

ТЕНДЕНЦІЇ ЗДОРОВ'Я ТА ФІТНЕС-ТУРИЗМУ В ПІВДЕННІЙ ЄВРОПІ

За останні 10 років європейська індустрія здоров'я та фітнесу пережила величезне зростання, демонструючи значне збільшення кількості всіх зацікавлених сторін галузі, таких як підприємці, працівники, клієнти та підприємства. Незважаючи на те, що ця конкретна галузь послуг наразі пережила економічну кризу останнього десятиліття, а також неймовірно важкий дворічний період через пандемію коронавірусу (COVID-19), нещодавні докази та популярні тенденції були задокументовані, підкреслюючи переваги фітнес-послуг у цифровому вигляді або на місці в усьому світі.

Малі та середні підприємства представляють переважну більшість усіх підприємств у Європейському Союзі (ЄС), відіграючи ключову роль в економіці, водночас демонструючи сферу бізнесу, що характеризується інноваціями, безперервним розвитком та великим потенціалом для майбутнього. Проте епідемії гіподинамії та ожиріння, здається, є найскладнішою глобальною проблемою охорони здоров'я на сьогоднішній день, яка вражає понад 50% дорослого населення західного світу. З іншого боку, регулярні фізичні вправи постають як життєво важлива стратегія для запобігання, контролю та лікування кількох хронічних захворювань.

Чотири найбільші (Італія, Іспанія, Португалія та Греція) та одна з найменших (Кіпр) південноєвропейські країни, представляють майже 30% населення ЄС, демонструючи подібний соціально-економічний статус порівняно з іншими членами ЄС, розташованими на Півночі, Заході і Сході. У цих країнах поширеність найпоширеніших серцево-метаболічних захворювань, пов'язаних зі здоров'ям, зростає, що створює серйозні занепокоєння щодо стану громадського здоров'я та негативно впливає на важливі фізіологічні та психологічні показники здоров'я порівняно із середнім показником для країн ЄС [1]. Примітно, що деякі проблеми зі здоров'ям, пов'язані зі способом життя, такі як сидячий спосіб життя, нездорова вага, непереносимість глюкози,

підвищений кров'яний тиск і порушення ліпідного профілю крові, значно впливають на маси населення Південної Європи. Однак останні доступні дані безпосередньо перед пандемією COVID-19 показують багатообіцяюче зростання здорового способу життя.

Зокрема, Італія займає п'яте місце серед усіх європейських ринків фітнесу, демонструючи загальний дохід у 2,3 мільярда євро, 5,5 мільйонів клієнтів, темпи зростання 0,9% і рівень проникнення 9,5%. Іспанія є четвертим за величиною національним фітнес-ринком у Європі із загальним доходом 2,4 мільярда євро, 5,5 мільйонами членів у фітнес-клубах і темпами зростання та проникнення 3,3% та 13% відповідно. Зокрема, Італія та Іспанія становлять 16% від загального європейського ринку. З іншого боку, Португалія та Греція є меншими фітнес-ринками порівняно з Італією та Іспанією, і вони не входять до 10 найкращих європейських національних ринків [2]. Португалія та Греція демонструють схожі ключові фінансові показники із загальним доходом 0,26 мільярда євро та 0,22 мільярда євро та рівнем проникнення 6,7% та 6,5% відповідно. Немає даних щодо ринку здоров'я та фітнесу на Кіпрі [3].

У 2023 році було проведено дослідження [3], в ході якого було виявлено, що у Південній Європі персональні тренування, ліцензія для фітнес-професіоналів, фізичні вправи – це ліки, функціональні фітнес-тренування, тренування в невеликих групах, високоінтенсивні інтервальні тренування, фітнес-програми для людей похилого віку, заняття після реабілітації та тренування з власною вагою. визначено як 10 найкращих трендів 2023 року. Цікаво, що майже 50% із 20 найкращих вибраних трендів пов'язані з фітнес-діяльністю, пов'язаною з різними типами вправ і налаштуваннями. Тенденції, пов'язані з фітнесом і здоров'ям, були відповідно другою та третьою найпривабливішими категоріями трендів. Навпаки, тенденції, орієнтовані на технології, показали низьку популярність, тоді як тенденції, орієнтовані на населення, продемонстрували значний потенціал серед окремих країн південноєвропейського регіону. Важливо відзначити, що більшість видів фітнесу, таких як йога, тай-чи та рухи розуму і тіла, не потрапили до топ-20, що

вказує на низьку привабливість у Південній Європі. Однак пілатес показав більшу популярність, ніж інші види фітнесу для душі та тіла, оскільки він увійшов до списку 20 найкращих у трьох із п'яти обраних країн регіону.

Функціональне фітнес-тренування, тренування з власною вагою, високоінтенсивні інтервальні тренування, силові тренування з вільними вагами та активний відпочинок є популярними трендами в усіх вибраних країнах Південної Європи. Кругові тренування, пілатес і базові тренування були популярні в основному в Греції та на Кіпрі та дещо популярні в Іспанії та Португалії, але не в Італії. Ці спостереження узгоджуються з даними в Європі та в усьому світі за 2023 рік [3]. Їх привабливість може поступово зростати у світовій індустрії здоров'я та фітнесу, оскільки ці конкретні тенденції в основному пов'язані з послугами першої лінії в бутикових фітнес-студіях, які, здається, є новим типом фітнес-центру в Європі та в усьому світі.

Список використаних джерел:

1. Всесвітня організація охорони здоров'я. *Профілі країн з неінфекційними захворюваннями, 2018 р.* Женева, Швейцарія: Всесвітня організація охорони здоров'я; 2018. URL : <https://apps.who.int/iris/handle/10665/274512> (дата звернення: 15.10.2024).
2. Делойте Д. *Європейський звіт про ринок охорони здоров'я та фітнесу за 2020 рік.* Брюссель: EuropeActive, 2020. URL : <https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/de/consumer-business/European-Health-and-Fitness.pdf> (дата звернення: 15.10.2024).
3. Томпсон В.Р. Всесвітнє опитування показує тренди фітнесу на 2023 рік. *ACSM's Health Fit J.* 2023. №.27. С. 9–18.