ТАСС: Россияне смогут получить налоговый вычет с расходов за фитнес в 2023 году [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://tass.ru/ekonomika/11129447, свободный. – Загл. с экрана.
31. Теория и методика фитнес-тренировки: учебник персонального тренера / Ассоц. Профессионалов фитнеса; [под ред. Д.Г. Калашникова]. Москва: Франтэра, 2003. – 181 с.
32. Фитнес бизнес [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.fabrikabiz.ru/fitness/4/10.php, свободный. – Загл. с экрана.
33. Фитнес клубы в Санкт-Петербурге [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://fitnessclubs.ru/, свободный. – Загл. с экрана.
34. Фитнес Система: Исследование рынка фитнес-услуг от РБК 2019 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://fitclub.ru/blog/detail/issledovanie-rynka-fitnes-uslug-ot-rbk/, свободный. – Загл. с экрана.
35. £20m to get more college students playing sport [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.gov.uk/government/news/20m-to-get-more-college-students-playing-sport, свободный. – Загл. с экрана.
36. Amateur Swimming Association School Swimming Census, 2014 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.swimming.org/assets/uploads/library/ 2014\_census\_web\_version\_secure.pdf, свободный. – Загл. с экрана.
37. Benedicte Deforche, Delfien Van Dyck, Tom Deliens & Ilse De Bourdeaudhuij Changes in weight, physical activity, sedentary behavior and dietary intake during the transition to higher education: a prospective study / International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2013 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-015-0173-9, свободный. – Загл. с экрана.
38. Cambridge Dictionary: значение fitness в английском [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://dictionary.cambridge.org/ru/%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%80%D1%8C/%D0%B0%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9/fitness, свободный. – Загл. с экрана.
39. Change4Life and Disney launch summer 10 Minute Shake Up campaign [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.gov.uk/government/news/change4lifeand-disney-launch-summer-10-minute-shake-up-campaign, свободный. – Загл. с экрана.
40. Fitness House: История компании [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.fitnesshouse.ru/istoria.html, свободный. – Загл. с экрана.
41. Fitness House: Клубы в Санкт-Петербурге [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.fitnesshouse.ru/club\_search.html, свободный. – Загл. с экрана.
42. Hanaa Ghaleb Al-Amari, Nedaa Al-Khamees The Perception of College Students about a Healthy Lifestyle and its Effect on their Health / Journal of Nutrition & Food Sciences, 2015 – 4с.
43. Israa Assaf, Fatima Brieteh, Mona Tfaily, Mariam El‑Baida, Seifedine Kadry and Balamurugan Balusamy Students university healthy lifestyle practice: quantitative analysis, Health Information Science and Systems, 2019 – 12с.
44. Lara J LaCaille, Kim Dauner, Rachel J Krambeer, Jon Pedersen Psychosocial and environmental determinants of eating behaviors, physical activity, and weight change among college students: a qualitative analysis / Journal of American College Health, 2011 – 10с.
45. MarketMedia: Топ-10 фитнес-сетей по выручке [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://marketmedia.ru/media-content/top-10-fitnes-setey-po-vyruchke/, свободный. – Загл. с экрана.
46. Sport Policy Nils Asle Bergsgard, Barrie Houlihan, Per Mangset, Svein Ingve Nødland, Hilmar Rommetvedt [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://books.google.ru/books?id=u7EsBgAAQBAJ&source=gbs\_book\_other\_versions\_r&redir\_esc=y, свободный. – Загл. с экрана.
47. Sporting Future: A New Strategy for an Active Nation [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://assets. publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/ uploads/attachment\_data/file/486622/Sporting\_Future\_ ACCESSIBLE.pdf, свободный. – Загл. с экрана.
48. Tim Jaekel Modern sports-for-all policy: an international comparison of policy goals and models of service delivery / National Research University Higher School of Economics, 2017 – 25 c.
49. Xiao-Hui Xing and Xian-Bo Wu Healthy Lifestyles of University Students in China and Influential Factors / The Scientific World Journal, 2013 – 11с.

## Приложения

**Опрос студентов ВШМ СПбГУ**

1. **Социально-демографические характеристики**
2. Укажите ваш пол:

* М
* Ж

1. Укажите ваш возраст: \_\_
2. На каком курсе вы учитесь?

* 1 курс бакалавриата
* 2 курс бакалавриата
* 3 курс бакалавриата
* 4 курс бакалавриата
* 1 курс магистратуры
* 2 курс магистратуры

1. Вы работаете?

* Да (совмещаю работу и учебу)
* Нет (учусь, не работаю)

1. Укажите форму обучения:

* За счет бюджетных средств
* На договорной основе

1. Вы проживаете в общежитии?

* Да
* Нет

1. Оцените уровень дохода на одного члена вашей семьи:

* Менее 12 000 рублей
* От 12 000 до 30 000 рублей
* От 30 000 до 50 000 рублей
* Выше 50 000 рублей

1. **Вопросы, касающиеся отношения к спорту и физической активности**
2. Как часто вы занимаетесь спортом (посещение фитнес-центров, секций, бассейна и т.д.)?

* Ежедневно
* 2-3 раза в неделю
* Раз в неделю
* Несколько раз в месяц
* Занимаюсь нерегулярно
* Не занимаюсь вообще

1. Придерживаетесь ли вы здорового образа жизни?

* Да
* Нет

1. Если нет, то какие аспекты негативно влияют на ваш образ жизни?

* Курение
* Алкоголь
* Плохое качество питания (фаст-фуд)
* Проблемы со сном
* Отсутствие физических нагрузок

1. Есть ли у вас абонемент в фитнес-центр?

* Да
* Нет

1. Если да, какой фитнес-центр вы посещаете?

* Fitness House
* Sportlife
* AlexFitness
* A-Fitness
* Другой
* У меня нет абонемента

1. Как вы считаете, влияют ли положительно занятия спортом на учебный процесс?

* Точно нет
* Скорее нет
* Не уверен
* Скорее да
* Точно да

1. **Вопросы, касающиеся корпоративной программы Fitness House**
2. Знаете ли вы о существовании корпоративной программы СПбГУ с сетью фитнес-центров Fitness House? (возможность приобретения абонемента с корпоративной скидкой)

* Знаю
* Не знаю

1. Есть ли у вас корпоративный абонемент в Fitness House?

* Да
* Нет

1. На какой срок вы бы предпочли приобрести корпоративный абонемент в Fitness House?

* 1 месяц
* 2-3 месяца
* 6 месяцев
* 9 месяцев
* 1 год

1. Есть ли в вашем районе удобный по расположению клуб Fitness House?

* Да
* Нет

1. Какими услугами в фитнес-центре вы пользуетесь или хотели бы воспользоваться? (можно выбрать несколько)

* Тренажерный зал
* Бассейн
* Групповые направления
* Боевые искусства

1. Какой способ приобретения корпоративного абонемента вы бы предпочли?

* Приобретение по адресу: наб. Выборгская д. 29 БЦ "Система" офис 218А
* Покупка в здании кампуса
* Онлайн приобретение

1. **Мотивирующие факторы**
2. Согласны ли вы с тем, что следующие факторы могут мотивировать вас приобрести корпоративный абонемент в Fitness House?

|  |  |
| --- | --- |
| Укрепление здоровья | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Способ отдохнуть от учебы (досуг) | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Близость фитнес-центра к вашему дому | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Совместное посещение с семьей/друзьями | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Снижение цен на абонементы в фитнес-центр | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Получение баллов по физической культуре | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |

1. **Демотивирующие факторы**
2. Согласны ли вы с тем, что следующие факторы могут препятствовать приобретению корпоративного абонемента в Fitness House?

|  |  |
| --- | --- |
| Недостаток свободного времени | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Недостаток мотивации | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Проблемы со здоровьем | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Нехватка денежных средств | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Опасения, связанные с коронавирусной инфекцией | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |

1. **Влияние пандемии**
2. Согласны ли вы со следующими высказываниями?

|  |  |
| --- | --- |
| До пандемии я регулярно посещал фитнес-центр | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| После открытия фитнес-центров я продолжаю регулярно его посещать | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |
| Перевод занятий в онлайн-формат положительно сказались на моей физической активности | * Точно нет * Скорее нет * Не уверен * Скорее да * Точно да |

1. Каковы ваши рекомендации по улучшению корпоративной программы с сетью фитнес-центров Fitness House?

**Гайд для интервью**

1. Уточните, пожалуйста, вы представляете корпоративный отдел отдельного фитнес-центра или всей сети Fitness House?
2. Какое влияние пандемия оказала на компанию, если сравнивать периоды до закрытия фитнес центров и во время их закрытия?
3. Если есть данные по сети Fitness House, то насколько велика дифференциация между разными фитнес-центрами? От чего она зависит?
4. Какие меры принимала компания во время пандемии для удержания клиентов? Для поддержки работников? (например, перевод тренировок в онлайн)
5. Какие меры государственной поддержки были оказаны компании во время пандемии? Были ли они эффективны?
6. Как изменился спрос на фитнес-услуги после открытия фитнес-центров?
7. Все ли фитнес-центры сети Fitness House смогли открыться после карантина? С какими факторами это было связано? (расположение/размер/сегмент/наличие бассейна)
8. Какова степень влияния органов государственной власти на работу фитнес-центров на федеральном/региональном/местном уровне?
9. Было бы вам интересно поработать со мной в рамках консультационного проекта для компании Fitness House?
10. Сколько у компании Fitness House клиентов на сегодняшний день? Из каких они организаций? Сколько заключено договоров о корпоративном сотрудничестве?
11. Есть ли у компании стратегия или операционный план деятельности?
12. Кого вы считаете своими конкурентами и почему? Как вы оцениваете конкуренцию в отрасли?
13. Как давно вы сотрудничаете с СПбГУ? Сколько заключено договоров со студентами/сотрудниками СПбГУ?
14. Были ли предприняты маркетинговые меры повышения спроса на услуги фитнеса для студентов/сотрудников СПбГУ?
15. Какие существуют тенденции в отрасли?
16. Какие есть точки роста у компании? Что можно улучшить?

1. Cambridge Dictionary: значение fitness в английском [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://dictionary.cambridge.org/ru/%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%80%D1%8C/%D0%B0%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9/fitness, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-1)
2. Теория и методика фитнес-тренировки: учебник персонального тренера / Ассоц. Профессионалов фитнеса; [под ред. Д.Г. Калашникова]. Москва: Франтэра, 2003. – 181 с. [↑](#footnote-ref-2)
3. Сапожникова О.В. Фитнес: учебное пособие для студентов, обучающихся по программе бакалавриата по всем направлениям подготовки и специальностям / М-во образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный ун-т. Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2015. – 140 с. [↑](#footnote-ref-3)
4. Фитнес бизнес [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.fabrikabiz.ru/fitness/4/10.php, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-4)
5. Обзор исследований: свежие новости фитнеса и здоровья [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.lesmills.com/ru/клубы-и-студии/исследования-и-инсайты/исследования/обзор-исследований-свежие-новости-фитнеса/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-5)
6. ИССЛЕДОВАНИЕ ВСЕМИРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.euro.who.int/\_\_data/assets/pdf\_file/0009/98424/E89498.pdf, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-6)
7. Hanaa Ghaleb Al-Amari, Nedaa Al-Khamees The Perception of College Students about a Healthy Lifestyle and its Effect on their Health / Journal of Nutrition & Food Sciences, 2015 – 4с. [↑](#footnote-ref-7)
8. Xiao-Hui Xing and Xian-Bo Wu Healthy Lifestyles of University Students in China and Influential Factors / The Scientific World Journal, 2013 – 11с. [↑](#footnote-ref-8)
9. Israa Assaf, Fatima Brieteh, Mona Tfaily, Mariam El‑Baida, Seifedine Kadry and Balamurugan Balusamy Students university healthy lifestyle practice: quantitative analysis, Health Information Science and Systems, 2019 – 12с. [↑](#footnote-ref-9)
10. Lara J LaCaille, Kim Dauner, Rachel J Krambeer, Jon Pedersen Psychosocial and environmental determinants of eating behaviors, physical activity, and weight change among college students: a qualitative analysis / Journal of American College Health, 2011 – 10с. [↑](#footnote-ref-10)
11. Benedicte Deforche, Delfien Van Dyck, Tom Deliens & Ilse De Bourdeaudhuij Changes in weight, physical activity, sedentary behavior and dietary intake during the transition to higher education: a prospective study / International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2013 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-015-0173-9>, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-11)
12. Гарант: Конституция Российской Федерации, Статья 41 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://base.garant.ru/10103000/6f6a564ac5dc1fa713a326239c5c2f5d/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-12)
13. Гарант: Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://base.garant.ru/12157560/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-13)
14. Министерство спорта РФ: Методические рекомендации по развитию студенческого спорта от 29 июня 2016 г. " [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://minsport.gov.ru/2016/doc/MetodRek290616.pdf/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-14)
15. КонсультантПлюс: Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 20.04.2021) "Об образовании в Российской Федерации", Статья 28 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons\_doc\_LAW\_140174/552097cad5942f36c9484dbde7ebf92db1f783f3/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-15)
16. Гарант: Постановление Правительства РФ от 31 мая 2012 г. N 536 "Вопросы Министерства спорта Российской Федерации" [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://base.garant.ru/70183098/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-16)
17. Консорциум Кодекс: об утверждении плана мероприятий по реализации Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденных распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 ноября 2014 года N 2403-р (с изменениями на 13 июня 2020 года) [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://docs.cntd.ru/document/420323102, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-17)
18. Приказ: об утверждении концепции развития студенческого спорта в

    Российской Федерации на период до 2025 года [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://minsport.gov.ru/2017/doc/order1017\_211117KoncepStudentSport\_2025.pdf, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-18)
19. Приказ: об утверждении межотраслевой программы развития студенческого спорта [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://minsport.gov.ru/2019/doc/Mejotr-prog-razvitiya-stud-sporta.pdf, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-19)
20. Стратегия экономического и социального развития Санкт‑Петербурга на период до 2030 года[Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://spbstrategy2030.ru/?page\_id=958, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-20)
21. Региональные проекты Санкт-Петербурга [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.gov.spb.ru/gov/otrasl/c\_econom/iniciativy-prezidenta-rf/informaciya-ob-ispolnenii-ukaza-prezidenta-rossijskoj-federacii-204-o/regionalnye-proekty-sankt-peterburga/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-21)
22. Консорциум Кодекс: ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://docs.cntd.ru/document/1200124945, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-22)
23. Кубань24: В России предложили законодательно закрепить понятие «фитнес» [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://kuban24.tv/item/v-rossii-predlozhili-zakonodatel-no-zakrepit-ponyatie-fitnes-210835, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-23)
24. О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" в части совершенствования деятельности фитнес центров [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons\_doc\_LAW\_330663/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-24)
25. Российская газета: вступает в силу закон о фитнес-центрах [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://rg.ru/2019/08/08/rg-publikuet-zakon-o-rabote-fitnes-centrov.html, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-25)
26. Комитет Госдумы обсудил проект закона о фитнес-индустрии [Электронный ресурс] // – Режим доступа: <https://tass.ru/sport/6425199>, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-26)
27. ТАСС: Россияне смогут получить налоговый вычет с расходов за фитнес в 2023 году [Электронный ресурс] // – Режим доступа: [https://tass.ru/ekonomika/11129447](https://tass.ru/ekonomika/11129447%23:~:text=%D0%9F%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%82%20%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8%20%D0%92%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D0%BC%D0%B8%D1%80%20%D0%9F%D1%83%D1%82%D0%B8%D0%BD%20%D0%B2,%D1%80%D1%83%D0%B1%D0%BB%D0%B5%D0%B9.), свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-27)
28. Tim Jaekel Modern sports-for-all policy: an international comparison of policy goals and models of service delivery / National Research University Higher School of Economics, 2017 – 25 c. [↑](#footnote-ref-28)
29. Sporting Future: A New Strategy for an Active Nation [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://assets. publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/ uploads/attachment\_data/file/486622/Sporting\_Future\_ ACCESSIBLE.pdf, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-29)
30. Change4Life and Disney launch summer 10 Minute Shake Up campaign [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.gov.uk/government/news/change4lifeand-disney-launch-summer-10-minute-shake-up-campaign, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-30)
31. Amateur Swimming Association School Swimming Census, 2014 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.swimming.org/assets/uploads/library/ 2014\_census\_web\_version\_secure.pdf, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-31)
32. £20m to get more college students playing sport [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.gov.uk/government/news/20m-to-get-more-college-students-playing-sport, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-32)
33. Sport Policy Nils Asle Bergsgard, Barrie Houlihan, Per Mangset, Svein Ingve Nødland, Hilmar Rommetvedt [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://books.google.ru/books?id=u7EsBgAAQBAJ&source=gbs\_book\_other\_versions\_r&redir\_esc=y, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-33)
34. Зарубежный опыт управления массовым спортом Вапнярская О.И. [Электронный ресурс] // – Режим доступа: http://www.mevriz.ru/articles/2003/3/1119.html, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-34)
35. Кулешов С. М. Финансово-экономические механизмы поддержки массового спорта: отечественный и зарубежный опыт / Транспортное дело России, 2017 – 3с. [↑](#footnote-ref-35)
36. Фитнес Система: Исследование рынка фитнес-услуг от РБК 2019 [Электронный ресурс] // – Режим доступа: [https://fitclub.ru/blog/detail/issledovanie-rynka-fitnes-uslug-ot-rbk/](https://fitclub.ru/blog/detail/issledovanie-rynka-fitnes-uslug-ot-rbk/%23:~:text=%D0%9E%D0%B1%D1%8A%D0%B5%D0%BC%20%D1%80%D1%8B%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%E2%80%93%20124%2C8%20%D0%BC%D0%BB%D1%80%D0%B4,%25%20(%2B0%2C05%20%D0%BF.), свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-36)
37. РБК: Выстрел в ногу: на фитнес-рынок Петербурга выходят москвичи [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.rbc.ru/spb\_sz/19/04/2019/5cb974b19a7947164aa134b1, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-37)
38. РБК: На рынке фитнес-услуг Петербурга заметили неожиданный тренд [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.rbc.ru/spb\_sz/23/05/2019/5ce66eed9a794700eb14b65d, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-38)
39. Постановление Правительства Санкт‑Петербурга «О внесении изменений в постановление Правительства Санкт‑Петербурга от 13.03.2020 № 121» [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.gov.spb.ru/static/writable/ckeditor/uploads/2020/03/26/47/161-1.pdf, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-39)
40. Роспотребнадзор: Рекомендации по организации работы фитнес-клубов [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.rospotrebnadzor.ru/region/korono\_virus/rekomendatsii-po\_org\_fitnes.php, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-40)
41. Деловой Петербург: Тяжёлая травма: фитнес-индустрию Петербурга отправили в нокаут [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.dp.ru/a/2020/12/04/Tjazhjolaja\_travma, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-41)
42. Коммерсантъ: Посещаемость фитнес-центров выросла в январе [Электронный ресурс] // – Режим доступа:

    https://www.kommersant.ru/doc/4681821, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-42)
43. Фитнес клубы в Санкт-Петербурге [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://fitnessclubs.ru/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-43)
44. Бизнес-план фитнес клуба [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.business.ru/article/1349-biznes-plan-fitnes-kluba, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-44)
45. Деловой Петербург [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.dp.ru/a/2019/03/28/Uperlis\_v\_potolok, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-45)
46. MarketMedia: Топ-10 фитнес-сетей по выручке [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://marketmedia.ru/media-content/top-10-fitnes-setey-po-vyruchke/, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-46)
47. Fitness House: История компании [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.fitnesshouse.ru/istoria.html, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-47)
48. Fitness House: Клубы в Санкт-Петербурге [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://www.fitnesshouse.ru/club\_search.html, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-48)
49. Официальный сайт СПбГУ: Специальное предложение для универсантов: абонементы в Fitness House [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://students.spbu.ru/mmen-novosti/1584-spetsialnoe-predlozhenie-dlya-universantov-abonementy-v-fitness-house.html, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-49)
50. Опрос о посещении фитнес-центров [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdIcMeH39Ciz8kVdinlYxPzcY0xMofs57\_DadC9OyLExuqYBg/viewform?usp=sf\_link, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-50)
51. Опрос студентов Санкт-Петербурга о посещении фитнес-центров [Электронный ресурс] // – Режим доступа: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScKkQvXSpZpdGP2uGAXxwcqtNwv-alTNPWLosgO\_QZHZeIW\_Q/viewform?usp=sf\_link, свободный. – Загл. с экрана. [↑](#footnote-ref-51)