

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет»

На правах рукописи

Козлов Кирилл Владимирович

**АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ
(НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА)**

Том 1

Специальность 2.1.12.

Архитектура зданий и сооружений.

Творческие концепции архитектурной деятельности

Диссертация на соискание ученой степени
кандидата архитектуры

Научный руководитель:
кандидат архитектуры, доцент
Федор Викторович Перов

Санкт-Петербург - 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

Том 1

Введение.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ТИПОЛОГИИ СОВРЕМЕННЫХ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ	17
1.1. Исторический анализ развития сооружений, предназначенных для занятий физической культурой	17
1.2. Факторы влияния	46
1.3. Определение основных групп потребителей	62
Выводы главы 1	66
ГЛАВА 2. ОТЕЧЕСТВЕННЫЙ И ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ ПРОЕКТИРОВАНИЯ И СТРОИТЕЛЬСТВА ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ.....	71
2.1. Опыт проектирования фитнес-центров. Российский и зарубежный	71
2.2. Определение функциональной модели.....	84
2.3. Сводная классификация фитнес-центров	85
2.4. SWOT-анализ фитнес-центров в Санкт-Петербурге	99
Выводы главы 2	107
ГЛАВА 3. ТИПОЛОГИЯ И ПРИНЦИПЫ АРХИТЕКТУРНО- ПЛАНИРОВОЧНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ	110
3.1. Теоретическая модель фитнес-центра	110
3.2. Типология фитнес-центров	126
3.3. Анализ территории Санкт-Петербурга для размещения фитнес-центров ..	134
3.4. Принципы формирования фитнес-центров	137
Выводы главы 3	152
Заключение.....	156

Список литературы.....	157
------------------------	-----

Том 2

Список иллюстраций к главе 1 «Теоретические предпосылки формирования типологии современных фитнес-центров»	5
Список иллюстраций к главе 2 «Отечественный и зарубежный опыт проектирования и строительства фитнес-центров»	24
Список иллюстраций к главе 3. «Типология и принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров»	65
Приложения.....	96
Акты внедрения.....	375

Введение

Актуальность разрабатываемой темы. Современный мир – мир информационных технологий. Во всех основных процессах жизнедеятельности современного общества возможно участвовать, не выходя из дома. Разобщенность людей и отсутствие регулярных физических нагрузок ставит под угрозу гармоничное развитие современного человека. Это приводит к освобождению большого количества свободного времени, перераспределению персональных экономических задач и позволяет современному человеку уделять достойное внимание своему физическому состоянию.

Занятие физкультурой в фитнес-центре является современной возможностью создавать и поддерживать высокую физическую форму, одновременно общаясь и получая дополнительные неспортивные услуги, повышающие уровень жизни. Появление и стремительное распространение в России фитнес-центров с начала двухтысячных годов привело к тому, что в настоящее время в нашей стране действует порядка 10 тысяч фитнес-центров. По данным РБК количество граждан, вовлеченных в процесс занятия фитнесом, на конец 2019 года составляет 4,26 млн. чел. Распространение фитнес-центров среди городов Российской Федерации можно охарактеризовать следующим образом:

– Москва и Московская область – размещено 47% фитнес-центров от общего количества;

– Санкт-Петербург – 11,5%;

– города с населением более одного миллиона человек – 21%;

– другие города – 20,5%;

Указанные данные значительно снизились в период 2020-2021 года, но на сегодняшний день вновь достигли высоких значений.

Согласно электронному portalу «Lovefit» на сегодняшний день в Санкт-Петербурге насчитывается более 805 фитнес-центров различной площади, состава функциональных зон и уровня предоставляемых услуг. Распространение фитнес-центров и необходимость в физическом развитии человека нашли отражении в

соответствующих документах, принятых правительством Российской Федерации за последние десять лет.

По данным Федерального Собрания Российской Федерации в Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 года № 1662-р, указано, что в развитии общества, его духовного и физического здоровья значительную роль играют физическая культура и спорт. В дальнейшем в ходе уточнения концепции развития был подписан Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. N 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года», в котором раскрывается необходимость развития массового спорта. В Санкт-Петербурге в рамках Стратегии социально-экономического развития на период до 2035 года был так же подписан Закон Санкт-Петербурга от 19.12.2018 № 771-164, в котором развитию физкультуры и фитнес движению отводится важная роль.

Развитие массового спорта влияет на распространение фитнес-центров, как важного компонента физического развития человека, направленного на личное совершенствование безотносительно к достижениям в этой области других занимающихся. В то же время широкое распространение фитнес-центров и отсутствие достаточно проработанной нормативной базы привело к тому, что за последние годы так и не удалось сформировать научно-обоснованного подхода к формированию фитнес-центров, позволяющего регулировать процессы, связанные с распространением данных сооружений [56].

С целью организации последовательной работы в сфере формирования фитнес-центров Фондом антикризисных проектов в мае 2017 года разработана и направлена на согласование в профильный Комитет Государственной думы РФ и Министерство спорта РФ Федеральная программа «Фитнес и здоровье нации». Данная программа направлена на дальнейшее формирование нормативно-правовой базы для создания и распространения фитнес-центров и в первую очередь создания правовой базы для защиты потребителя в условиях новых физкультурно-

оздоровительных услуг. В то же время в 2016 году государством приняты первые шаги в урегулировании занятий фитнесом на законодательном уровне [126].

С 1 января 2016 года вступил в силу ГОСТ Р 56644-2015 «Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования»; с 1 июня 2017 года вступили в силу ГОСТ Р 57116-2016 «Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам» и ГОСТ Р 57138-2016 «Фитнес-услуги для детей и подростков. Общие требования». В данных документах определены характеристики фитнес-услуг и основные архитектурно-строительные характеристики помещений для предоставляемых услуг. Впервые дается обоснованное определение понятий фитнес-объекта и фитнес-услуг. В ГОСТ Р 57116-2016 «Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам» в п. 3.1 дается определение фитнес-центра, как многофункционального или специализированного физкультурно-оздоровительного объекта, оказывающего фитнес-услуги. Также дается дополнительное пояснение: «К фитнес-объектам относят фитнес-клубы, фитнес-центры, фитнес-студии и т. п. Уровень сервиса и комфорта в фитнес-объектах, как правило, превышает уровень сервиса в физкультурно-спортивных комплексах в связи с организацией в фитнес-объектах дополнительных помещений и фитнес-зон для отдыха, консультаций и восстановительных процедур посетителей».

Однако существующие нормативные документы не в полной мере отражают современные требования к фитнес-центрам. Многочисленные комплексы лишь частично отвечают последним тенденциям в развитии типологии фитнес-центров. Как правило, фитнес-центры строятся по универсальным устаревшим типовым решениям без учета специфики конкретных групп потребителей [94]. Необходим учет новейших практик и технологий проведения занятий в области физкультуры и оздоровления. Есть необходимость в совершенствовании и дополнении существующих норм и правил на основе научно-обоснованного подхода к проектированию фитнес-центров.

Степень разработанности темы исследования. Теоретической основой диссертации стали:

1. Труды в области теории и практики проектирования многофункциональных спортивных и физкультурных комплексов: Л.В. Аристовой [25], И.Р. Бурлакова [31], М.М. Посохина [134], Л.П. Лаврова, В.В. Смирнова.

2. Работы В.И. Столярова, Е.Г. Сайкиной [140,141], Г.Н. Пономарева [141], С.В. Швеца посвящены вопросам теории и практики физической культуры.

3. Исследования вопросов социологии и экономики физической культуры Н.Н. Визитей [47], В.И. Григорьева [59], Л.И. Лубышева [106] послужили методологической основой для формирования требований к функциональному содержанию и зонированию фитнес-центров в зависимости от социально-экономических факторов.

4. Исследования В.А. Нефедова, Ю.И. Курбатова посвящены вопросам формирования современной городской среды, архитектурного формообразования, в том числе при создании новых объектов для занятий физкультурой и спортом.

5. Труды А.Л. Гельфонд [53], Ю.С. Янковской [30], А.В. Меренкова, Б.Г. Бархина, А.В. Бокова, Г.Ф. Горшковой, М.В. Дуцева, С.Г. Змеула, С.А. Колесникова, Ю.Н. Лобанова, М.Р. Савченко, А.И. Урбаха, Р. Саксона, Э. Цайдлера посвящены исследованиям многофункциональных комплексов, в том числе с физкультурно-оздоровительной функцией.

6. Теоретические работы Р.М. Даянова, С.П. Заварихина, Б.М. Кирикова, М.С. Штиглиц, С.В. Семенцова, Т.А. Славиной, В.Г. Лисовского, А.Л. Пунина затрагивают вопросы реконструкции исторических зданий Санкт-Петербурга, в том числе проблемам их для использования в физкультурно-оздоровительных целях.

7. В работах В.Е. Борилкевича [37, 38] исследуется и дается принципиальное определение фитнесу, как самостоятельному спортивному направлению оздоровительных занятий. Понятие спортивного ядра, предложенного в работах А.В. Иконникова, раскрывает основные принципы формирования спортивных и физкультурно-оздоровительных объектов.

8. Диссертационные исследования сооружений для физкультуры и спорта: О.В. Цайзер [159], Е.Е. Бакшеевой [30], М.Г. Зобовой [72] посвящены принципам архитектурного проектирования и создания типологии данных сооружений.

Исследования, представленные в диссертационной работе О.В. Цайзер [159], обосновывают возможность трансформируемости и адаптивности сооружений для проведения занятий, направленных на физическое совершенствование. Работа Е. Е. Бакшеевой обосновывает принципы создания самостоятельной архитектурно-рекреационной среды на примере аквапарков [30]. В работе М.Г. Зобовой выявляются принципы архитектурного проектирования и модернизации физкультурных комплексов, а также составляется типология сооружений для физического развития [72].

Анализ разработанности темы исследования показал, что остались нерешенными вопросы, касающиеся современных тенденций развития фитнес-центров. Отсутствуют их классификация и предложения по топологии, основанные на изучении потребностей основных групп потребителей; не разработаны принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров. Указанное выше, обосновывает актуальность и направленность диссертационного исследования, цели и задачи работы.

Цель исследования состоит в разработке научно обоснованных предложений по формированию принципов архитектурно-планировочной организации современных фитнес-центров применительно к практике проектирования и строительства в Российской Федерации на примере Санкт-Петербурга.

Задачи исследования:

1. Проанализировать современное понятие фитнес-центра на основании исторического опыта и анализа фитнес-программ, сформировать авторское толкование фитнес-центра, определить тенденции в развитии.

2. Предложить классификацию.

3. Определить основные группы потребителей и обосновать функциональные модели фитнес-центров.

4. Дать предложения по типологии фитнес-центров на основании сводных типологических моделей.

5. Разработать принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров.

Объект исследования: многофункциональные фитнес-центры в структуре крупнейшего города.

Предмет исследования: архитектурная типология и архитектурно-планировочная организация фитнес-центров.

Научная гипотеза исследования: типология и архитектурно-планировочные решения фитнес-центров последнего поколения определяются совокупностью доминирующих факторов, в том числе фитнес-программами, ориентированными на основные группы потребителей в границах, соответствующих им социальных, функциональных и типологических моделей проведения физкультурных и оздоровительных мероприятий.

Границы исследования:

1. Исследование фитнес-центров проводится на примере комплексов для крупнейшего города на примере Санкт-Петербурга.

2. В исследовании не рассматриваются специализированные сооружения для проведения занятий спортом высших достижений и подготовки спортсменов.

3. В работе не проводится детальное исследование СПА-салонов, велнес-клубов, косметических кабинетов, как основных функциональных зон ФЦ. Они учитываются в контексте фитнес-центров в качестве сопутствующих дополнительных элементов.

4. Исследование учитывает маломобильные группы населения и детей в качестве посетителей фитнес-центров в рамках существующей идеи общедоступного пространства, но не рассматривает специальные учреждения для занятий фитнесом детей и инвалидов [101].

Научная новизна исследования заключается в следующем:

1. Выявлены и проанализированы основные исторические предпосылки возникновения современных фитнес-центров; на основе исторического анализа

комплексов для оздоровительных занятий и физкультуры установлены этапы формирования и эволюции типологии данных сооружений. Дана авторская трактовка понятия фитнес-центра как нового типа архитектурного объекта, которое учитывает взаимосвязь потребностей различных групп потребителей, ориентированных на современную организацию занятий физическими упражнениями, и соответствующих им качественных параметров архитектурных решений.

2. Определены, систематизированы и проанализированы факторы, влияющие на формирование фитнес-центров. Разработаны и описаны социальные модели фитнес-центров, учитывающие современные требования основных групп потребителей к фитнес-программам, организуемым в фитнес-центрах.

3. На основе изучения современного отечественного и зарубежного опыта проектирования фитнес-центров раскрыты основные тенденции их развития, исследованы архитектурно-планировочные решения фитнес-центров и особенности их размещения в структуре крупнейшего города. Созданы функциональные модели фитнес-центров. Дана сводная классификация фитнес-центров. В основу сводной классификации положены совокупные признаки фитнес-центров (тип комплекса, вид административного подчинения, состав функциональных зон, величина, класс обслуживания и виды проводимых фитнес-программ, объемно-пространственное решение).

4. Определены особенности развития сложившейся системы фитнес-центров в Санкт-Петербурге, проведена оценка территории Санкт-Петербурга и выявлены тенденции для размещения фитнес-центров. При создании функциональных моделей разработаны оптимальные элементы их структуры – «фитнес-юниты», которые являются установленной единицей площади соответствующей функциональной зоны с размещенным оборудованием для проведения фитнес-программ, определены их основные параметры. Предложены сводные теоретические модели фитнес-центров, ориентированные на основные группы потребителей, объединяющие социальные и функциональные модели.

5. Разработана архитектурная типология фитнес-центров в соответствии с разработанными моделями фитнес-центров; определены принципы их архитектурно-планировочной организации. Разработаны рекомендации по проектированию фитнес-центров на основе использования основных функциональных элементов – фитнес-юнитов. Анализ взаимосвязи основных принципов архитектурно-планировочной организации фитнес-центров позволил разработать рекомендации по созданию новых планировочных и объемно-пространственных решений.

Теоретическая значимость исследования:

- определены исторические предпосылки возникновения комплексов для оздоровительных занятий и физкультуры;
- выявлены тенденции в развитии современных фитнес-центров;
- на основе сводных теоретических моделей для условий Санкт-Петербурга разработана архитектурная типология фитнес-центров;
- обоснованы принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров;
- на основе проведенных исследований разработаны методические рекомендации по проектированию фитнес-центров, применены в курсовом и дипломном проектировании кафедры архитектурного проектирования СПбГАСУ.

Практическая значимость проведенного диссертационного исследования заключается в использовании материалов диссертации: автором при составлении задания, проектировании и строительстве фитнес-центров в г. Санкт-Петербург: ул. Туристская д. 25; ул. Барочная д.10к. 2-Б; ул. Варшавская д.5 к. 3; Лахта-парк, ул. Новая улица, 51, к.79, фитнес-центр в г. Руза Московской области: коттеджный поселок «Рузские просторы»; г. Орел ул. Гуртьева д. 27.

- автором при подготовке заданий для курсового и дипломного проектирования для бакалавров и магистров по направлениям 07.03.01, 07.04.01 «Архитектура» на кафедре архитектурного проектирования СПбГАСУ;

– в лекционном курсе и практических занятиях дисциплины «Архитектурный анализ» кафедры архитектурного проектирования СПбГАСУ.

По всем применениям, перечисленным выше, получены акты внедрения и использования результатов диссертационного исследования.

Помимо указанного, результаты работы могут использоваться:

- при корректировке нормативных документов по проектированию фитнес-центров;
- в практике проектирования и эксплуатации фитнес-центров;
- при разработке ППТ и ПЗЗ на участках, где планируется размещение фитнес-центров;
- в учебных курсах и дисциплинах при подготовке бакалавров и магистров архитектуры.

Методологическая основа диссертационного исследования

Комплексность проведения исследования обеспечена последовательным использованием научных методик:

- изучение библиографических, нормативных, методических, проектных материалов и документов, обобщение данных статистики по теме исследования;
- анализ и обобщение результатов отечественного и зарубежного опыта проектирования и строительства фитнес-центров (исследовано 160 объектов за рубежом, 300 объектов в городах России и 240 объектов в Санкт-Петербурге);
- натурное обследование построенных фитнес-центров с целью изучения их архитектурно-планировочной структуры, режима функционирования, основных функциональных элементов с целью их оптимизации и ориентации на основные группы потребителей;
- систематизация и обобщение результатов экспертного опроса посетителей и работников фитнес-центров Санкт-Петербурга и других городов России;
- теоретическое и графическое моделирование с целью создания интегрированных моделей фитнес-центров;

- проведение экспериментальных проектных дипломных и курсовых работ на кафедре архитектурного проектирования Санкт-Петербургского государственного архитектурно-строительного университета (СПбГАСУ) в целях апробации результатов исследования (выполнено 4 дипломных проекта);
- апробация результатов исследования в практическом проектировании автором фитнес-центров (шести реализованных и двух проектов, прошедших государственную экспертизу).

Положения, выносимые на защиту:

- современные тенденции развития фитнес-центров, особенности их архитектурно-планировочной и объемно-пространственной организации;
- классификация фитнес-центров на основе выявленных признаков и тенденций развития;
- теоретические модели фитнес-центров, обеспечивающие взаимосвязь основных групп потребителей и требований к типологии фитнес-центров;
- предложения по типологии фитнес-центров в соответствии с теоретическими моделями;
- принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров и предложения по их архитектурно-планировочной организации.

Область исследования соответствует требованиям паспорта научной специальности ВАК: 2.1.12. – «Архитектура зданий и сооружений. Творческие концепции архитектурной деятельности» п. 1 «Прогнозирование развития архитектуры гражданских и промышленных зданий и их комплексов» и п. 5 «Типология зданий и сооружений».

Степень достоверности и апробация результатов исследования

Степень достоверности результатов исследования обеспечивается комплексным подходом, который включает: обобщение и систематизацию данных анализа результатов проектирования и строительства фитнес-центров в России и за рубежом (51 объект); натурное обследование современных фитнес-центров в Санкт-Петербурге (16 объектов) с целью определения новых тенденций их

развития; SWOT-анализ для определения проблем формирования системы фитнес-центров, возможностей и стратегии их развития в Санкт-Петербурге; систематизацию и обобщение результатов экспертного опроса посетителей и работников фитнес-центров Санкт-Петербурга и других городов России; создание теоретических моделей фитнес-центров с помощью метода теоретического моделирования с системным подходом увязки особенностей групп потребителей и новой типологии фитнес-центров; графическое моделирование фитнес-центров с целью формирования оптимальной архитектурно-планировочной структуры на основе первичных единиц (фитнес-юнитов).

Выносимые на защиту положения апробированы в практике проектирования и строительства, в учебном, экспериментальном курсовом и дипломном проектировании на кафедре архитектурного проектирования архитектурного факультета Санкт-Петербургского государственного архитектурно-строительного университета (СПбГАСУ).

Результаты исследований и основные положения работы были доложены на пяти конференциях:

1. Санкт-Петербургский Союз Архитекторов: «Современные спортивные сооружения: реальность и перспективы будущего», 29-30 ноября 2013 г;

2. Санкт-Петербургский Союз Архитекторов: «Градостроительное развитие города в рамках стратегии 2030», 4 марта 2015 г;

3. 70-ая Всероссийская научно-практическая конференция студентов, аспирантов и молодых ученых «Актуальные проблемы архитектуры» (Санкт-Петербург, 5–7 апреля 2017 года).

4. Всероссийская научно-практическая конференция студентов, аспирантов и молодых ученых «Актуальные проблемы архитектуры и дизайна», посвященная году науки и технологий в Российской Федерации и году архитектуры и градостроительства в СНГ (Екатеринбург, 13-14 апреля 2021 г.).

5. III Круглый стол «Современные подходы и методика исследовательской работы в архитектуре» (Санкт-Петербург, 24 февраля 2022 г.).

Публикации. Материалы диссертации опубликованы в 6-и печатных работах общим объемом 2.57 п. л. в том числе в 3 работы в изданиях, входящих в перечень ведущих рецензируемых научных журналов, утвержденный ВАК РФ [89, 90, 91].

Структура и объем работы. Диссертация состоит из двух томов. Первый том объемом 177 страниц машинописного текста включает: введение, три главы с основными выводами, заключение, список использованной литературы отечественных и зарубежных авторов, включающий 250 наименований.

Второй том общим объемом 497 страницы содержит 391 страницу приложений, 97 таблиц -иллюстраций, 4 акта внедрения, методические указания по проектированию фитнес-центров.

Во введении обоснована актуальность выбранной темы исследования по формированию типологии фитнес-центров для условий Санкт-Петербурга; показана ее степень разработанности; определены цель и основные задачи исследования, обозначена ее научная новизна; охарактеризована теоретическая и практическая значимость работы; указаны методология и методы диссертационного исследования; сформулированы положения, выносимые на защиту; обоснована степень достоверности и показаны результаты апробации результатов работы.

В первой главе «Теоретические предпосылки формирования типологии современных фитнес-центров» представлена научная основа проведения исследования, создающая предпосылки разработки типологии современных фитнес-центров; проведен исторический анализ развития сооружений, предназначенных для занятий физической культурой для определения преемственности и тенденций их развития; определены основные предпосылки появления и формирования современных фитнес-центров; определены виды занятий и выявлены основные функциональные элементы фитнес-центров; определена классификация фитнес-программ, как основы функциональных моделей фитнес-центров; дана авторская трактовка понятия фитнес-центров, как архитектурного объекта с точки зрения разработки их типологического ряда;

выявлены и проанализированы основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров; определены основные группы потребителей и составлены социальные модели их потребностей в организации фитнес-программ.

Во второй главе «Отечественный и зарубежный опыт проектирования и строительства фитнес-центров» проведен анализ опыта проектирования современных фитнес-центров на примере зарубежной и отечественной практики; исследованы современные тенденции развития фитнес-центров; описаны их основные функциональные модели; составлена классификация фитнес-центров на основе выявленных признаков, социальных и функциональных моделей в качестве базы для разработки архитектурной типологии; по результатам SWOT-анализа определены тенденции в развитии фитнес-центров в Санкт-Петербурге.

В третьей главе «Типология и принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров» дано обоснование теоретической модели фитнес-центра на основании использования минимальных функциональных единиц – фитнес-юнитов; разработана архитектурная типология фитнес-центров на примере Санкт-Петербурга; даны рекомендации по архитектурно-планировочным решениям фитнес-центров на основе использования фитнес-юнитов, составу входящих в них основных функциональных блоков и помещений; произведен анализ территории Санкт-Петербурга для составления рекомендаций по оптимизации размещения фитнес-центров в структуре города; определены основные принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров; даны предложения по объемно-пространственным и архитектурным решениям.

В заключении изложены основные результаты исследования и даны рекомендации о возможных направлениях развития принципов архитектурно-планировочного формирования фитнес-центров.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ТИПОЛОГИИ СОВРЕМЕННЫХ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ

1.1. Исторический анализ развития сооружений, предназначенных для занятий физической культурой

Определение принципов архитектурно-планировочной организации фитнес-центров основывается на системном анализе и последовательном обосновании, представленном в структуре диссертационного исследования.

Анализ исторических сооружений для занятий физическим самосовершенствованием.

Теоретические предпосылки формирования типологии современных сооружений для занятий физическим самосовершенствованием и создание фитнес-центров построены на анализе исторических и современных сооружений, предназначенных для проведения данных занятий, а также основных программ, направленных на создание и поддержание физической формы человека [22].

Формирование основных функциональных зон современных сооружений имеет исторические предпосылки, которые можно наглядно проанализировать, опираясь на исторические сооружения, предназначенные для физического совершенствования [88]. Физические занятия возможно охарактеризовать как: силовые – направленные на поддержание выносливости и способности преодолевать физические нагрузки; игровые – направленные на развитие ловкости и умение воспринимать длительные динамические нагрузки как в составе команды, так и в парных и индивидуальных занятиях; групповые занятия – занятия, соединяющие в себе как силовые, так и игровые занятия, но рассчитанные на проведения в общих группах, а также занятия на воде, дополнительные оздоровительные процедуры, связанные с уходом за телом и внешностью, но не рассчитанные на физические нагрузки. Изучение исторических сооружений показало, что, начиная с древней Греции, силовые, игровые и групповые занятия и занятия на воде являются основой для физического совершенствования человека.

Для анализа сооружений выделены следующие временные периоды:

- **Античность (VII век до н.э. - 476 н.э.)**

Развитие и поддержание физической формы в античный период имеет ряд особенностей. Рабовладельческий строй, а также политеизм оказали огромное влияние на формирование культуры физического воспитания в Древней Греции и Риме. Человек античного времени придавал высокое значение красоте своего тела. Атлетическое телосложение, ловкость, выносливость, желание соответствовать богам и героям являлось важным фактором для обеспечения собственного статуса и благополучия. Этот период характерен возникновением самостоятельных спортивных дисциплин и системного подхода к процессу тренировки и организации массового досуга. Основными сооружениями для физических занятий и демонстрации своего совершенства были стадионы, ипподромы и арены.

Стадионы представляли собой вытянутые площадки с расположенными на них замкнутыми беговыми дорожками. Трибуны, как правило, находились вдоль длинных сторон беговых дорожек. Занятия и состязания проводились по основным атлетическим дисциплинам: бег, прыжки, метание копья и диска.

Стадион в Дельфах V в. до н.э. (Илл. 1) был выполнен на естественном плато и имел длину 177,5 м и ширину 25,5 м. Стадион был предназначен исключительно для проведения соревнований и не имел дополнительных строений для тренировок и отдыха спортсменов. Стадион в Милете II в. до н.э. имел особенность – был непосредственным продолжением палестр, в которых проводились тренировки и обучение. Этот стадион имел габариты 195x27 м. Стадион Домициана (современная площадь Навона в Риме) имел габариты 275x106 м. В пространствах под трибунами располагались места для отдыха и подготовки атлетов.

На ипподромах проводились конные состязания на колесницах. В отличие от стадионов ипподромы имели большие габариты и дополнительные специальные помещения для лошадей и колесниц. Циркус Максимус (Илл. 1) – один из самых известных ипподромов того времени. Он просуществовал до VI н.э. Имел самые большие размеры среди сооружений подобного рода (600x200 м) и вмещал до 150 тысяч зрителей.

Аренами назывались площадки различной формы, покрытые песком. Вокруг арен устраивались зрительные места, расположенные амфитеатром, как правило, по замкнутому периметру. В составе помещений были предусмотрены тренировочные комнаты, а также комнаты отдыха, омовения и помещения для оказания медицинской помощи. На аренах проходили различные представления, состязания борцов и атлетов, игры с мячом, бои гладиаторов, а также бои на воде – навмахии. Арена ди Верона (110x140 м) имела вместимость до 30 тысяч зрителей; Амфитеатр Флавиев, Колизей в Риме (Илл. 1) (189x156 м) – до 80 тысяч зрителей.

Таким образом, возможно выделить следующие группы занятий согласно предложенному определению видов занятий:

- на стадионах проводились силовые и игровые занятия: бег, метание, поднятие тяжести, борьба;*
- на ипподромах и аренах проводились занятия и массовые мероприятия, связанные с групповыми и игровыми занятиями: гонки на колесницах, игры в мяч, командные и индивидуальные бои гладиаторов и борцов;*
- специальные места для занятий, не связанных с физическим нагрузками, но направленными на улучшения внешнего вида в данных сооружениях не обнаружены, но предусматривались места для отдыха и водных процедур.*

Для проведения тренировок и подготовки к выступлениям, а также для поддержания высокой физической формы использовались гимнасии и палестры.

Гимнасии были предназначены для обучения письму, чтению, риторике и физической культуре. Во всех гимнасиях выделялись три основные зоны: зона для проведения общеобразовательных занятий (колоннады и экседры), зона проведения спортивных занятий (перистильный двор), зона раздевалок с комнатами для нанесения песка на тело (конистерииум) и водных процедур (лутрон). Перистильный двор с группой вспомогательных помещений в последствии преобразовался в палестру, как самостоятельное сооружение.

Палестра – это частная спортивная школа, в которой занимались мальчики с 12 до 16 лет. Палестры имели открытые площадки, беговые дорожки, открытые и закрытые гимнастические залы, бассейны. Также предусматривались комнаты для

переодевания, массажа и омовения после занятий. Позднее развитие палестр выразилось в двух направлениях: палестры как школы тренировки атлетов при стадионах и палестры как один из видов активного отдыха в термах.

В палестре Стабианских терм (Илл. 1) в Помпеи начала II века до н.э. основной зал для занятий атлетикой имел площадь 35x24 м, бассейн для плавания - 13x8 м. Палестра Центральных терм в Помпеи I века н.э. являлась частью терм и была главной частью комплекса. Палестры терм Каракала и терм Диоклетиана (Илл. 1) имеют схожее планировочное решение и одинаковый набор помещений, перистильный двор для общих тренировок, комнаты для тренировок в закрытых помещениях, комнаты массажа и омовения перед посещением бассейнов терм.

Анализ данных сооружений позволяет определить, что основными видами занятий были силовые, групповые, игровые и занятия на воде.

Термы были неотъемлемой частью повседневной жизни римлян. Термы были бесплатными для всех свободных граждан и с возможностью круглосуточного посещения. Характерной чертой терм являлось сочетание разнообразных зон отдыха в составе единого комплекса. В термах предусматривалась возможность заниматься физическими упражнениями, плаванием, отдыхом в различных бассейнах, можно было проводить встречи, совершать покупки. Помещения компоновались в следующие группы: входные вестибюли; раздевалки (аподетарий); холодная баня с бассейном (фригидарий); теплая баня (типидарий); горячая баня (кальдарий); парильня (лаконики); площадка для физических упражнений (палестра) с бассейном; комнаты для массажа; зоны для бесед, трапез и различных зрелищ (экседры, портики); магазины.

Одним из наиболее известных примеров таких построек являются термы Каракала (годы постройки – 212-217 гг. н.э.) и термы Диоклетиана (годы постройки – 298-306 гг. н.э.). Они имеют практически схожее функциональное зонирование и размеры: термы Каракала – 450x450 м; термы Диоклетиана – 316x356 м.

Возможность одновременного проведения занятий физическими упражнениями для поддержания своей формы, организация досуга,

включающего не только пассивный отдых, но и получение различных оздоровительных процедур, общение, встречи и трапезы, позволили объединить в единый комплекс эти различные виды деятельности.

Термы в качестве комплекса различных функциональных зон, направленных на реализацию разнообразных программ по самосовершенствованию человека, в объединении со специальными зонами для проведения отдыха без физических нагрузок воплотили в себе прообраз современных фитнес-центров.

Окончание периода Античности было вызвано распадом Римской Империи, сменой социально-экономических отношений, религии, что привело в том числе к изменению взглядов на физическую культуру и гигиену. Сооружения, предназначенные для состязаний, подготовки атлетов и отдыха, стали не востребованы по своему основному назначению и постепенно были приспособлены под хозяйственные нужды.

Таким образом анализ сооружений античности демонстрирует, что провидимые занятия разделяются на четыре основные вида: силовые, игровые, групповые и занятий на воде. Одновременно с этими занятиями получает широкое распространение важная сопутствующая функция – проведение досуга до или после физически занятий или проведение оздоровительных процедур без физических занятий. Сформировались специальные помещения или комплексы помещений для досуга и оздоровительных процедур.

- **Эпоха Средневековья (476 – 1640 гг.)**

Разрушение Римской империи привело к важным изменениям в общественно-политических и культурологических взаимоотношениях между людьми. Возникновение новых государств на территории Европы, переселение различных народов, окончательное установление христианской религии – все это сформировало новое отношение к физической культуре и человеку.

Соответствие религиозным канонам, аскетизм, смирение плоти и мысли становятся главными условиями воспитания. В этих обстоятельствах физическое самосовершенствование утрачивает возможность публичных занятий и демонстраций, теряется всеобщая необходимость поддержания атлетического

телосложения. Разрушаются и практически полностью исчезают стадионы, бассейны и спортивные школы, места для соревнований и подготовки к ним, места для отдыха и оздоровления. На длительный период, вплоть до наступления Нового времени (середины XVII века) способом самосовершенствования становятся игры, праздники, рыцарские турниры, специальные упражнения для рыцарей, а также занятия танцами. Сословное расслоение общества диктовало свои правила для проведения мероприятий, связанных с досугом. Залы дворцов и ратуш предназначались для аристократов, а для людей низшего сословия переоборудовались площади или строились временные сооружения.

В этот период не создаются специальные сооружения для проведения состязаний или для физической подготовки. Трансформация и приспособление существующих общественных сооружений и открытых пространств позволяли организовывать различные мероприятия, связанные с физическим совершенствованием. В качестве примера сооружений, приспособленных для проведения зрелищных игр и праздников, а также подготовки к выступлениям следует рассмотреть дворцы и ратуши.

Дворец Пфальц (дворец Карла Великого) в городе Ахен (769-780 гг.) (Илл. 2) может быть примером одного из первых сооружений, в котором был выделен специальный зал для приемов. Тронный или королевский зал, а также обширный колонный двор были местом проведения различных общественных мероприятий с выступлением акробатов, танцоров и силачей.

Ратуши – общественные сооружения, которые строились в городах для размещения городского самоуправления. Характерным примером таких построек могут быть ратуша в городе Любек (1230-1380 гг.) и ратуша в городе Арас (XIV-XV в.), а также палаццо Веккио (1298-1314 гг.) (Илл. 2). Эти сооружения представляли из себя похожие по функциям и по планировке здания. Как правило, двух- или трехэтажные с большими комнатами или залами на первом и втором этаже, в которых проводились общественные мероприятия.

Площади многих средневековых городов во время праздников превращались в арену для проведения различных состязаний. Не выделялось каких-либо

специальных спортивных дисциплин. Ловкость и силу мог продемонстрировать каждый, кто пришел на праздник. Но для состязаний рыцарей площади специально переоборудовались в ристалища. Строились трибуны, временные сооружения для размещения рыцарей, устраивались места для угощения. Нередко подобные состязания организовывались на свободных территориях за городом. Родоначальницей подобных развлечений принято считать Францию, именно там в середине XI века были проведены первые состязания, а также введены правила их проведения.

Подготовка рыцарей к турнирам, обучение знати танцам и владению мечом проводились во дворцах и в специальных частных школах. Постепенно развитие физических навыков и обучение хорошим манерам (танцам, этикету) переместилось в официальные учебные заведения – университеты и колледжи.

Университет в Болонье был открыт в 1088 году. Разностороннее обучение включало в себя не только преподавание юриспруденции и основных общеобразовательных предметов, но также медицины и анатомии.

Коллеж в Париже, открытый Робером де Сорбоном в 1253 году, колледжи в Оксфорде (1249 г.), колледж в Кембридже (1284 г.) (Илл. 2) являются яркими примерами заведений, в которых наряду с общеобразовательными предметами вводились физические тренировки в целях совершенствования навыков владения оружием и обучение способам защиты. Занятия проводились в обычных учебных аудиториях, приспособленных для этого. Планировочное решение дворов колледжей имеет сходство с палестрами, но для проведения групповых занятий или командных игр данные дворы не использовались.

Совмещение отдыха и занятие физическими упражнениями было возможно на территории античных терм, которые располагались в термальных источниках. Подобная возможность появилась с начала XIV века.

В руинах, сохранившихся со времен Римской империи, расположенных в Пломбер-ле-Бен во Франции (Илл. 2), были вновь возобновлены водные процедуры, направленные на оздоровление и поддержание физической формы. Термальные источники в Баден-Бадене и Карловых варах были приспособлены для

посещения и принятия ванн, а также для употребления минеральных вод. Долгое время для обеспечения комфорта посетителей существовали только временные сооружения.

В конце периода Средних веков произошло ослабление религиозных догматов. Появляются философские труды, раскрывающие понятия гармоничного развития человека, важности физического воспитания и поддержания здоровья. Но эти изменения еще не были достаточны, чтобы найти воплощение в регулярных занятиях спортом и в создании специальных сооружений.

Таким образом, в эпоху средневековья сохранилась тенденция для продолжения занятий по основным видам: силовым, групповым, игровым и занятиям в воде. Одновременно произошла трансформация данных видов согласно социальным, культурологическим и политическим факторам. Это привело к исключению занятий физическим совершенствованием из повседневной жизни и к упразднению данного вида занятий в качестве проведения досуга, за исключением праздников и специальных мероприятий, таких как рыцарские турниры и ярмарочные состязания.

Эпоха Возрождения (1420-1640 гг.)

Эпоха Возрождения – время значимых научных и географических открытий. Закончился период длительных войн, произошло реформирование католической церкви. Произошло и изменение качества жизни. Появилась потребность в эстетике, в новых сюжетах и приемах в искусстве, новых технологиях и формах в архитектуре. Изменения были связаны с открытием наследия античной культуры. Произошло изменение в отношении к человеческому телу и возможности его совершенствования. Социально-экономические изменения позволили человеку преобразовать условия своего быта и досуга.

Важным элементом активного отдыха по-прежнему оставались балы, ассамблеи, которые, как и раньше, проводились во дворцах и ратушах. В эпоху возрождения танцы становятся своеобразным поводом для демонстрации своей физической формы. Сложные ритуалы этикета, длительные занятия танцами и многочасовые балы служили хорошим подспорьем для поддержания высокой

физической формы. Проведение балов можно сравнить со спортивными соревнованиями, участие в которых было также обязательно, как в древней Греции или Риме занятия в палестрах или демонстрация своей ловкости на стадионах в термах. Специально построенные залы для танцев активно распространяются в архитектуре европейских городов.

Зеркальная галерея Версальского дворца, которая имела размеры 73x11 м; Большой бальный зал для проведения общегородских праздников и балов Парижской ратуши; бальный зал, известный также как Большой Танцевальный Зал в Мюнхене (Илл. 3), и другие подобные залы служили прообразом современных гимнастических площадок. Балы могли проходить круглые сутки и следовали установленному регламенту по определенному сценарию.

Демонстрация физических навыков и проведение различных состязаний проводятся на специально подготовленных территориях, которые располагаются как на существующих городских площадях, так и на открытых пространствах за городом. Центральная площадь во Флоренции (Илл. 3) с 1511 года регулярно превращалась в площадку для игры в Кальчо (calcio) – прообраз современного футбола. Игра проходила на участке размером 50x100 м, засыпанном песком, устраивались временные трибуны и помещения для участников. Площадка для Котсуольдских Олимпийских игр в Англии (Илл. 3) располагалась под открытым небом в естественном природном амфитеатре. Для размещения судей и награждения каждый год выстраивался деревянный замок. Основными дисциплинами для соревнований предлагались конная езда, бег, метание копья, игра в мяч и борьба. Начиная с середины мая и до середины июня, различные участники, приезжающие со всех концов Англии, демонстрировали свои умения. Размещение выступающих, проведение тренировок и отдыха предполагалось во временных шатрах. Шатры также использовались для проведения соревнований по настольным играм – шахматам, играм в карты и в кости. Начиная с 1612 года, с некоторыми перерывами, игры проходят до сих пор. Возможность проведения подобных соревнований была обусловлена появлением школ и специальных методик для тренировок. Школа в городе Мантуя в Италии была основана в 1425

году Виторрио де Рамбольдини да Фельтреи и носила название «Школа радости» (Илл. 3). В просторных учебных залах с достаточным естественным освещением дети обучались общеобразовательным предметам и занимались традиционными спортивными дисциплинами: бег, прыжки, борьба, плавание.

Возвращение к идеям античности привело к возрождению культуры отдыха и оздоровления. Реализовать эти идеи было возможно в термальных источниках, но в отличие от древнего Рима, они не нашли выражения в строительстве специальных сооружений. В то же время создавались правила посещения термальных источников с описанием процедур, сочетающих в себе как физические упражнения, так и сопутствующие мероприятия. Посещение бассейнов, правильное питание, употребление минеральных вод, массаж, беседы и отдых должны были помочь человеку обрести хорошую физическую форму. В XV-XVI вв. уже на государственном уровне во многих европейских странах начинают рассматриваться вопросы строительства, оборудования и порядка эксплуатации данных мест. Возводятся галереи для прогулок и гимнастики, благоустраиваются античные бассейны для принятия процедур, строятся постоянные дворы и гостиницы для посетителей. Происходит освоение вновь приобретенного опыта в сочетании спортивных, гигиенических и сопутствующих процедур, как нового вида активного отдыха. Возвращение к гуманистическим идеям античного времени позволило оформить физическое воспитание человека в самостоятельное направление. Поддержание высокой физической формы снова стало необходимой частью жизни.

- **Новое Время (середина XVII - начало XX вв.)**

Завершение периода Средневековья и эпохи Возрождения были ознаменованы социально-политическими и культурологическими изменениями в условиях жизни человека. Появление новых экономических взаимодействий, промышленная революция, изменения условий быта – все это отразилось на отношении человека к физической культуре и спорту. Использование машин и механизмов, появление фабрик и заводов приводило к уменьшению зависимости человека от собственных физических навыков. Физическое превосходство

перестало быть условием социального превосходства, а совершенствование тела стало одним из видов досуга. Сложились условия для выделения физкультуры и спорта в отдельное самостоятельное направление социально-культурного развития человека [47].

С наступлением Нового времени и началом развития буржуазных отношений места для занятия физической культурой еще некоторое время находились в зависимости от предыдущей эпохи и по инерции продолжали приспособлять общественные сооружения для новых функций. Промышленная революция создала предпосылки для возникновения новых строительных технологий, что отразилось на создании новых сооружений. С наступлением 19 века постройки для занятий физическими упражнениями, тренировок и активного отдыха получили свое самостоятельное архитектурно-планировочное решение. Проводить соревнования и демонстрировать свои достижения стало возможным на специально построенных стадионах.

Стадион в Милане (Илл. 4) - первое сооружение, специально построенное для спортивных состязаний. Архитектор Луиджи Каноника в 1806 году создал его по образцу древнеримских стадионов. Стадион можно было использовать для различных видов спорта: бега, гимнастики, метания молота или копья, в том числе, можно было превращать его в бассейн. В дальнейшем стадион был приспособлен для игры в футбол.

Возрождение игр в мяч и получение первых соблюдаемых правил с середины XVII века привело к началу XIX века к строительству специальных полей. Это позволило оборудовать данные площадки трибунами, местами для переодевания спортсменов и помещениями для разминок. С 1857 года возрождается игра в футбол, что приводит оформлению площадок для игры в самостоятельные спортивные сооружения.

В загородной резиденции Российский императоров в г. Гатчина, в 1797 годы по канонам древнеримской архитектуры строится земляной амфитеатр для проведения увеселительных рыцарских соревнований и для конных тренировок. Посещение данного сооружения было доступно знатым людям и приближенным

ко двору. Тренировки для поддержания физической формы проводились на специально оборудованных площадках.

В Германии в 1810 году возникли гимнастические площадки – турнплацы (Илл. 4) для проведения занятий физкультурой. Были предложены новые приспособления для тренировок: перекладины, брусья, конь, разновесные гантели и другие спортивные снаряды. Основной задачей кружка «турнеров» была пропаганда здорового образа жизни. В дальнейшем решения подобных площадок, а также методологии занятий нашли широкое распространение в Европе.

Во второй половине 19 века возникло совершенно новое направление в занятиях физкультурой – занятия на специальных тренажерах, которые имитируют основные физические нагрузки: бег, греблю, перенос тяжестей, физическую работу.

Изобретение «терапевтических машин» шведского физиотерапевта Густава Цандера (Илл. 4) в 1876 году предопределила состав и компоновку современных фитнес-центров. На основании изучения физиологии человека и стремлении предотвратить отсутствие физической активности были изобретены тренажеры, размещенные затем во многих курортах, санаториях и оздоровительных клиниках Европы, в специальных тренажерных залах.

К концу 19 века в Париже и Брюсселе открылись первые коммерческие тренажерные залы «Grand Gymnase». Это были большепролетные сооружения, схожие с железнодорожными станциями. В этих залах проводились тренировки с использованием спортивных снарядов, собственного веса и привлеченных весов под ритмичный звук барабана. Были предусмотрены раздевалки с водными процедурами в виде энергичного обтирания. В Англии в 1897 году Юджином Сэндоу (настоящее имя Фридрих Вильгельм Мюллер), основоположником бодибилдинга, были открыты залы для силовых тренировок. В этих залах предлагались тренировки с различными снарядами и приспособлениями. Основной упор в занятиях делался на развитие мускулатуры в зависимости от физических возможностей человека. Важно, что именно там впервые были предложены тренировки с персональными тренерами.

Развитие строительных и инженерных технологий к середине 19 века позволило создавать крытые бассейны как самостоятельное сооружение, не привязанное к термальным источникам. Первый крытый бассейн был построен в Вене в 1842 году. Он имел размеры 37,9x13 метров. Бассейн был оборудован раздевалками с душевыми, комнатами отдыха и залом для предварительных тренировок. В 1843 году подобные сооружения появились в Германии и Англии. Возможность посещать закрытые бассейны позволила заниматься плаванием и проводить другие оздоровительные занятия на воде круглогодично. Посещение водных курортов также стало постоянным. Строятся крытые галереи для прогулок, принятия минеральных вод и для занятия физкультурой. Появление методики гимнастических занятий и возникновение тренажеров послужили началом к созданию специальных физкультурных залов. Один из таких, с тренажерами Цандера, до сих пор существует на курорте в г. Эссентуки (Илл. 4).

В Новое время занятие спортом обретает массовый и доступный характер. Возможность тренироваться и заниматься отдельными спортивными дисциплинами выделили новый вид атлетов, которые могли выступать на олимпийских играх, возобновленных с 1896 года. Это послужило дополнительным толчком к внедрению массового занятия спортом и предопределило выделение профессионального спорта в отдельный вид занятий. К концу 19-го - началу 20-го века практически полностью оформились основные методики занятий физическими упражнениями, направленными на общее физическое развитие. Гимнастические залы и залы для тренажеров сформировались как самостоятельный вид сооружений и получили широкое распространение.

Таким образом, исторический анализ сооружений, направленных на физическое совершенствование и проведения активного досуга с целью оздоровления, подтверждает разделение физических занятий на четыре основные группы: силовые, групповые, игровые, и занятия в воде, а также досуг и оздоровление без физических нагрузок.

Можно дать следующие описание данных видов занятий:

Силовые занятия – занятия, направленные на развитие силы, выносливости, формирование выраженного мышечного каркаса с применением спортивных снарядов (брусья, конь, разновесные гантели, кольца, молот, диск, копье) и приспособлений, воспроизводящих основные физические нагрузки (бег, ходьба, скачки, гребля, поднятие и перенос тяжестей).

Групповые занятия – занятия, направленные на длительные динамически нагрузки, развитие реакции, ловкости, скорости и других физических качеств, которые необходимы во время бега, игр в мяч, танцев, прыжков, фехтования.

Игровые занятия – занятия, рассчитанные на проведения различных командных игр: футбол, ручной мяч.

Занятия на воде – занятия, связанные с обучением плаванию и проведением водно-оздоровительных процедур.

Оздоровительные занятия и активный досуг – занятия, связанные с физическим самосовершенствованием в результате процедур и отдыха до или после физических нагрузок.

На протяжении изучаемых исторических периодов выявленная тенденция совмещения физических занятий, активного отдыха и оздоровительных процедур воплощается в единый комплекс: термы в Античные времена, термальные источники в Средневековье, курорты с тренажерными залами и бассейнами в Новое время.

- **Новейшее время (1945 - 2022 гг.)**

Окончание второй мировой войны, распад колониальных владений, возникновение новых государств, рост населения, изменение экономических отношений – все эти факторы сформировали основу для создания глобальной мировой цивилизации. Произошло принципиальное изменение в понимании человеком своего места в мире. Доступность информации, транспортная доступность, эффективное здравоохранение, возможность выбора работы независимо от места проживания, возможность самостоятельно формировать собственный регламент жизни – важные отличия человека 20-21 века от людей прошлых эпох. Научно-технический прогресс и распространение общих

стандартов качества производства обеспечили достаточное количество свободного времени, что привело к новому уровню жизни. Все это выразилось в возможности самосовершенствоваться, что отразилось и на отношении к физической форме человека. Хорошая физическая форма остается признаком успеха и независимости.

К середине 20 века произошло окончательное разделение спортивной активности на две категории – спорт высших достижений и занятия физическим упражнениями для поддержания физической формы. Наметилось явное разделение на спортивные тренировки и тренировки для поддержания физического уровня, не для участия в соревнованиях [119]. Возникновение международных ассоциаций по различным видам спорта позволило сформировать единую систему стандартов и правил для проведения спортивных игр и соревнований, что обеспечило абсолютность результатов спорта высших достижений. Демонстрация спортивных достижений на международных соревнованиях стала государственной задачей практически во всех современных странах. Спорт высших достижений превратился в одну из отраслей экономики. Это воплотилось в строительстве стадионов и спортивных арен для проведения соревнований по игровым видам спорта, что также позволило проводить зрелищные и массовые мероприятия.

Современные условия глобального мира, объединенного общими стандартами и технологиями, позволяют создавать универсальные решения в строительстве объектов спорта и занятий физкультурой. Одной из особенностей архитектуры спортивных сооружений можно считать то, что для каждой группы занятий существуют соответствующие сооружения, согласно установленным международным правилам [130]. Стадионы, спортивные арены возводятся к значимым спортивным событиям, олимпиадам или чемпионатам [134]. Эти сооружения направлены на обеспечение максимального количества посетителей и включают в себя универсальные возможности. Игры в футбол, соревнования по легкой атлетике, соревнования по бегу – основные виды игровых спортивных состязаний. В составе стадиона выделяется важная функциональная часть – «спортивное ядро», которое состоит из поля для игры в мяч, беговой дорожки, зоны метания молота или ядра и зоны для прыжков (Илл. 5). «Спортивное ядро»

характеризуется четким функциональным наполнением. Все дополнительные площади, которые необходимы для проведения различных мероприятий не спортивного характера, формируются за счет зрительских мест.

Современный многофункциональный спортивный комплекс – крытый спортивный объект, позволяющий при условии трансформации проводить спортивные мероприятия по различным видам спорта, концертно-зрелищные и массовые мероприятия (СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования). Важно учесть, что стадионы также являются универсальной тренировочной базой для подготовки спортсменов высших достижений. Система отбора спортсменов для соревнований делает необходимым воспитание атлетов с детских лет.

Для отдельных видов силовых занятий возводятся специализированные сооружения: легкоатлетические манежи, велотреки, ледовые дворцы, санно-бобслейные трассы, гребные каналы, ипподромы (Илл. 5). Узкая специализация подобных сооружений позволяет концентрированно воплощать спортивные задачи в тренировках и в дальнейших выступлениях. Как и на больших спортивных аренах и стадионах, на специализированных спортивных площадках выделяется главный функциональный элемент: гимнастическое поле, велотрек, хоккейное поле, конькобежная трасса и т. д. Вспомогательные помещения для общей физической подготовки обладают универсальностью и в качестве отдельного элемента могут быть воспроизведены на специализированных тренировочных базах.

Таким образом, спорт высших достижений является узкоспециализированным занятием профессиональных спортсменов, направленным на выступление и демонстрацию достижений при значительном стечении зрителей и средств массовой информации.

Бассейны для спорта высших достижений имеют существенные отличия от обычных оздоровительных. Длина дорожки в зависимости от вида соревнований составляет 25 или 50 метров. Нормируется ширина дорожки и глубина в зоне старта. Кроме бассейнов для плавания выделяются бассейны для прыжков в воду с вышки, для проведения соревнований по водному поло и для синхронного

плавания, для глубоководного погружения, а также бассейн для проведения тренировок гребцов на байдарках и каноэ (Илл. 5). В последнее время выделяются специализированные бассейны с искусственными волнами для тренировок серфингистов. Бассейные комплексы оборудованы залами для тренировок пловцов вне воды. Различного типа плавательные чаши объединяются в единый комплекс с размещением зрительских мест.

Сооружения для спорта высших достижений воплощают в себе зрелищные и тренировочные функции и имеют специализированную систему спортивных баз и спортивных школ [12].

Спортивные базы (Илл. 5) – универсальные сооружения для тренировки спортсменов смежных дисциплин по программе общей физической подготовки. Важным элементом спортивных баз является медицинская и профилактическая составляющая, обеспечивающие атлетам соответствующий режим восстановления и обретения формы. Пребывание на таких базах, как правило, носит закрытый характер и продолжается в течение нескольких недель. Характерная особенность тренировочных баз заключается в том, что на их площадке располагаются детские спортивные школы, в стенах которых производится подготовка будущих рекордсменов [8].

Спортивная школа (Илл. 5) – первая ступень в подготовке спортсмена к спорту высших достижений [131]. Как и палестры в древней Греции, современные спортивные школы устраиваются непосредственно в составе крупных спортивных сооружений различного назначения или бассейнах, а также как самостоятельные сооружения или в составе тренировочных баз [136].

Спортивные школы специализированного направления могут быть построены в виде самостоятельного сооружения. Как правило, такие школы имеют один тренировочный зал согласно выбранному виду спорта и вспомогательные помещения для размещения раздевалок и тренерского состава. В случае, если спортивная школа имеет специализацию по водным видам спорта, то ее размещение связано со специализированными спортивными бассейнами. Для хоккейных тренировок часто достаточно иметь спортивную площадку под

открытым небом для тренировок зимой. Для занятия фигурным катанием строятся специальные поля с искусственным льдом, воплощенные в быстровозводимых конструкциях. Данные сооружения и программы занятий направлены на формирование спортивного резерва для подготовки спортсменов высших достижений [137].

Занятие физкультурой и повышение физического уровня всех групп потребителей решается путем выделения отдельных секций и групп в составе спортивных комплексов. Данные занятия связаны с проведением досуга в качестве отдельно вида отдыха и не подкреплены дополнительными процедурами неспортивного характера.

Таким образом, во второй половине двадцатого века появились первые сооружения, которые соединяли в себе занятия физическими упражнениями для самосовершенствования и отдыха.

Методика занятий, функциональное зонирование, архитектурно-планировочные решения стали основой для формирования нового архитектурного объекта, который получил определение – фитнес-центр [46].

Сравнительный анализ фитнес-центров и других сооружений для занятий физическим самосовершенствованием

Начало фитнес-движению было положено в Америке в середине 50-х годов XX века [19]. В первую очередь это было движение молодых деловых людей, одержимых философией успеха, которая предполагает преодоление трудностей и поддержание высокой степени готовности к различным вызовам: физическим, психологическим, эмоциональным [160]. В нашу страну фитнес пришел с середины 80-х и имел примерно ту же направленность, но был представлен как методика занятий ритмической гимнастикой и упражнениями на развитие мускулатуры.

В начале 90-х годов, в «кустарных» условиях сформировались так называемые «качалки». Как правило, это были плохо оборудованные помещения с размещенными в них силовыми тренажерами [73, 147]. В дальнейшем эти самодельные физкультурные залы трансформировались в специализированные

залы для силовых тренажеров и объединившись с таким популярным видом занятий, как аэробика, которая пришла на смену ритмической гимнастике [135].

Таким образом, в течение 90-х 2000-х годов постепенно появились первые «фитнес-клубы» и современные «фитнес-центры».

Прежде чем фитнес-центры смогли получить современное воплощение, во второй половине 20-го века, в нашей стране получили распространение специализированные «Дома Физкультуры», которые объединяли в себе несколько спортивных школ по различным направлениям. В составе «Дома Физкультуры» выделялись три основные функциональные зоны по видам занятий: многофункциональный или универсальный зал для игровых занятий, зал или залы для проведения групповых занятий или силовых тренировок (кольца, брусья, конь, перекладина, разновесные гантели и бассейн). В составе бассейна отдельно выделялась чаша для обучения плаванию детей и бассейн для тренировок спортсменов с глубоководной зоной для прыжков с вышки. Важным элементом зоны бассейнов являлось наличие специального тренировочного зала для проведения занятий вне воды.

Объединение всех основных спортивных дисциплин под одной крышей позволило производить дифференцированный отбор будущих профессиональных спортсменов [7]. Возникли условия для регулярного посещения спортивных секций для детей и взрослых в полном соответствии с регламентом выбранных видов спорта [39]. Размещение небольшого количества трибун позволяло проводить локальные соревнования в качестве отборочных этапов перед большими стартами. Занятия в «Доме Физкультуры» осуществлялись без ограничения возраста, но в соответствии с выбранной тематикой занятий. В дальнейшем в 21 веке этот вид подготовки стал проводиться в физкультурно-оздоровительных комплексах – ФОКах.

Физкультурно-оздоровительные комплексы (ФОК) (Илл. 6): крытый специализированный или многофункциональный объект, в состав помещений которого входят различные зоны, предназначенные для проведения физкультурно-оздоровительных занятий (СП п. 3.1.6) [108, 157]. Физкультурно-оздоровительный

комплекс является основным видом сооружений, предназначенных для поддержания физической формы и подготовки спортсменов к переходу в профессиональный спорт [103]. Занятия в ФОК можно рассматривать как занятия максимально приближенные к уровню тренировок спорта высших достижений. Занятия являются общедоступными и не имеют ограничения по возрасту. Наряду с физкультурно-оздоровительными комплексами, которые аккумулируют наибольшее количество различных видов спортивных дисциплин и носят многофункциональный характер, широкое распространение приобретают универсальные спортивные залы.

Универсальные спортивные залы – залы для проведения различных спортивных занятий и соревнований без дополнительной трансформации и приспособления. В отличие от многофункциональных залов, в которых предусмотрена трансформация с выделением отдельных зон для проведения различных занятий, универсальные залы имеют ограничения по размерам 36x18 м и не имеют возможности устройства зрительских мест. Проведение спортивных тренировок, направленных на поддержание физической формы в универсальных спортивных залах, в оздоровительных бассейнах или в залах для групповых занятий, позволяет размещать данные залы или чаши бассейнов в различных социальных учреждениях.

Универсальные спортивные залы и детские бассейны в детских дошкольных учреждениях – неотъемлемая часть процесса физического воспитания [40]. Специфика организации процесса спортивных тренировок основывается на игровых занятиях, формирующих скорость реакции и ловкость. Занятия на воде направлены в первую очередь на закаливание организма и формирование правильного строения тела, а также обучение плаванию.

В школах, колледжах и в высших учебных заведениях физическая подготовка проходит в универсальных спортивных залах и на силовых тренажерах [75, 162] (Илл. 5). Возможность проведения занятий спортом согласно стандартам спорта высших достижений позволяет формировать спортивные команды и подготавливать спортсменов для дальнейшей спортивной профессиональной

карьеры [118, 142]. В то же время универсальность подобных залов позволяет организовывать отдельные занятия не только для студентов и школьников, но и для всех желающих [121].

Строительство специальных школьных бассейнов и бассейнов в составе высших учебных заведений происходит согласно спортивным стандартам – регламентируются длина и ширина плавательных дорожек, параметры зоны для прыжков воду и обходной дорожки вокруг, что позволяет проводить соревнования и тренировки наравне со спортивными бассейнами. Возможность посещать физкультурные центры учебных заведений не только студентами и школьниками, но и всеми желающими, позволяет организовывать на этой базе спортивные кружки и секции по отдельным видам спорта [51] (Илл. 6).

Спортивные кружки, клубы и секции характеризуются узкой специализацией занятий и отсутствием стационарного инвентаря, что позволяет организовывать тренировочный процесс в приспособленных помещениях достаточной площади. Занятия йогой, танцами, аэробикой, различными силовыми упражнениями и единоборствами не требуют больших многофункциональных или универсальных залов и, как правило, размещаются на одинаковой площади от 70 до 80 кв. м. без учета помещений для раздевалок, душевых и входной зоны [49]. Спортивные клубы или секции объединяют несколько схожих спортивных направлений [104]. Это позволяет выделить такие залы в отдельный функциональный вид - залы для групповых занятий.

Таким образом, игровые занятия проводятся в многофункциональных залах или на универсальных площадках соответствующих размеров, вписанных в данные залы. В многофункциональных залах возможно размещение нескольких спортивных площадок для занятий несколькими игровыми видами спорта одновременно. Универсальные залы также приспособлены для проведения занятий по различным игровым видам спорта, но последовательно. Силовые занятия и различные игровые занятия, направленные на поддержание физического здоровья, возможно проводить в группах, они проходят в залах для групповых занятий достаточной площади.

Оздоровительные бассейны, рассчитанные на посещение всех желающих независимо от возраста и спортивных навыков, позволяют формировать различные спортивные секции для занятий в воде. Обучение плаванию с раннего детского возраста, оздоровительное плавание, аквааэробика, игры с мячом на воде не требуют жестких спортивных габаритов по ширине и глубине и могут быть приспособлены для проведения различных занятий в воде одновременно, а также рассчитаны на самостоятельное посещение вне зависимости от специфики занятий.

Анализ физкультурно-оздоровительных комплексов, универсальных спортивных залов, спортивных клубов и секций, оздоровительных бассейнов, а также режимов и видов спортивных занятий показывает наличие основных функциональных зон: многофункциональный или универсальный спортивный зал для игровых занятий, залы для групповых занятий, зал для силовых занятий и оздоровительный бассейн [154].

Объединение универсальных залов, залов для групповых и силовых занятий, оздоровительных бассейнов с учетом достаточного количества раздевалок, обязательное включение зоны отдыха с оздоровительными процедурами определяют тенденцию к появлению нового типа сооружений — фитнес-центров [42].

В результате проведенного исследования и выявленных особенностей сооружений для физического совершенствования возможно определить следующие различия между современными фитнес-центрами и физкультурно-оздоровительными комплексами.

Посещение физкультурно-оздоровительного комплекса является важнейшим условием развития человека начиная с детских лет и первой ступенью для подготовки спортсменов к спорту высших достижений. Комплексы имеют государственную поддержку в финансировании, рекомендованы к обязательному размещению в жилых зонах, их создание направлено на исполнение государственных программ по оздоровлению общества.

Фитнес-центр является самостоятельным выбором современного человека в физическом развитии и отдыхе и не направлен на подготовку к спорту высших

достижений [1]. Фитнес-центры опираются на частное финансирование, располагаются в местах, соответствующих рыночному спросу [66]. Осуществляют работу по специальным групповым и индивидуальным программам и рассчитаны на все группы потребителей [2].

Исследование функционального наполнения физкультурно-оздоровительных центров и выделение фитнес-центров в отдельный вид спортивных сооружений представлено в таблице (Илл. 7). Сравнительный анализ функциональных зон физкультурно-оздоровительных комплексов и фитнес-центров определил их разделение на зоны для проведения занятий согласно различным программам для повышения уровня физических возможностей и зоны отдыха, связанные с оказанием оздоровительных услуг [132].

К зоне физкультурных услуг относятся игровые залы, залы для групповых занятий, залы для тренажеров и зоны занятий в воде.

– **Занятия, направленные на физическое самосовершенствование (физкультурные занятия):**

– Универсальный спортивный зал применяется в фитнес-центрах и имеет максимальные габариты площадки для проведения занятий по приоритетному виду спорта. Как правило, это площадка для мини-футбола [97]. В размеры данной площадки вписываются все остальные зальные игровые виды спорта: баскетбол, волейбол, гандбол, бадминтон и пр. Проведение занятий в универсальном спортивном зале возможно только последовательно. Размеры зала не предусматривают размещение трибун. В отдельных случаях возможно применение многофункциональных залов в составе фитнес-центров, что увеличивает вариативность в проведении занятий.

– Многофункциональный зал в составе физкультурно-оздоровительного центра имеет возможность размещения нескольких спортивных площадок требуемых габаритов, что позволяет использовать его одновременно для нескольких различных занятий или для проведения соревнований, размещая на дополнительной площади трансформируемые трибуны.

– В составе ФОКов предусматриваются открытые площадки для размещения некоторых видов занятий в зависимости от сезона. Организации занятий по отдельным спортивным дисциплинам (футбол, крокет, хоккей, фигурное катание) возможны исключительно на открытых площадках.

– В составе фитнес-центров открытые площадки применяются в случае размещения фитнес-центров в составе крупных открытых спортивных объектов, таких как гольф-клуб, конноспортивный клуб, яхт-клуб. Открытые площадки могут быть дополнительной функцией в фитнес-центре для размещения отдельных групповых занятий в составе наземного благоустройства или на крышах. Открытые спортивные площадки представляют самостоятельный вид функционального зонирования и могут быть применены в качестве дополнительной функциональной зоны в фитнес-центрах.

– Залы для групповых занятий - залы с минимальным размером 80-90 кв.м., не зависят от вида проводимых групповых занятий. Разделяются на залы для пассивных и активных занятий. В физкультурно-оздоровительном комплексе групповые тренировки могут проводиться как на выделенном участке многофункционального зала, так и в отдельных залах меньшего размера.

– В фитнес-центрах групповые занятия проводятся в универсальных залах, но при условии, что в этом зале проводится только данное занятие. Для проведения групповых занятий в составе фитнес-центра, как правило, выделяется несколько дополнительных помещений. Это могут быть залы для проведения занятий по различным видам аэробики [98], танцевальные залы, залы для занятия йогой и аэройогой. Функциональная однородность и необходимость одинаковой минимальной площади позволяют совмещать занятия и проводить их последовательно в одном и том же зале. Залы для групповых занятий обладают универсальностью применения для различных видов занятий.

– Проведение силовых занятий в физкультурно-оздоровительных комплексах происходит на стационарных снарядах: брусья, кольца, перекладины, шведские стенки. Занятия на мобильных силовых тренажерах носят

вспомогательный характер и не выносятся, как правило, в отдельный специальный зал.

– В фитнес-центрах залы для силовых занятий разделяются на два направления в зависимости от предлагаемых тренажеров – зал силовых тренажеров и зал кардио-тренажеров. Объединение данных функций в одном помещении регламентируется четким зонированием в связи с различной интенсивностью занятий [161].

- **Занятия на воде:**

– Плавательные бассейны - бассейны для проведения тренировок согласно установленному спортивному регламенту, их длина, ширина и глубина имеют четко обозначенные параметры. Физкультурно-оздоровительные комплексы оборудованы плавательными бассейнами для проведения тренировок и воспитания будущих спортсменов. Выделяется зона или отдельный бассейн для детей младшего возраста от 4 до 6 лет для обучения плаванию. Предусматривается отдельный зал или зона в составе общего зала бассейна для предварительной разминки перед началом занятий на воде.

– В фитнес-центрах применяется оздоровительный бассейн с возможностью выделения спортивной зоны. Оздоровительный бассейн может иметь самостоятельные параметры, не ограниченные спортивными регламентами. В зоне зала бассейна размещаются дополнительные чаши для проведения занятий по оздоровительном плаванию, для занятий с детьми в присутствии родителей, для проведения отдыха в воде. Можно обозначить три основные зоны зала оздоровительного бассейна: зона плавания и оздоровления, зона занятий с детьми и обучения плаванию и зона водных процедур. Зона плавания и оздоровления оборудована специальными тренажерами: противоток, гидромассаж, зона аква-аэробики, зона интенсивного плавания. Зона занятий с детьми оборудована двумя или тремя чашами для занятий с детьми разного возраста от 0 до 1 года, от 2-х лет до 4-6 лет с целью обучения плаванию. Зона отдыха оборудована небольшими гидромассажными ваннами для 5-8 человек. Выделяются ванны с водой различной

температуры. В некоторых фитнес-центрах устраивается отдельный бассейн с соленой водой достаточной плотности для расслабляющего плавания.

- **Неспортивные оздоровительные занятия (сервисные услуги)**

Сравнительный анализ сервисных услуг, представленный в соответствующих функциональных зонах физкультурно-оздоровительных комплексов и фитнес-центров, обнаружил следующие закономерности.

Неспортивные услуги – услуги, связанные с отдыхом до или после тренировки, направленные на улучшение физического и эмоционального состояний. Можно выделить три группы мероприятий, включенных в зону сервисных или оздоровительных услуг:

- Услуги, связанные с физическими процедурами: массажные, термические, специальные.
- Услуги, связанные с косметическими процедурами: салон красоты, парикмахерская, визажист.
- Услуги, связанные с питанием и покупками, детские комнаты: кафе, магазины, фито-бар, детские городки или площадки.

В физкультурно-оздоровительном комплексе отдых, связанный с физическими процедурами, представлен в виде кабинета для массажа, саун в раздевалках и кабин солярия. Подобное ограничение вызвано расписанием проведения тренировок и быстрой сменяемостью групп занимающихся. Отдых, связанный с косметическими процедурами, в ФОКах отсутствует. Отдых в кафе или посещение магазинов спортивного инвентаря присутствует в физкультурно-оздоровительных комплексах в качестве сопутствующего сервиса в зоне ожидания или вестибюля. Детские городки или игровые комнаты в физкультурно-оздоровительных центрах не предусматриваются.

В составе фитнес-центров неспортивные услуги имеют самостоятельное функциональное выражение:

- Услуги, связанные с физическими процедурами, разделяются на зоны массажных кабинетов (различный мануальный массаж), термических процедур (крио-сауна, банный комплекс в составе финской сауны, хамам, римские бани,

русские бани, бассейны с различными температурами), специальных услуг (соляная пещера, грязевые ванны, солярий). Они расположены в зоне раздевалок или выделяются в отдельную зону с возможностью одновременного посещения мужчинами и женщинами.

- Услуги, связанные с косметическими процедурами, представлены в виде салона красоты, парикмахерской, кабинета по уходу за ногтями. Могут быть размещены в общедоступной зоне для посещения как до, так и после тренировок.

Сочетание физических и косметических процедур, совмещенных с возможностью дополнительного отдыха в бассейне, объединяются общим понятием – СПА процедуры. СПА процедуры – метод физиотерапии, связанный с водными и массажными процедурами, направленный на улучшение общего физического и эмоционального состояния без дополнительных физических нагрузок. В составе фитнес-центров имеют самостоятельное воплощение и выделяются в отдельную функциональную зону с организацией самостоятельного входа.

- Услуги, связанные с посещением спортивных магазинов, кафе, и детские игровые комнаты в составе фитнес-центров выделяются в обособленный вид услуг, которые предоставляет фитнес-центр, и являются неспецифической сопутствующей функцией. Магазины спортивного инвентаря и одежды, магазины по продаже спортивного питания, магазины по продаже спортивных туров и путешествий могут быть расположены в зоне вестибюля и быть представленными как самостоятельный магазин или как зона продажи у стойки администратора.

Кафе и рестораны для ожидания, фито-бары – дополнительные услуги до или после тренировок. Размещаются в зоне фойе и могут посещаться независимо от тренировок. Детские игровые комнаты предназначены для детей в возрасте от 3 до 6 лет, они не несут спортивной функции, не являются детским фитнесом. Отдельные зоны для размещения детского фитнеса в рамках данной работы не рассматриваются [86].

Таким образом, сравнительный анализ современных физкультурно-оздоровительных комплексов и фитнес-центров показывает, что фитнес-центры

являются самостоятельным выбором современного человека, выраженном в равновесном развитии физических, эмоциональных и эстетических качеств. Занятия в фитнес-центрах проходят согласно определенным физкультурным программам, рассчитанным на широкий круг потребителей [3]. Программы подбираются согласно проявленному интересу, поставленной персональной задаче и направлены на совершенствование персональных данных вне соревновательной практики [50].

Классификация фитнес-программ

Анализ исторических сооружений и занятий физическим самосовершенствованием в данных сооружениях подтвердил основные виды физических занятий. Включение дополнительной неспортивной, сервисной функции, связанной с улучшением внешнего вида и направленной на проведения дополнительного отдыха в рамках данного сооружения, определило возможность проведения отдыха, совмещающая физическую нагрузку и неспортивные сервисные услуги. Это позволило выделить основные виды занятий и объединить их в фитнес-программы [148]. Анализ занятий показал, что фитнес-программы делятся по виду воздействия на потребителей и по виду потребителей. По виду воздействия на потребителей выделяются следующие программы:

Силовые программы (Илл. 8) – работа с силовыми и кардио-тренажерами. Выделяются три вида занятий по силовым программам: занятия со свободными весами (гантели, гири), занятия с использованием собственного веса в сочетании со специальными приспособлениями (скамья Скотта, турник, шведская стенка) и занятия с тренажерами, имитирующими различные виды физических нагрузок, как статических (силовые тренажеры), так и динамических (кардио-тренажеры) [133].

Групповые программы (Илл. 8) – программы, направленные на длительные динамически нагрузки, проводимые в составе групп, под руководством тренера. Выделяются активные занятия – аэробика, шейпинг, степ-аэробика, танцы и пассивные – йога, аэройога, пилатес [55].

Игровые занятия (Илл. 8) – программы, рассчитанные на проведения различных командных игр: мини-футбол, волейбол, баскетбол, а также занятия,

которые проводятся в игровых залах с привлечением партнера: теннис, бадминтон, сквош, настольный теннис [109].

Занятия на воде (Илл. 8) – программы работы в бассейне. Выделяются несколько видов занятий на воде: обучающие программы, программы для оздоровления (гидромассаж, аквааэробика) и программы для комплексного плавания.

Анализ основных фитнес-программ подтвердил возможность проведения их в соответствующих выявленных ранее функциональных зонах: *зона игровых занятий, силовых занятий, групповых занятий, зона бассейна.*

По виду потребителей фитнес-программы делятся на следующие.

– *Универсальные* – обслуживание всех категорий потребителей не зависимо от размещения фитнес-центра; предусматривается обязательное включение силовых и групповых фитнес-программ вне зависимости от доминирующих приоритетных программ [41];

– *Специальные* – обслуживание специальных категорий потребителей (военные части, предприятия транспортной инфраструктуры, медицинские учреждения).

– *Медицинские* – обслуживание потребителей по соответствующим медицинским показаниям.

Изучение фитнес-программ, проводимых в соответствующих функциональных зонах и возможность совмещения активного отдыха с неспортивными оздоровительными процедурами, позволяет сформулировать современное понятие фитнес-центра [37, 38]. На сегодняшний день имеющиеся определения фитнеса характеризуют данное явления, как специальные физические упражнения, объединенные в разнообразные фитнес-программы, направленные на улучшения жизни современного человека [145]. Существующие определения фитнеса не связаны с типологическими особенностями данных сооружений. Таким образом, проведенный исторический анализ, выявление функциональных зон и анализ фитнес-программ позволяет дать авторское определение фитнес-центра как самостоятельного архитектурного объекта (Илл. 6).

Фитнес-центр – многофункциональный комплекс, рассчитанный на проведение занятий, объединенных в фитнес-программы для индивидуальных и групповых посещений, ориентированный на конкретные социальные группы потребителей с соответствующими потребностями и рекомендуемыми для них программами оздоровления, что является определяющим для оптимального функционального состава комплекса, его объемно-пространственного решения, вместимости и расположения в структуре города (Илл. 6).

Возникновение современных фитнес-центров в контексте изученного исторического опыта и современных технологий, направленных на оздоровление, зависит от ряда факторов, которые влияют на составление современных требований к формированию фитнес-центров и классификации потребителей фитнес-программ.

1.2. Факторы влияния

Анализ строительства современных фитнес-центров на примере Санкт-Петербурга позволил выявить комплекс факторов, которые оказывают влияние на формирование фитнес-центров.

Факторы разделены на две группы: основные и дополнительные (Илл. 10).

– **Основные факторы влияния – факторы, оказывающие безусловное воздействие.**

Особенности основных факторов:

- невозможность исключения воздействия;
- невозможность влияния на воздействия;
- предопределение взаимодействия со всем основными факторами;
- действие в течение длительного времени вне условий формирования фитнес-центра.

К **основным** факторам влияния относятся следующие:

- **Политические факторы** (Илл. 12) – факторы, выраженные в государственной политике, направленной на физическое оздоровления общества.

По данным Федерального Собрания Российской Федерации в Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 года № 1662-р, указано, что в развитии общества, его духовном и физическом здоровье значительную роль играют физическая культура и спорт. В нашем городе важность решения общегосударственных задач была выражена в Постановлении Правительства Санкт-Петербурга от 23 июня 2014 года № 498 «О государственной программе Санкт-Петербурга «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге».

В последнее время в связи с эпидемиологической ситуацией в нашей стране и в мире был принят ряд мер, направленных на поддержание и развитие бизнеса, в частности, на поддержание фитнес-центров. В постановлении от 3 апреля 2020 г. № 434 «Об утверждении перечня отраслей российской экономики, в наибольшей степени пострадавших в условиях ухудшения ситуации в результате распространения новой коронавирусной инфекции» даны соответствующие указания.

В настоящее время в России действует около трехсот тысяч объектов спорта. Количество граждан, вовлеченных в процесс занятия спортом, увеличивается ежегодно. Появились возможности привлечения к занятию спортом инвалидов и людей с ограниченными возможностями. В стране вновь созданы центры тестирования норм ГТО [80]. Ведется постоянная работа по дальнейшему внедрению данного тестирования среди населения. Одним из важнейших направлений в развитии массового спорта стало внедрение максимально доступных для населения спортивно-оздоровительных комплексов [79]. Фитнес-центры являются частью этой масштабной работы. Данные мероприятия являются следствием государственной программы, направленной на физическое оздоровление общества. Проявление политических факторов при формировании фитнес-центров можно наблюдать в следующих аспектах:

Влияние политической системы на формирование важных правоустанавливающих документов и направлений:

- нормативы и правила общежития (Законы, СНиПы, и СП);
- направления развития общества: экономические, социальные, культурологические;
- нравственно-моральные ориентиры общества.

Отклик на современные политические тенденции:

- решение основных социальных задач для обеспечения высокого уровня жизни;
- взаимодействие с внешними влияниями;
- изменение государственных институтов в зависимости от возрастных и гендерных изменений.

Формирование политического запроса:

- планирование развития;
- укрепление основных ценностных ориентиров;
- создание новых тенденций и программ в социальной политике.

- **Социально-экономические факторы (Илл. 14)**

Социально-экономические факторы – факторы, формирующие основные направления развития фитнес-индустрии, устанавливающие главные тенденции формирования функциональных зон и объемно-пространственных решений [110, 151]. Воздействие всех факторов фокусируется в экономических показателях, так как фитнес-центр является самостоятельным продуктом частного бизнеса и направлен на решение бизнес-задач [13]. Требуют разработки эффективных доступных для населения типологических решений фитнес-центров [34]. Экономичность комплексов требует максимальной эффективности использования материальной базы фитнес-центров, адаптации архитектурно-планировочной структуры к изменяющимся требованиям к организации фитнес-программ [158].

Социально-экономические факторы в экономической политике государства и зависят от:

- стабильности экономического роста и роста благосостояния населения;
- тенденций на рынке услуг (мода и направление развития) [81];

- жесткой конкуренции в сфере компоновки основных функциональных зон спортивных и неспортивных услуг;
- внедрения новых технологий в занятии спортом [57, 105];
- внедрение новых технологий в строительстве с целью оптимизации затрат;
- регулирование спроса и предложения на рынке спортивных и околоспортивных услуг путем объединения фитнес-центров с крупными спортивными агломерациями или внедрения в специальные социальные структуры (авиатранспорт, железнодорожный транспорт, школы, детские сады);
- появление новых видов сооружений в связи с развитием новых технологий в строительстве;
- распространение внедрения фитнес-центров как сопутствующих функций в различные коммерческие и социальные объекты;
- создание дополнительной привлекательности района в связи с появлением новой услуги;
- стимуляция дополнительного спроса на сопутствующие услуги – создание новых мест притяжения потенциальных потребителей.

- **Социально-демографические факторы (Илл. 16)**

Данная группа факторов предполагает формирование типологических решений фитнес-центров с ориентацией на требования основных групп потребителей и возможностей. Социально-демографические факторы – факторы, выраженные в возрастных, гендерных характеристиках потребителей и положения потребителя в обществе. Учет данных факторов при формировании фитнес-центра позволяет правильно распределять наполнение функциональных зон и выделять определенные приоритеты во включении тех или иных зон в состав фитнес-центра [127].

Социальные факторы применительно к формированию фитнес-центров оказывают влияние на следующие исходные данные:

Разделение групп населения согласно их доходам:

- малообеспеченные группы населения; включение в социальные программы для занятий физкультурой [106];
- средний класс; рабочие и служащие, не нуждающиеся в государственных дотациях для занятий физической культурой; выбирают занятие физкультурой как необходимую функцию своей жизни; занятие в фитнес-центрах – повседневная потребность, использование фитнес-центров в комфортной доступности [52];
- обеспеченный класс; бизнесмены, руководящие работники; занятия фитнесом являются повседневной необходимостью; выделяются предпочтением фитнес-центров со специализированными и индивидуальными занятиями; использование фитнес-центров в качестве специального времяпрепровождения не зависит от расстояния и доступности.

Формирование групп населения по профессиональной деятельности:

- учащиеся (все виды учащихся независимо от возраста и вида учебного заведения);
- служащие (государственные служащие, работники больших частных компаний, работники умственного труда);
- рабочие (потребители, основной вид занятий которых является физический труд на предприятиях);
- пенсионеры (независимо от рода занятий до выхода на пенсию);
- специальные профессии (военнослужащие, работники транспортной инфраструктуры, работники правоохранительных органов, медицинские работники).

Учитывание социального запроса и модные течения:

- занятие фитнесом – одна из составляющих философии успешного человека, важная составляющая социального портрета современного бизнесмена;

как и в античные времена, формирование атлетического телосложения – важное дополнительное условие высокого статуса в обществе;

- новые спортивные и неспортивные услуги для проведения активного отдыха самостоятельно или в компании;
- условия развития доступной среды для всех видов населения;
- - формирование эстетики красивого тела – конкурсы красоты и бодибилдинга [4].

- **Демографические факторы** – факторы, выраженные в возрастном и гендерном составе потребителя. Учет данных факторов при формировании фитнес-центра позволяет правильно распределять наполнение функциональных зон и выделять определенные приоритеты во включении тех или иных зон в состав фитнес-центра [95].

Влияние демографических факторов выражается в следующих аспектах при формировании фитнес-центра:

- состав функциональных зон (учитывается гендерный состав потребителей при формировании тренажеров и приспособлений для применения фитнес-программ) [5];
- типы спортивных программ (формирование расписания занятий);
- штатное расписание персонала (назначение тренеров согласно выбранным программам; работа с персональным тренером);
- расписание работы фитнес-центра (учитывается преимущественный поток посетителей в зависимости от возраста и гендерного состава) [74, 99];
- необходимость в создании общедоступной среды;
- размещение в составе зон фитнес-центра неспортивных услуг и различных дополнительных функций;
- наличие современных универсальных пространств для одновременного использования различными возрастными и гендерными группами населения.

- **Архитектурно-планировочные факторы (Илл. 12)**

Архитектурно-планировочные факторы – факторы, которые влияют на формирование объемно-пространственного решения фитнес-центров в зависимости от их типологии и размещения в структуре города [64].

Планировочные:

- решение генерального плана в зависимости от размещения объекта в планировочной структуре (КЕО и инсоляция, парковки, озеленение, площадки для мусора) [163];

- компоновка помещений в зависимости от технологии фитнес-задач и доступности среды;

- трансформация помещений для быстрого реагирования на изменения конъюнктуры рынка;

- применение современных конструктивных и отделочных материалов, возможность компоновать помещения, не опираясь на конструктивную схему - создание среды с постоянно изменяющимся сценарием посещения.

Объемно-пространственные:

- самостоятельные, приспособленные (реконструкция), встроенные;

- создание объема, скрывающего функцию, создание объемной доминанты вне контекста функции;

- контекст застройки – внутриквартальный, фронтально-уличный, в системе благоустройства открытого пространства, встроенный;

- выбор главного объемно-планировочного элемента в создании композиции (многофункциональный зал, бассейн, тренажерный зал).

Художественный образ:

- применение планировочной и объемно-пространственной композиции в качестве основного художественно-декоративного приема [84];

- встроенные фитнес-центры – размещение основных залов на фасаде с витринами – совмещение рекламы и функционального образа;

- решение фасада в зависимости от функции, создание спортивного образа в контексте всего комплекса;
- разработка узнаваемого стилистического решения внешнего вида здания для сетевых фитнес-центров; для не сетевых – самостоятельно привлекательные;
- создание самостоятельного узнаваемого образа фитнес-центра (создание дизайн-кода фитнес-центра, создание планировочного и объемно-пространственного типологического решения, тиражирование разработанного метода) [138];
- применение или отрицание контекста окружающей застройки, создание собственной стилистической тенденции (узнаваемость фитнес-центров на уровне известных социальных объектов – школ, детских садов).

- **Градостроительные факторы (Илл. 11)**

Градостроительные факторы – факторы, формирующие стратегию размещения фитнес-центров в структуре города во взаимодействии с системой общественных центров и общественных пространств, частью которых они являются в зависимости от величины и типологической направленности. Градостроительные факторы имеют следующие характеристики, влияющие на размещение фитнес-центров:

Местоположение:

- определение соответствующих территорий для размещения фитнес-центров (районные, муниципальные, микрорайонные, загородные, специализированные – в составе баз отдыха, санаториев, гостиниц, иных закрытых территорий);
- определение основных показателей территории для размещения фитнес-центра (плотность населения, его социальный и возрастной составы);
- учет ограничений в размещении согласно техническим характеристикам участка (сети, охранные обязательства, законодательные ограничения);

– расположение фитнес-центров в контексте существующих спортивных сооружений в структуре города, района, микрорайона.

Градостроительный контекст:

– формирование или сохранение контекста градостроительной ситуации (застройка на отведенном пятне строительства или формирование микрорайона относительно объектов социального назначения – школа, детский сад, фитнес-центр); выявление градостроительных акцентов; создание самодостаточной градостроительной среды (размещение в составе клубных поселков).

Транспортная и пешеходная доступность:

– определение необходимого уровня транспортной и пешеходной доступности (фитнес-центры для микрорайонов – пешеходная доступность; фитнес-центры для загородных рекреаций – транспортная доступность; определение минимально возможного радиуса для посещения фитнес-центров в зависимости от назначения) [35].

Выделяют пять основных уровней доступности для спортивных сооружений и фитнес-центров.

I уровень — микрорайонный (квартальный). Располагаются универсальные фитнес-центры в пределах 5-минутной пешеходной доступности. Предназначены для обеспечения базовой физической подготовки и ежедневного активного отдыха (встроенные в жилые дома сетевые фитнес-центры - тренажерные залы; плоскостные сооружения).

II уровень – универсальный фитнес-центр для размещения в микрорайоне или для нескольких микрорайонов – желательна не более чем 30-минутная пешеходная доступность.

III уровень – универсальный или многофункциональный фитнес-центр в составе муниципального образования – 30-минутная транспортная доступность.

IV уровень – многофункциональный общегородской фитнес-центр. Как правило, свыше 30-минутной транспортной доступности.

V уровень – загородные специализированные и многофункциональные комплексы. Время доступности не ограничено.

Благоустройство территории:

– создание современной среды на стадии проектирования (учет размещения плоскостных спортивных сооружений при проектировании благоустройства, учет возможности развертывания фитнес-услуг в первых этажах жилых зданий, размещения модульных фитнес-центров на территории благоустройства);

– создание дополнительных условий реновации сложившихся территорий (реконструкция существующих спортивных площадок, дополнительные функции к сложившимся спортивным агломерациям: гольф-клуб, теннисный корт, яхт-клуб);

– дополнительные акценты в формировании локальных градостроительных центров города;

– расположение, контекст, акцент, доступность, развитие – результаты анализа влияния фактора [14].

– создание современной среды на стадии проектирования, создание дополнительных условий реновации сложившихся территорий, дополнительные акценты в формировании локальных градостроительных центров города.

Помимо основных выявлены дополнительные факторы, учет которых необходим при исследовании отдельных аспектов создания типологических решений фитнес-центров. К ним относятся: *научно-технические; медицинские; средовые; природно-экологические; культурологические.*

– **Дополнительные факторы влияния – факторы непостоянного, обусловленного воздействия**

Главные особенности:

– возможность избирательного учета воздействия;

– возможность избирательного воздействия на отдельные составляющие фитнес-центра;

– возможность управления воздействием, гибкая комбинация факторов для создания универсальных решений.

- **Научно-технические факторы (Илл. 13)**

Научно-технические факторы – факторы, проявляющиеся в результате постоянного поиска новых методов в укреплении физических свойств человека. В неразрывной связке с политическими факторами влияние на формирование фитнес-центров оказывают научно-технические факторы. Фитнес как методика физического воспитания человека, направленная на поддержание здоровья, достигаемого за счет сбалансированных физических нагрузок, отдыха и питания, всегда был выражением современных достижений в науке. Возможность реализовывать данный запрос – сочетание научно-технического прогресса и соответствующих государственных программ.

Научно-технические факторы имеют следующие проявления и воздействия на формирование фитнес-центров:

Инженерно-технологические исследования:

- разработка нового спортивного оборудования [31];
- разработка новых инженерных решений для обеспечения высокого уровня безопасности и комфорта занимающихся;
- внедрение новых конструктивных решений для формирования многофункциональных большепролетных пространств [125];
- совершенствование существующих и получение новых строительных и отделочных материалов;
- применение новых методов строительства и эксплуатации объектов.

Влияние инженерно-технологических факторов привело к появлению нового вида многофункциональных фитнес-центров, таких как фитнес-центр в составе спа-комплекса Les Bains Des Dock's в Гавре, Франция (Илл. 26), в которых объединились самые передовые инженерные решения.

Биофизические и биохимические исследования:

- исследования, направленные на выявление скрытых резервов человеческого организма;
- разработка новых совершенных составов и методов питания;

- разработка методик освоения новых видов спортивных нагрузок и взаимодействия с новыми тренажерами;

- разработка новых препаратов, способствующих оздоровлению человека.

Научно-педагогическая деятельность:

- совершенствование и разработка новых спортивных фитнес-программ;
- внедрение фитнес-программ и соответствующих тренажеров в повседневную жизнь человека в качестве новых способов оздоровления общества;

- подготовка фитнес-тренеров и инструкторов с различными спортивными навыками;

- адаптация новых и традиционных спортивных и специфических национальных практик в фитнес-технологии [120, 123].

Влияние научно-педагогических факторов на формирование фитнес-центров выразилось в появлении новых видов занятий, новых дополнительных залов и в переоборудовании существующих под новые функции [76]. Разработка методик преподавания йоги, аэройоги, пилатеса, кроссфитинга и многих других позволила организовывать соответствующие спортивные группы и новые функциональные зоны [155]. Развитие научно-технического прогресса оказывает большое влияние на возникновение медицинских факторов, которые необходимо учитывать при формировании фитнес-центров [36].

• **Медицинские факторы (Илл. 13)**

Медицинские факторы – факторы, оказывающие влияние на создание условий для поддержания и улучшения здоровья. Медицинские факторы, влияющие на формирование фитнес-центров, имеют следующие аспекты своего выражения:

Создание специальных видов спортивных занятий и отдыха для реабилитации физических возможностей человека:

- разработка новых оздоровительных технологий и тренажеров, направленных на максимальный охват всех групп населения [77, 78];

- создание соответствующих доступных условий для возможности эксплуатации современных фитнес-центров [43, 128];

- прогноз состояния здоровья, подбор тренажеров [24];

Организация занятий для специальных групп потребителей:

- разработка программ и тренажеров для потребителей с вариантными физическими возможностями [17];

- разработка программ для проведения реабилитационных занятий для восстановления после перенесенных болезней [32];

- работа с потребителями из групп профессий, требующих высокой степени физической подготовки (работники транспортной инфраструктуры, военнослужащие, работники ГОЧС);

- разработка программ для профессиональных спортсменов.

Учет медицинских факторов при взаимодействии с научно-техническими факторами позволил разработать новые специальные спортивные программы, которые ранее использовались исключительно в специализированных медицинских учреждениях для реабилитации после перенесенных операций или травм. Внедрение в фитнес-центр данных программ значительно расширило диапазон пользователей и варианты предлагаемых услуг.

Специальные спортивные программы применяются в следующих областях:

- индивидуальные программы для работы с персональным тренером; в условиях пандемии данная услуга оказалась востребованной, так как обеспечивала возможность занятий фитнесом дистанционно, но с соблюдением необходимого регламента занятий;

- спортивные программы для проведения фитнес-занятий в социальных объектах; появилась возможность транслировать занятия фитнесом в различных социальных учреждениях, включая больницы, детские сады, а также промышленные предприятия и административные учреждения;

- персональные спортивные программы для экстремальной профессиональной деятельности [9]; возможность формировать занятия фитнесом

и соответствующее оборудование в аэропортах для летного состава, на объектах транспортной инфраструктуры, на командных пунктах, в местах подготовки космонавтов появилась под влиянием медицинских факторов, которые дают обоснование необходимости данных занятий.

Последовательное взаимодействие перечисленных факторов в настоящее время формируют новую среду для занятий спортом и физкультурой современного человека и включают во взаимодействие новые средовые факторы воздействия на формирование фитнес-центров.

- **Средовые факторы (Илл. 16)**

Средовые факторы – факторы, обусловленные формированием новых условий для занятий спортом и физкультурой. Возможность заниматься фитнесом в различных удобных и приспособленных для этого местах – еще один косвенный и постоянно воздействующий средовой фактор [124]. Появление новых видов взаимодействия людей в процессе работы и отдыха формирует новые формы развлечений и пространств, связанных с ними, а также трансформирует уже известные традиционные формы отдыха, включая в них фитнес-составляющую. Средовые факторы можно разделить на следующие группы:

Факторы, связанные с появлением новых форм развлечений:

- новые командные игры с различными испытаниями: полоса препятствий, квесты;
- батутные парки, роллердромы, скалодромы;
- тематические парки отдыха: сказочные, исторические, научно-просветительские.

Факторы, связанные с трансформацией традиционных видов развлечений:

- расширение услуг в гольф-центрах;
- расширение услуг в конноспортивных центрах;
- включение фитнес-центров в состав яхт-клубов и горнолыжных курортов.

Факторы, связанные с появлением новых общественных пространств:

- общедоступные тренажеры и спортивные площадки в открытых рекреационных зонах;
- возникновение фитнес-центров как новых общественно-деловых центров для отдыха и развлечений в течение всего дня;
- возникновение центров отдыха и косметических процедур с включением спортивной составляющей (велнесс-центр) [111, 143].

Факторы, связанные с появлением возможности проведения фитнес-занятий дистанционно, а также с возникновением виртуальных видов спорта.

Еще одной важной группой косвенных факторов, которые не находятся в прямой зависимости от политических, научно-технических, медицинских и средовых, являются факторы, связанные непосредственно с географическим расположением формируемого фитнес-центра.

• **Природно-экологические факторы (Илл. 15)**

Природно-экологические факторы – влияние географических условий на архитектурно-планировочные решения. Природно-экологические факторы проявляются в следующих особенностях при формировании фитнес-центров:

Климатические факторы:

- создание объемно-пространственных композиций и размещение фитнес-центров согласно предложенным локациям;
- возможность устройства открытых площадок;
- компоновка зданий в зависимости от функционального назначения отдельных элементов планировки;
- выбор типа конструкции и инженерных решений;
- сочетание фитнес-центров с другими социальными объектами в качестве самостоятельных или встроенных элементов.

Условия рельефа:

- создание архитектурного образа [69];
- создание функциональной схемы;

- использование рельефа для создания открытых площадок [68].

Географическое положение:

- использование особенностей географического расположения объекта;
- расчет естественной освещенности;
- расчет снеговой и ветровой нагрузки.

Использование географических особенностей выражается также в учете и применении культурологических факторов.

• **Культурологические факторы (Илл. 15)**

Культурологические факторы – зависимость структуры фитнес-центра от традиций и национальных контекстов современного общества и ее адаптация к ним. Среди культурологических факторов основными являются связанные с религиозными и историко-этнографическими традициями.

Факторы, связанные с религиозными традициями, влияют на:

- портрет потребителя;
- размещение отдельных функциональных зон в составе фитнес-центров;
- предпочтение тех или иных видов физических упражнений и занятий;
- методы ведения тренировочного процесса и организации функциональной зоны.

Факторы, связанные с историко-этнографическими традициями, выражаются в следующих тенденциях:

- изменение портрета потребителя в зависимости от предпочтения в видах спорта;
- формирование специальных традиционных видов спортивных занятий и создание соответствующих условий для их проведения (игра в городки, игра в лапту);
- применение архитектурных особенностей региона.

Очевидную зависимость от культурологических и природных особенностей территории имеют демографические факторы.

1.3 Определение основных групп потребителей

Изучение отдельных признаков в классификации фитнес-центров, связанной с видом потребителей, режимом потребления и классом обслуживания, сформировало условие для создания портрета потребителей. Классификация потребителей позволяет выявить и обосновать социальные модели для определения основных требований к функциональному наполнению фитнес-центров. В ходе подготовки анализа групп потребителей был осуществлен опрос посетителей в более 30 фитнес-центрах Санкт-Петербурга.

Группы потребителей подразделяются по следующим признакам (Илл. 18):

- Возрастной состав от года и до завершения жизни. Выявлены следующие особенности:

- возрастной состав не влияет на функциональный состав фитнес-центра;
- все функциональные зоны имеют различную востребованность независимо от возраста посетителей.

- Род занятий: учащиеся, служащие, рабочие, иждивенцы, пенсионеры. Характеризуется следующими особенностями:

- не влияет на функциональный состав фитнес-центра;
- влияет на режим эксплуатации и выбор основного функционального элемента в моменте.

- Совместимость потребителей:

- рассматривается возможность компоновки фитнес-центра в зависимости от режима посещения одновременно несколькими группами потребителей;

- выделяются специфические группы потребителей: семьи, компании друзей, инвалиды, специализированные организованные группы (проведение урока физкультуры в фитнес-центре), посетители с ограниченными физическими возможностями и ЗОЖ;

- влияет на возможность трансформации залов.

- Вовлеченность:

- зависит от степени необходимости занятий спортом;
- зависит от групп потребителей: с постоянным посещением – ЗОЖ, бодибилдинг, фито-зависимые; постоянные потребители по медицинским показателям; новые и потенциальные потребители;
- влияет на функциональный состав фитнес-центра, зависит от возможности выполнения намеченной спортивной программы.
- Специальные группы потребителей:
 - потребители по роду занятий или потребители по медицинским показателям;
 - профессиональная деятельность;
 - спортсмены и службы повышенной физической готовности: военные, пожарные, работники транспортной инфраструктуры.

Анализ групп потребителей и выявление основных характеристик позволяет сформировать социальные модели потребителей фитнес-услуг (Илл. 17)

Социальные модели определяют требования к типологии фитнес-центров с точки зрения их функционального наполнения и особенностей организации фитнес-программ [112]. Определены три основные социальные модели, сформированные на основании вышеперечисленных групп.

– Первая модель – «базовая» или универсальная социальная модель включает в себя все возрастные категории, начиная от детей возраста от 7 лет и заканчивая пенсионерами. Потребители, образующие первую модель, пользуются основными фитнес-программами, обеспечивающими выбранный уровень физического состояния в зависимости от возникающих потребностей [18]. Занятия носят регулярный, но не системный характер. Потребители первой модели пользуются фитнес-центрами в пешеходной зоне доступности от места проживания или работы. Использование основных фитнес-программ рассчитано на регулярное применение силовых, кардио и групповых занятий. Основные требования к функциональному наполнению фитнес-центра сводятся к наличию

зон и помещений для проведения силовых и групповых занятий, что обеспечивает необходимый уровень физического состояния человека. В состав функциональных зон входят залы для размещения силовых и кардио тренажеров, а также залы для проведения занятий по активным и пассивным групповым фитнес-программам.

– Вторая модель «*многопрограммная*» или многофункциональная социальная модель включает в себя потребителей всех возрастов, но рассчитана на дифференцированное применение фитнес-программ в зависимости от поставленных целей в процессе физического самосовершенствования. Потребители второй социальной группы сориентированы на регулярное посещение фитнес-центров в зависимости от предоставляемых услуг, размещение фитнес-центров не является условием для посещения. Основные требования к формированию функционального наполнения фитнес-центров в зависимости от фитнес-программ заключаются в необходимости размещения зон и помещений для обеспечения проведения всех видов программ, включая программы занятий на воде и на открытом воздухе [6]. В то же время учитывается возможность доминирования определенных программ и функциональных групп в составе фитнес-центра. Фитнес-программы занятий на воде или занятий в игровом зале могут быть объединены в общем комплексе или представлять из себя самостоятельный комплекс, но с обязательным присутствием зон для проведения силовых и групповых занятий.

– Третья социальная модель «*избирательная*» или специализированная включает в себя потребителей со специальными показаниями для применения фитнес-программ и не зависит от их возраста. Потребители из третьей модели используют специализированные фитнес-программы, выбранные или назначенные согласно определенным медицинским или профессиональным показателям. Размещение фитнес-центров для потребителей третьей модели не является определяющим. Специализированные функция для потребителей данной модели могут быть обнаружены в зависимости от выбранных фитнес-программ в различных фитнес-центрах с различными функциональными зонами, так же в

специализированных фитнес-центрах, которые объединяют максимальное количество функциональных зон.

Выводы главы 1

1. Анализ исторических сооружений, связанных с совершенствованием физических навыков человека, показал общие характерные особенности и тенденции в формировании данных построек, позволил определить общие особенности в видах занятий и в способах организации пространства для их реализации; подтвердил разделение на функциональные зоны согласно видам занятий; позволил определить предпосылки в возникновении современных программ для физического совершенствования и разделить их на 5 основных групп:

- силовые занятия;
- игровые занятия;
- групповые занятия;
- занятия на воде;
- неспортивные сервисные услуги для эстетического совершенствования

внешности и для проведения отдыха.

1.1 Определено, что сооружения для физического самосовершенствования в эпоху Античности позволяли проводить силовые, игровые, групповые занятия и занятия на воде. Комплекс различных видов занятий и занятий сервисного неспортивного характера воплотились в термах. С появлением терм можно утверждать, что в Античную эпоху появился прообраз современных фитнес-центров.

1.2 В Средние века занятия, связанные с физическим совершенствованием, носят исключительно прикладной характер для осуществления индивидуально-хозяйственных и общественно-политических функций. Специальные залы или сооружения для проведения групповых тренировок, совершенствования физических навыков, также для занятий на воде и проведения активного досуга в средние века не выявлены. Игровые занятия замещаются народными играми и танцами, проводимыми во дворцах и на

площадях. Силовые занятия приобрели вид рыцарских турниров и обучения фехтованию в колледжах.

1.3 Занятия, посвященные физическому совершенствованию, в эпоху Возрождения возвращаются к Античным истокам. Возникают специальные сооружения, как для проведения массовых мероприятий и соревнований, так и для специальных тренировок. Возникает последовательность и закономерность в сочетании физических нагрузок и отдыха. Игровые и силовые занятия, а также занятия на воде получают свои регламенты и свои специализированные сооружения. Возрождение термальных курортов объединяет физическую подготовку и проведение активного досуга.

1.4 В Новое время возникает самостоятельный класс спортивных сооружений, как для проведения спортивных соревнований, так и для проведения специализированных тренировок для поддержания физической формы. С разделением спорта на спорт высоких достижений и на физкультуру появляется отдельный класс физкультурно-оздоровительных залов. Для проведения силовых, игровых и групповых занятий, направленных на общее физическое развитие и не связанных с соревнованиями, возводятся гимнастические залы и залы для тренажеров, что является прообразом современных фитнес-центров. Посещение термальных источников превращается в организованный вид оздоровительного досуга с соответствующими методиками.

2. Анализ опыта проектирования современных сооружений для физического самосовершенствования позволил выявить основные отличия фитнес-центров от физкультурных центров:

- обязательное наличие зоны силовых и кардио тренажеров;
- обязательное наличие залов для групповых занятий;
- обязательное присутствие зоны неспортивных оздоровительных услуг.

3. Объединение фитнес-программ согласно выявленным видам занятий позволило сформулировать основные функциональные зоны фитнес-центров: зона силовых занятий (силовые тренажеры и кардио тренажеры); зона групповых

занятий (активные групповые занятия и пассивные); зона игровых занятий: (универсальные залы, многофункциональные залы); зона занятий на воде с выделением различных видов бассейнов для проведения фитнес-программ;

4. На основании проведенного анализа фитнес-программ и функциональных зон представлено авторское определение фитнес-центра: *Фитнес-центр – многофункциональный комплекс, рассчитанный на проведение занятий, объединенных в фитнес-программы для индивидуальных и групповых посещений, ориентированный на конкретные социальные группы потребителей с соответствующими потребностями и рекомендуемыми для них программами оздоровления, что является определяющим для оптимального функционального состава комплекса, его объемно-пространственного решения, вместимости и расположения в структуре города.*

5. Исследование современных фитнес-центров на примере Санкт-Петербурга позволило определить факторы влияния. Выявлены две группы факторов: основные и второстепенные.

Основные факторы влияния:

Политические факторы – факторы, выраженные в государственной политике направленной на физическое оздоровления общества.

Социально-экономические факторы – факторы, формирующие основные направления развития фитнес-индустрии.

Социально-демографические факторы – факторы, определяющие формирование типологических решений фитнес-центров с ориентацией на требования основных групп потребителей и их возможностей.

Градостроительные факторы – факторы, формирующие стратегию размещения фитнес-центров в структуре города во взаимодействии с системой общественных центров и общественных пространств.

Архитектурно-планировочные факторы – факторы, которые влияют на формирование объемно-пространственного решения фитнес-центров в зависимости от их типологии и размещения в структуре города [156].

Дополнительные факторы влияния:

Научно-технические факторы – факторы, проявляющиеся в результате постоянного поиска новых методов в укреплении физических свойств человека.

Медицинские факторы – факторы, оказывающие влияние на создание условий для поддержания и улучшения здоровья.

Средовые факторы – факторы, обусловленные формированием новых условий для занятий спортом и физкультурой. Делятся на следующие группы:

- факторы, связанные с новыми формами развлечений;
- факторы, связанные с трансформацией традиционных видов развлечений;
- расширение услуг в различных узкопрофессиональных спортивных направлениях: гольф клуб, конный клуб, яхт-клуб;
- факторы, связанные с появлением новых общественных пространств;
- факторы, связанные с появлением возможности проведения фитнес-занятий дистанционно, а также с возникновением виртуальных видов спорта.

Природно-экологические факторы – факторы влияния географических условий на архитектурно-планировочные решения.

Культурологические факторы – факторы, обозначающие зависимость структуры фитнес-центра от традиций и национальных контекстов современного общества, и ее адаптация к ним.

6. Проведенные исследования позволили определить и классифицировать группы потребителей.

- группы потребителей подразделяются по следующим признакам:
- возрастной состав;
- род занятий – учащиеся, служащие, рабочие, иждивенцы, пенсионеры;
- совместимость потребителей (возможность посещения фитнес-центра различными типами посетителей) – посещающие в составе семьи, в компании друзей, инвалиды, специализированные организованные группы;

- их вовлеченность: различный режим посещения в зависимости от поставленной задачи – оздоровление, медицинское предписание, ЗОЖ;
- специальные группы потребителей: потребители по роду занятий или потребители по медицинским показателям.

7. На основании выявленных признаков определены три социальные модели:

Первая модель – «*базовая*» или универсальная социальная модель – включает в себя все возрастные категории, начиная от детей возраста от 7 лет и заканчивая пенсионерами.

Вторая модель «*многопрограммная*» или многофункциональная социальная модель – включает в себя потребителей всех возрастов, но рассчитана на дифференцированное применение фитнес-программ.

Третья социальная модель «*избирательная*» или специализированная – включает в себя потребителей со специальными показаниями для применения специальных фитнес-программ и не зависит от возраста.

ГЛАВА 2. ОТЕЧЕСТВЕННЫЙ И ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ ПРОЕКТИРОВАНИЯ И СТРОИТЕЛЬСТВА ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ

2.1. Опыт проектирования фитнес-центров. Российский и зарубежный

Развитие физической культуры в современном обществе привело к дальнейшему развитию физкультурно-оздоровительных центров, что выразилось в появлении фитнес-центров как нового типа сооружений [25]. Возможность физического самосовершенствования и проведения досуга воплотилась в разнообразных архитектурно-планировочных решениях фитнес-центров [21, 54]. Определить специфику формирования данных объектов возможно на основании изучения отечественного и зарубежного опыта проектирования. Анализ проектирования следует рассматривать на основании фитнес-центров, расположенных в Санкт-Петербурге и в городах со схожими условиями. В рамках исследования были проанализированы и исследованы 160 объектов за рубежом, 300 объектов в городах России и 240 объектов в Санкт-Петербурге.

Обобщено и систематизировано данные анализа результатов проектирования и строительства фитнес-центров в России (20 объектов) и за рубежом (10 объектов) (Илл. 49); проведено натурное обследование современных фитнес-центров в Санкт-Петербурге (10 объектов) с целью определения новых тенденций их развития.

Исследование опыта проектирования позволило обнаружить большое разнообразие фитнес-центров и сформировать общую картину приемов в размещении и архитектурно-планировочных решениях.

Обобщение отечественного и зарубежного опыта определило общие тенденции в проектировании фитнес-центров и выявило следующие закономерности.

1) Размещение фитнес-центров с точки зрения городских локаций и организация генерального плана выявили следующие тенденции.

– Обеспечение транспортной и пешеходной доступности не является определяющим условием для размещения фитнес-центров. Размещение фитнес-центров не имеет специального градостроительного регламента и не является условием формирования новых районов и обязательным фактором повышения комфорта существующих. Возможность размещать фитнес-центры в зависимости от сформированного спроса или формировать спрос путем предоставления новых услуг позволяет опираться на транспортную и пешеходную доступность как на важный, но не определяющий фактор при размещении.

Фитнес-центр в загородном клубе Принца Уэльского в Сантьяго, Чили (Илл. 27) расположен на территории гольф-клуба и является дополнительной функцией при данном сооружении. Определенное расписание в посещении гольф-клуба регламентирует посещение фитнес-центра и является специально организованным мероприятием.

Анализ размещения фитнес-центров в отечественной практике показал, что фитнес-центры, расположенные на оживленных магистралях (Родео Драйв, Гранд-Каньон в Санкт-Петербурге (Илл. 47)), являются частью больших торговых центров. Размещенные в рекреационных зонах центры – фитнес-центр «Фреш» (Илл. 45), Санкт-Петербург; фитнес-центр в поселке Жуковка; фитнес-центр на Новорижском шоссе, в Истринском районе (Илл. 38), – имеют исключительно автомобильную доступность.

Фитнес-центры в жилых районах – «Гравитация» на Левашевском пр. (Илл. 42), на ул. Туристской (Илл. 48), на ул. Варшавской (Илл. 41) в Санкт-Петербурге (Илл. 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47 и 48); также фитнес-центры в Москве (Илл. 32, 33 и 37), Нижнекамске (Илл. 35), Уфе (Илл. 29 и 30), – имеют как автомобильную, так и пешеходную доступность.

Возможность размещать фитнес-центры без специальной привязки к транспортным или пешеходным потокам делает данные сооружения независимыми от условий городской логистики и способными создавать самостоятельные центры притяжения – фитнес-центр в г. Орел (Илл. 45), фитнес-центр в г. Руза (Илл. 31).

– Размещение фитнес-центров в новых городских жилых агломерациях.

Строительство новых фитнес-центров в новых районах имеет важное градостроительное значение. Фитнес-центр может выступать в качестве объекта социального притяжения и формировать дополнительные условия для создания благоустройства и общественных пространств. Фитнес-центры в Нижнекамске, в Москве, в Санкт-Петербурге формируют межрайонный центр притяжения и создают условия для развития окружающей территории в качестве выразительного архитектурно-планировочного объекта.

Устройство фитнес-центров в новых жилых районах повышает уровень комфорта проживающих и создает дополнительное условие в формировании ценовой политики на рынке недвижимости.

– Важной тенденцией, выявленной в ходе анализа современных фитнес-центров, стало определение высокого культурного и художественного потенциала исторических мест для размещения фитнес-центров. Характерным примером такого размещения является фитнес-центр на ул. Малая Морская в Санкт-Петербурге (Илл. 40).

Возможность проводить фитнес-тренировки с видом на Невский проспект является значительным плюсом размещения, данного фитнес-центра. Фитнес-центр в составе жилого комплекса «Парадный квартал» – пример размещения в историческом центре и одновременно в новом жилом микрорайоне. Фитнес-центр «Kometa Black» в Москве (Илл. 33); «Pushkin» в Уфе (Илл. 30) расположены в исторической застройке.

Размещение фитнес-центров в исторической среде определяется высоким спросом на возможность проведения досуга в данной локации.

– Размещение фитнес-центров в освободившихся в ходе реконструкции промышленных предприятиях.

На территории трехгорной мануфактуры в Москве, в новых общественных пространствах, полученных в ходе реконструкции, размещается фитнес-центр. В качестве главного эстетического приема при оформлении интерьеров используется историческая кирпичная кладка. В зарубежной практике можно выделить

фитнес-центр, построенный по проекту архитектора Жан Нувеля, – Le Havre Dock's (Илл. 26). Водный комплекс расположен в городе Гавр на территории старейших доков. Реконструкция доков привела к организации водного комплекса для занятий спортом и отдыха. В ходе реконструкции промышленного объекта появился жилой комплекс и фитнес-центр. Фитнес-центр построен на месте бывшей котельной. Возможность использовать промышленные здания для размещения фитнес-центров позволяет применять промышленную эстетику и использовать конструктивные особенности промышленных зданий.

– Универсальность применения различных функциональных зон в компоновке фитнес-центров позволяет размещать данные объекты в различных городских общественных сооружениях и центрах. Гостиницы, бизнес-центры, торговые центры, спортивные клубы в качестве дополнительной функции организуют необходимые площади для размещения фитнес-центров. В качестве дополнительных условий, повышающих комфорт жизни, фитнес-центры устраиваются в первых этажах жилых домов. Например, фитнес-центр Escalada в жилом доме в Москве (Илл. 37), фитнес-центр Ragus на ул. Парадная (Илл. 44), фитнес-центр фитнес-центр MFitness в Винер-Нойштадт, Австрия (Илл. 20), фитнес-центр Hector Berlioz в Венсен, Франция (Илл. 25).

– Часто используемым композиционным приемом является размещение фитнес-центра в условиях естественной природы в рекреационных зонах городов. Фитнес-Центр в Жуковке (Московская обл.) (Илл. 34) является одним из таких ярких примеров. Расположенный на отдельной территории данный фитнес-центр создает условия для специального посещения. Размещение фитнес-центра на достаточном расстоянии от Москвы не является препятствием для желающих отдохнуть и получить заряд бодрости. Таким же характерным примером размещения фитнес-центра в удалении от привычных городских транспортных и пешеходных маршрутов является фитнес-центр и спа загородного клуба Принца Уэльского в Сантьяго, Чили (Илл. 27). Данное сооружение также иллюстрирует возможность размещения фитнес-центра в качестве дополнительной услуги в

составе большого спортивного объекта. К этой же категории можно отнести фитнес-центр в Алькобендас, Испания (Илл. 23).

– Фитнес-центр – сопутствующая функция при спортивных комплексах.

Размещение фитнес-центров в качестве сопутствующей функции при крупных спортивных комплексах – еще одна важная особенность размещения. Возможность посещать фитнес-центр в качестве необходимого отдыха после проведенной тренировки или дополнительной услуги для желающих приобщиться к большому спорту, но не участвовать в спортивных занятиях [26]. Например, фитнес-центр Moffett Gateway Club в Саннивейл, США (Илл. 21).

– Возможность расширения и формирование дополнительных площадок для проведения занятий на улице – важная тенденция при размещении фитнес-центров. В некоторых случаях устройство спортивных площадок предлагается на кровлях сооружений.

Фитнес-центр, построенный по проекту архитектурного бюро Асадова в Московской области Pride Wellness club в КП Жуковка, 21 (Илл. 34), предлагает в качестве дополнительных площадей кровлю. Фитнес-центр Mercator в Амстердаме, Нидерланды (Илл. 28); фитнес-центр Moffett Gateway в Саннивейл, США (Илл. 21) имеют в решении генерального плана возможность разместить открытые площадки для занятий спортом.

2) Анализ опыта проектирования позволил выявить тенденции по формированию функционального зонирования фитнес-центров.

Проведенный анализ современных фитнес-центров на основе зарубежного и отечественного опыта проектирования показал:

– Фитнес-центры формируются вокруг главной, доминирующей функциональной зоны (зал для тренажеров, спортивный зал, бассейн).

В зарубежной практике прослеживается выделение основной функциональной зоны в качестве главного планировочного элемента. Как правило, это многофункциональный зал с последующей трансформацией для проведения других занятий и с выделением незначительной зоны для установки тренажеров. В

случае если главной функциональной зоной является бассейн, то дополнительные залы для проведения групповых тренировок занимают второстепенное место.

– Фитнес-центры формируются как набор равнозначных функций: силовые тренажеры, кардио тренажеры, залы для проведения групповых занятий. Данное функциональное наполнение характерно для отечественных фитнес-центров. Выделение фитнес-центров в самостоятельное сооружение позволило сконцентрировать равнозначные функциональные зоны для обеспечения благоприятных условий для занятий физическими упражнениями и отдыхом без выделения приоритетных направлений. Это связано в первую очередь с тем, что в нашей стране имеют большое распространение физкультурно-оздоровительные комплексы, в которых существуют основные виды спортивных занятий. В отечественных сооружениях, предназначенных для спортивных тренировок, и в иностранных спортивных центрах фитнес-услуги являются второстепенными [60, 146]. Примером фитнес-центров с применением всех функциональных зон могут служить следующие комплексы в Санкт-Петербурге: на Левашевском пр., фитнес-центр на Туристской и фитнес-центр на ул. Варшавской. В Москве характерным примером концентрации максимального количества фитнес-услуг может служить фитнес-центр Асадова, фитнес-центр в Жуковке (Илл. 34).

– В тоже время универсальность функциональных зон, применяемых в фитнес-центрах, позволяет использовать их в качестве дополнительной функции при универсальных спортивных залах. Расширение услуг, предлагаемых в универсальных спортивных залах в школах и других общеобразовательных учреждениях, позволило использовать некоторые функциональные зоны, которые используются при формировании фитнес-центров.

Таким образом универсальный зал становится основным планировочным элементом с сопутствующими фитнес-услугами. Характерным примером может служить фитнес-центр в университете Профсоюзов в Санкт-Петербурге (Илл. 39). В составе помещений универсального игрового зала выделяются специальные места для установки тренажеров и небольшой дополнительный зал для проведения

групповых занятий аэробикой. Ранее эти помещения использовались для других неспортивных целей.

– В зарубежной практике самостоятельные фитнес-центры представлены как комплексы семейного отдыха и развлечения, которые направлены на длительное проведение времени в занятиях спортивными упражнениями и посещение зон неспортивных услуг. Подобные фитнес-центры являются важными местами притяжения посетителей и имеют в своем составе максимально возможное наполнение функциональными зонами для одновременного приема наибольшего количества посетителей.

В нашей стране появление столь крупных фитнес-комплексов возможно при размещении в больших торговых центрах в составе общей развлекательной зоны. Фитнес-центр в торговом центре «Гранд-каньон» (Илл. 47) или фитнес-центр в торговом комплексе «Родео-Драйв» являются характерными примерами. В этих случаях посещение фитнес-центра становится частью посещения торгового комплекса в целом. Размещение фитнес-центра в рекреационных городских зонах позволяет организовать семейный отдых, связанный с выездом на природу, совмещенный с занятием спортом. Наиболее близким к таким комплексам можно представить фитнес-центр в Жуковке (Илл. 34), фитнес-центр в г. Истра (Илл. 38) и комплекс на Новорижском шоссе. Возможность использовать не только площади самого комплекса, но и прилегающие территории, значительно увеличивает привлекательность подобных сооружений и предлагает широкий спектр спортивных услуг и отдыха неспортивного содержания, например, устройство пикников и праздников на открытом воздухе.

– Важной современной тенденцией в формировании фитнес-центров является возможность предоставления услуг широкому кругу потребителей независимо от физических возможностей. Это не исключает создание специализированных фитнес-центров для людей с ограниченными возможностями или для прохождения реабилитации специальными посетителями. Одним из таких примеров, наглядно демонстрирующим данную тенденцию, является фитнес-центр для людей с ограниченными возможностями в г. Финикс, США (Илл. 19).

Построенный в 2012 году, он является современным воплощением понятия «доступная среда» и в то же время остается привлекательным для всех посетителей без каких-либо ограничений. В Санкт-Петербурге фитнес-центр на ул. Варшавская (Илл. 41) также имеет специализированное направление по реабилитации людей с различными физическими ограничениями, но рассчитан на всех желающих.

– Необходимо отметить, что фитнес-центры предназначены широкому кругу потребителей и имеют равновесное соотношение функциональных зон.

Анализ опыта проектирования подтвердил устойчивую тенденцию к постоянному присутствию основных функциональных зон вне зависимости от формирования фитнес-центров: зона для проведения игровых фитнес-программ, зона для групповых занятий и тренажеров, зона бассейна и зона неспортивных услуг. В зависимости от размещения фитнес-центров возможно различное сочетание функциональных зон.

Важным условием формирования фитнес-центров является наличие зоны силовых занятий (силовые тренажеры, кардио тренажеры) и зоны для групповых занятий – зала для проведения занятий аэробикой или йогой. В некоторых случаях они объединяются в общую функциональную зону с последовательным проведением занятий.

Прослеживается общая тенденция к унификации функциональных зон и соответствующих технологий. Данная тенденция определяет то, что основным функциональным элементом фитнес-центров является зона тренажеров и зал для групповых занятий, а также зоны неспортивных услуг. Применение подобного сочетания функциональных зон не зависит от размещения фитнес-центра и от вида потребителей, имеет универсальное использование и может быть выделено в самостоятельный минимальный элемент фитнес-центра.

3) Различное сочетание функциональных зон и размещение фитнес-центров определила общие тенденции архитектурных решений.

Появление фитнес-центров как самостоятельных спортивных объектов подталкивает архитекторов к поиску оригинального узнаваемого выразительного облика. Но в отличие от стадионов и физкультурно-оздоровительных комплексов

при создании фитнес-центров не существует универсального типового архитектурного приема. Фитнес-центры обладают уникальной архитектурной выразительностью. Формообразование зависит как от контекста строящегося здания, так и от функционального наполнения [144].

Благодаря специфике организации функциональных зон и отсутствию жесткого регламента объемно-пространственные решения фитнес-центров не зависят от геометрических параметров залов и могут иметь совершенно различный облик [44, 45]. Например, фитнес-центр в загородном клубе Принца Уэльского в Сантьяго, Чили (Илл. 27), расположен в подземном пространстве перед основным зданием гольф-клуба. Размещение под землей не помешало устройству бассейна и залов для групповых занятий.

Объемно-пространственное решение фитнес-центра в Тучен, Таиланд (Илл. 24) не предполагает прочтение всех функциональных зон, собранных в его составе. Несколько оздоровительных бассейнов, хоккейная площадка, шесть теннисных кортов, универсальный игровой зал, залы для групповых занятий, зона неспортивных занятий объединены двумя пересекающимися объемами. Оформление фасадов и динамичная композиция создает образ уникального сооружения, не имеющего аналогов.

Такой же выразительный облик демонстрирует фитнес-центр Mercator в Амстердаме, Нидерланды (Илл. 28). Хаотичное расположение функциональных зон и сочетание разновысотных объемов создали выразительную композицию. Использование в качестве основного элемента фасада озеленение как на стенах, так и на кровле, превратило данный фитнес-центр в своеобразный ландшафтный объект.

Фитнес-центры в Жуковке (Илл. 34), в Истре (Илл. 38) и на Новорижском шоссе имеют выразительный облик, привязанный к контексту открытого пространства и решению задачи привлекательного вида.

Фитнес-центр в Ленинградской области (Илл. 43) интегрирован в окружающую среду и за счет небольших размеров практически растворен в

ландшафте. Фитнес-центр в Нижнекамске (Илл. 35) благодаря своему выразительному решению стал главным архитектурным объектом данного района.

Оригинальное воплощение фасадов, встроенных фитнес-центров, главным образом зависит от архитектурного облика всего здания. Наличие больших витринных окон способствует размещению залов так, чтобы с улицы хорошо просматривалось внутреннее наполнение функциональной зоны.

– Важным условием успешного функционирования современного фитнес-центра является решение интерьеров залов, мест общего пользования и зон неспортивных услуг.

Анализ опыта проектирования показал, что в настоящее время наметилась общая тенденция к использованию открытых строительных конструкций без дополнительного декорирования, а также применение природных материалов. Это позволяет сконцентрировать внимание занимающихся на процессе и в то же время делает узнаваемым оформительский прием в создании интерьеров.

Использование открытой цветовой палитры в отделке и оформлении больших плоскостей выявляют тренажеры как главные функциональные объекты.

Интерьер фитнес-центра La Taule в Ватерлоо, Канада, сформирован с использованием крашеного бетона и деревянных элементов. Организовывается простой без дополнительного декорирования интерьер, который подчеркивает связь с внешним окружением и создает атмосферу гармонии. В оформлении интерьера фитнес-центра в помещениях Трехгорной мануфактуры главную роль играет историческая кирпичная кладка. Использование элементов конструкций в реконструируемых зданиях – это возможность получить дополнительную выразительность интерьера и подчеркнуть направленность на физическое совершенствование. Этим же приемом, но уже в оформлении перекрытий, воспользовались архитекторы из Бразилии. Кессонный потолок фитнес-центра Estudio Preto в Порту-Алегри (Илл. 22) нарочито оставлен в своем конструктивном исполнении без изменений, что и стало главным интерьерным решением всех функциональных зон. Использование белого цвета в оформлении экстерьеров и интерьеров фитнес-центра в Le Havre Dock's (Илл. 26) расширяет пространство и

делает очень спокойным пребыванием посетителей. «Белым безмолвием» назвали данный комплекс архитектурные критики.

В оформлении универсальных залов и некоторых залов для групповых занятий используются традиционные приемы оформления спортивных залов: шведские стенки по периметру зала или зеркала в залах для групповых упражнений. Открытые конструктивные элементы и инженерные системы придают залам современную выразительность.

– Разработка новых строительных и конструктивных материалов, появление новых конструкторских решений в организации больших крытых пространств позволили значительно расширить планировочные приемы в компоновке функциональных зон. Изучение конструктивных схем фитнес-центров определило общую тенденцию в применении большепролетных и структурных конструкций и предварительно напряженных бетонных мембран [62]. Это позволило не выделять отдельные функциональные зоны в самостоятельное объемно-планировочное решение и создавать архитектурный образ объекта без функциональных ограничений, а также моделировать пространства без дополнительных опор или с различными перекрытиями. Фитнес-центр на Левашевском проспекте имеет в своем составе зону бассейна, универсальный зал и зал для групповых занятий, однако конструктивная схема с использованием большепролетных арочных конструкций с опорами по периметру позволила объединить все функции под одной крышей. Решение перекрытий с помощью «легкого» бетона позволило организовать многоуровневое пространство фитнес-центра в Мэриленд-Хайтс, США. Общее пространство залов перекрыто единой конструкцией. Переходы между этажами и пространства каждого этажа плавно объединяются друг с другом без ограничений типа несущих стен.

4) Изучение опыта проектирования фитнес-центров позволяет выделить использование современных инженерных технологий как общую тенденцию и определить фитнес-центр как современный инновационный проект, в котором используются самые передовые решения.

– Применение современных энерго и ресурсосберегающих технологий стало основной тенденцией в развитии современных инженерных технологий.

Возможность использовать озеленение в решении фасадов и кровель привела к значительной экономии энергии на поддержание комфортного микроклимата независимо от времени года. Особенно эта тенденция просматривается в зарубежном опыте. Фитнес-центры Mercator в Амстердаме, Нидерланды (Илл. 28); Мэриленд-Хайтс, США; фитнес-центр Moffett Gateway в Саннивейл, США (Илл. 21) активно используют озеленение. Такие инженерные решения не только позволяют экономить энергию, но и создают дополнительный выразительный архитектурный образ. Чаще всего кровли также используются для размещения дополнительных спортивных площадок. В отечественной практике инженерные решения поддержания зеленого покрова на кровле зданий способствуют появлению дополнительных спортивных площадей в условиях стесненной городской застройки. Фитнес-центр La Salute Люблено, Москва; фитнес-центр «Гравитация», Санкт-Петербург используют кровли как дополнительные спортивные площадки.

– Энергосберегающие фасадные системы при условии значительного остекления являются важным элементом технологии инженерных решений фитнес-центров. Применение большого количества стекла стало заметной тенденцией в последние десятилетия. Разработка конструкций с необходимыми теплотехническими параметрами позволила использовать большие площади остекления практически во всех климатических зонах.

Фитнес-центры, такие как Фитнес-центр в Ленинградской области (Илл. 43), используют технологию стеклянных фасадов для создания большего пространства и интеграции фитнес-центра в окружающую среду. Наряду с очевидными проявлениями современных инженерных технологий научно-технический прогресс предлагает использование новых методов мониторинга состояния всех инженерных систем, а также внедряет в новые способы эксплуатации фитнес-центров режим удаленного присутствия. Внедрение системы «умный дом» позволяет оптимизировать основные затраты при диспетчеризации процессов

обслуживания и поддержания комфортной среды. Появляются специальные серверные в качестве аккумулятора всей информации о состоянии всех систем, а также о противопожарной безопасности гражданской обороны. Это позволяет упростить и снизить нагрузку на инженерные службы.

Проверка качества подаваемого воздуха, качества воды в бассейнах, температурный режим в помещениях происходит автоматически согласно заданной программе эксплуатации. Подобные системы позволяют создавать различные условия для занятий в зонах, не разделяя их на помещения. Объединить различный функционал фитнес-центра под одной крышей стало возможно в связи с применением данной системы.

5) Современные вызовы со стороны различных факторов воздействия – пандемия, климатические изменения, экологическая ситуация – обозначили новую тенденцию в развитии дистанционных методов занятий и обучения.

В сфере фитнес-центров данная тенденция выразилась в проведении удаленных занятий физической культурой даже при отсутствии соответствующего оборудования дома. В то же время важно, чтобы тренер находился в соответствующем зале. Данная тенденция не имеет на сегодняшний момент каких-либо заметных проявлений в архитектурном, конструктивном и инженерном облике фитнес-центров, но возможно в ближайшее время получит свое оригинальное воплощение.

Анализ опыта проектирования и обобщение основных архитектурно-планировочных закономерностей позволили сформулировать общие тенденции и направления в развитии фитнес-центров:

1) Фитнес-центры проектируются с использованием функционального зонирования. Выделяются семь *основных функциональных зон*:

- зона силовых занятий;
- зона игровых занятий;
- зона для проведения групповых занятий;
- зона для проведения занятий на воде;
- зона открытых площадок.

Все причисленные зоны снабжены необходимым оборудованием для проведения занятий согласно выбранным фитнес-программам [82]. Также присутствуют:

- зона сервисных услуг: салоны красоты, спа-салоны, кафе и магазины;
- зона инженерных служб.

2) Фитнес-центры формируются как с равнозначными функциональными зонами, так и могут иметь одно или несколько приоритетных направлений.

Важным и необходимым функциональным элементом для создания фитнес-центра всегда является наличие зоны силовых занятий, зоны групповых занятий и зоны сервисных услуг.

3) Функциональная структура фитнес-центров универсальна и рассчитана на все социальные группы потребителей, но учитывает их особенности.

4) Архитектурно-планировочное и объемно-пространственное решение фитнес-центров зависит от места размещения: вновь построенные сооружения, реконструируемые и приспособленные здания и встроенные в другие сооружения.

2.2. Определение функциональной модели

Определение функциональной модели фитнес центров представлено на (Илл. 56)

Первая модель – **универсальная**, объединяет в своем составе основные функциональные зоны: силовые, кардио и игровые и позволяет обеспечить все виды потребителей основными фитнес-программами. Сервисные услуги представлены кафе, солярием, сауной и массажным кабинетом или местом для массажа в составе раздевалок [83]. Размещение комплексов, относящихся к данной модели, в составе городской среды в основном ограничивается микрорайонами. Данная фитнес-модель размещается в жилой застройке или в составе коммерческого предприятия, что обеспечивает пешеходную доступность для всех потребителей, относящихся к социальным моделям 1-3. *Универсальная функциональная модель может быть охарактеризована как основная.*

Вторая модель – **многофункциональная**, объединяет все основные функциональные зоны, обеспечивающие реализацию всех фитнес-программ. Выделяются доминирующие функциональные зоны: бассейн и многофункциональный игровой зал. Обеспечено обязательное присутствие основных функциональных зон, связанных с силовыми и групповыми занятиями. Объединение доминирующих и основных зон с обязательным включением групп помещений сервисных услуг позволяет ввести понятие *фитнес-ядро*. В исследовании выделяются понятия полного и неполного *фитнес-ядра*. Модели с полным ядром – модели, в которых объединены все функциональные зоны в равнозначном взаимодействии с использованием полного спектра оздоровительных услуг, предназначенные для потребителей трех социальных моделей. Объемно-пространственное решение второй функциональной модели реализуется в самостоятельных, вновь возводимых и реконструируемых сооружениях, а также в составе крупных коммерческих комплексов [117].

Специализированная модель объединяет занятия фитнесом по отдельным выбранным программам в зависимости групп потребителей и специализированных мест размещения фитнес-центров. Сервисные услуги представлены специализированным медицинским обслуживанием.

2.3. Сводная классификация фитнес-центров

Сводная классификация фитнес-центров представлена в Илл. 54.

Проведенное обобщение опыта проектирования и строительства фитнес-центров, а также выявление основных факторов влияния позволили классифицировать фитнес-центры по признакам и выявить последовательную зависимость при ее формировании [33].

Сводная классификация учитывает следующие признаки:

- вид размещения (общедоступный, специализированный, рекреационный);
- вид подчинения (государственные, частные, смешенные);

- виды фитнес-программ (универсальные, специализированные и медицинские);
- состав функциональных зон (зона *силовых занятий*, зона *игровых занятий*, зона для проведения *групповых занятий*, зона для проведения *занятий на воде* и зона *открытых площадок*);
- объемно-пространственное решение (встроенные, отдельно стоящие, приспособленные);
- класс обслуживания (социальные, VIP-обслуживание);
- по виду распространения в городе (сетевые и локальные);
- по величине (монофункциональный фитнес-зал, многофункциональный фитнес-центр, специализированные).

• **Характеристики комплекса в зависимости от места размещения (Илл. 51)**

Выделяется три вида размещения: общедоступный, специальный, рекреационный.

Общедоступные – размещение по месту проживания и в зависимости от радиуса доступности. Анализ размещения в структуре города определил квартальный и микрорайонный вид размещения. Особенности квартального размещения заключаются в том, что в сложившихся кварталах организация фитнес-центров предполагает использование существующих помещений и разрешает возможное совместное использование существующих спортивных залов в школах и других помещений в спортивных центрах. Возможно приспособление первых этажей жилых домов и размещение фитнес-центров в реконструируемых линейных сооружениях инженерной инфраструктуры города. В условиях микрорайонного размещения наблюдается аналогичное решение. В новых районах предусматривается размещение фитнес-центров в рамках программ обеспечения граждан комфортными условиями проживания и развития общедоступного спорта (постановление от 25 января 2019 г. № 40 Москва, о внесении изменений в

государственную программу российской федерации «развитие физической культуры и спорта»):

- предусмотренные проектом планировки как самостоятельные объекты государственного подчинения;
- планировки, предусмотренные инвестиционным проектом, как дополнительные функции повышения уровня комфорта (самостоятельные и встроенные) [58];
- предусмотренные как сопутствующая функция в учреждениях (школы, детские сады, больницы) – смешанное использование.

Специализированный – размещение в специализированных местах с особым режимом работы и посещения. Перечень специализированных мест, в которых предусмотрено или возможно предусмотреть размещение фитнес-центра, постоянно пополняется.

Проведенный анализ выявил следующие места размещения:

- транспортная инфраструктура;
- военные базы;
- государственные учреждения;
- закрытые научные и производственные предприятия.

Рекреационные – размещение на отдельных территориях вне жилой инфраструктуры.

Территории, на которых возможно размещать фитнес-центры, находятся в рекреационных зонах городов. В Санкт-Петербурге значительные рекреационные зоны располагаются в Приморском, Курортном, Красносельском и Петродворцовом районе. Данные территории обладают необходимыми условиями для размещения фитнес-центров как в самостоятельном строении, так и в составе:

- домов отдыха, санаториев, детских лагерей отдыха
- клубных поселков;
- загородных спортивных клубов: гольф, конноспортивный, яхт-клуб;
- дополнительных функций в составе туристических маршрутов.

Формирование данных признаков происходит под влиянием следующих факторов:

- градостроительные факторы – местоположение в структуре поселения;
- архитектурные факторы – формирование функционального зонирования и размещение в зависимости от объемно-пространственных решений;
- средовые факторы – новые общественные пространства и создание комфортной среды обитания в существующих агломерациях;
- природно-экологический фактор – уникальные природные условия при размещении в рекреационных зонах и создание природно-экологической среды в связи с появлением фитнес-центра.

- **Вид подчинения согласно форме собственности (Илл. 51)**

Вид подчинения согласно форме собственности, формирует все дальнейшие элементы классификации и зависит от вида финансирования и предоставления территории или строений. Выделяются три признака: частный, государственный, смешанный.

Основные особенности:

Частный – использование частного капитала в качестве основного источника финансирования в создании фитнес-центров как бизнес продукта с целью получения прибыли. Выделяются следующие варианты:

- самостоятельные бизнес-проекты в приспособленных помещениях;
- самостоятельные объекты в реконструируемых помещениях;
- самостоятельно-построенные сооружения, аренда территории;
- подчинение государственным регламентам по размещению и функционированию;
- возможное совместное использование с привлечением государственных программ для обслуживания различных групп населения;
- отдельное направление неспортивных услуг;
- возникновение сетевых фитнес-центров в качестве тиражируемой бизнес технологии; возникновение локальных фитнес-центров.

Государственный – использование государственного капитала как основного источника финансирования для обеспечения уровня физической подготовки населения. Можно выделить следующие:

- самостоятельные проекты в приспособленных помещениях;
- самостоятельные объекты в реконструируемых помещениях;
- самостоятельно-построенные сооружения;
- государственная собственность;
- подчинение государственным регламентам по размещению и функционированию;
- привлечение частных компаний для расширения сферы предлагаемых услуг, в том числе и не спортивного характера;
- размещение в зависимости от социальной и профессиональной необходимости (специальные учреждения, социальные учреждения и т. д.);
- типовые фитнес-центры.

Смешанный – государственное финансирование с привлечением негосударственных сетевых структур для расширения ассортимента услуг:

- совместное использование спортивных центров, расширение уже имеющихся государственных фитнес-функций;
- участие в решении государственных задач, связанных с оздоровлением населения: приглашение операторов фитнес-центров для реализации программ в государственных учреждениях – больницах, специальных учреждениях, объектах транспортной инфраструктуры на правах аутсорсинга;
- государственная собственность;
- подчинение государственным регламентам по размещению и функционированию.

Формирование данных признаков основывается на политических и экономических факторах. Изменение политической системы, изменение формы собственности привели к возникновению частных спортивных сооружений, в частности, фитнес-центров.

- **Состав функциональных зон (Илл. 53)**

Признак, зависящий от вида подчинения и размещения фитнес-центров. Регламентирует состав функциональных зон. Выделяется шесть основных функциональных зон: тренажерные залы, залы для групповых занятий, игровые залы, зона бассейнов, открытые площадки, зона неспортивных услуг. Зоны инженерных коммуникаций и дополнительные вспомогательные зоны для посетителей и обслуживающего персонала не являются образующими функциональными зонами. Условие сочетания различных зон характеризует главное направление эксплуатации и выбор основных архитектурных приемов в проектировании. Анализ проектирования современных фитнес-центров определил специфику каждой функциональной зоны:

Зал силовых тренажеров (минимальные размеры 80-90 кв.м.):

- основной элемент фитнес-центра для размещения основных тренажеров;
- трансформируется для размещения отдельно друг от друга силовых и кардио-тренажеров.
- включает кардио-тренажеров (беговая дорожка, велотренажер, гребля, степпер) [29];
- включает силовые тренажеры с использованием собственного веса (брусья, турники, шведская стенка, скамья для прессы); использование встроенного веса (мультистанция, тренажер кроссовер); использование свободного веса (скамья Скотта, атлетическая скамья, жим лежа, тяга к груди с упором);
- в сочетании с залами для групповых занятий является основной функциональной зоной для формирования фитнес-центра.

Залы для групповых занятий (минимальные размеры 80 -90 кв.м.):

- основной функциональный элемент фитнес-центра; предназначен для различных групповых занятий: шейпинг, аэробика, пилатес, йога, аэройога, степ, бокс, борьба, единоборства, танцы [85];

- зал для групповых занятий приспособлен для проведения занятий по программам, связанным с активными тренировками и для занятий по программам спокойных занятий;

- в сочетании с залом силовых тренажеров является основной функциональной зоной для создания фитнес-центра.

Игровой зал: зал для проведения командных занятий (минимальные размеры 18 x 30 м.):

- применяют в составе фитнес-центра как основной функциональный элемент; для проведения занятий по игровым фитнес-программам; для всех видов – игровых занятий с мячом, большой теннис, настольный теннис, бадминтон, зона сквоша;

- выделяются: универсальные игровые залы – для проведения последовательных занятий по одной из выбранных программ; многофункциональные игровые залы – для проведения нескольких командных занятий одновременно;

- включаются в состав фитнес-центров в качестве вспомогательной функциональной зоны (например, в фитнес-центрах, в которых бассейн является основной функциональной зоной, универсальный спортивных зал используется для подготовки и разминки перед посещением бассейна);

- применяется как равновесная функциональная зона в составе остальных функциональных зон;

- в случае увеличения площади многофункционального зала выделяется дополнительная зона для размещения тренажеров для скалолазания, полосы препятствий, батутов и кроссфитинга;

- не является самостоятельным элементом для формирования фитнес-центров.

Бассейны:

- в составе фитнес-центров присутствуют в качестве основной функциональной зоны; все дополнительные функциональные зоны направлены на

подготовку к плаванию или выступают в качестве самостоятельных, но не основных функций;

- в составе фитнес-центров выступают в качестве дополнительной функции при основной функциональной зоне тренажерных залов или универсального зала [152];

- в составе фитнес-центров имеют равноценное значение со всеми функциональными зонами;

- присутствуют оздоровительные бассейны без зоны прыжков в воду, как с тумбочки, так и с вышки; оснащены зонами водного массажа, зонами оздоровительной гимнастики в воде, зонами для отдыха в воде;

- присутствуют детские бассейны для тренировок и обучения плаванию глубиной 1,2 м, длина не превышает 25 метров; располагают в общей зоне бассейн для малышей глубиной 0,4 м;

- организуют спортивный плавательный бассейн (минимальное количество дорожек, минимальная спортивная длина 25 м); выделяют зону для прыжков с тумбочек и с вышек;

- варьируемое сочетание различных чаш позволяет создавать универсальную функциональную зону бассейна;

- не является самостоятельной функциональной зоной для создания фитнес-центров.

Открытые площадки:

- не являются обязательным элементом фитнес-центров;

- создаются в случае размещения фитнес-центра как самостоятельного здания в составе микрорайона или в рекреационных зонах [27];

- возможно размещение на кровлях самостоятельных фитнес-центров или коммерческих предприятий в случае встроенного размещения фитнес-центра;

- могут быть использованы как фитнес-центр под открытым небом;

- открытые площадки: большой теннис, футбол, легкоатлетическая дорожка, спортивные игры.

Неспортивные функциональные зоны – зоны дополнительных неспортивных услуг для проведения досуга и различных косметических процедур. Площадь размещения данной функциональной зоны зависит от минимальной компоновки ее состава. Как правило, минимальный состав ограничивается фито-баром или кафе во вспомогательной зоне фитнес-центра и размещается на площади от 12 до 20 кв.м.

В зависимости от компоновки неспортивные функциональные зоны могут иметь различный состав:

- кафе, фито-бар, минимальная площадь 10 кв. м.;
- магазин сопутствующих товаров (одежда, питание), минимальная площадь 10 кв. м.;
- косметические процедуры (салоны красоты, спа, солярий), минимальная площадь 20 кв. м.
- медицинские процедуры (массаж, физиотерапия), минимальная площадь 20 кв. м.
- отдых (банный комплекс, песчаный пляж, соляная пещера), минимальная площадь не определена.

Неспортивные функциональные зоны являются важным компонентом фитнес-центра; являются основной зоной для формирования фитнес-центра.

На формирование состава функциональных зон в классификации фитнес-центров повлияли следующие факторы:

- архитектурный – размещение и компоновка функциональных зон зависит от объемно-пространственных и планировочных решений;
- медицинский – учет современной тенденции в развитии доступной среды и размещение различного реабилитационного оборудования в составе фитнес-центров (специальные группы населения - доступная среда, специальные спортивные программы) [92];
- научно-технический – возможность сочетания различных функциональных зон независимо от сложности инженерного оборудования;

применение новых методик в формировании здорового образа жизни с использованием различных видов спортивных занятий [113];

- социальные – необходимость удовлетворения возрастающего спроса на фитнес-услуги [129];

- экономические – потребность в создании нового бизнес-продукта; формирование вариантного предложения различных функциональных зон;

- культурологические – адаптация фитнес-центров в зависимости от культурной традиции.

- **Виды фитнес-программ в зависимости от потребителей (Илл. 52)**

Универсальные: обслуживание всех категорий потребителей не зависимо от размещения фитнес-центра; предусматривается обязательное включение силовых и групповых фитнес-программ не зависимо от доминирующих, приоритетных программ [114];

Специальные: обслуживание специальных категорий потребителей; обслуживание непосредственно в местах пребывания – военные части, предприятия транспортной инфраструктуры, медицинские учреждения.

Медицинские: обслуживание потребителей по соответствующим медицинским показателям; выделяется в отдельное обслуживание в составе универсальных фитнес-программ;

Занятия фитнесом по выбранной программе возможно в различных режимах посещения.

- **В зависимости от применяемых программ выделяется следующий режим посещения (Илл. 52):**

Регулярный – режим посещения, обеспечивающий полную загрузку всех функциональных зон. Различаются пиковые нагрузки и равномерные в зависимости от часов работы. В формировании регулярного режима участвуют следующие характеристики:

- государственные программы оздоровления, мониторинга физического состояния специальных групп потребителей;

- дополнительные занятия физкультурой для людей пожилого возраста или школьников [10];

- специальные индивидуальные программы самостоятельного физического самосовершенствования.

Эпизодические - режим работы зависит от места размещения и вида потребителей. Как правило, к фитнес-центрам с эпизодическим посещением относятся фитнес-центры, размещенные в гостиницах или домах отдыха, а также фитнес-центры, расположенные в рекреационных зонах, с посещением в выходные дни. Данному режиму характерно следующее:

- возможность посещения не регламентируется специальными показателями или силой характера;

- влияние моды или влияние современных тенденций в индустрии развлечения;

- сезонная необходимость;

- неполная загрузка функциональных зон;

- неполная загрузка неспортивных функций (выборочная загрузка в зависимости от вида потребителей);

- функциональные зоны универсальны с ограниченным предложением.

- **Распространение фитнес-программ и занятие фитнесом в зависимости от постоянного или эпизодического режима возможно в сетевых или локальных фитнес-центрах:**

Сетевой – самостоятельная сеть, распространенная в удобных местах с набором ожидаемых, рекомендованных функций, рассчитанных на все группы потребителей [150]. Размещаются:

- в жилых кварталах;

- в гостиницах и бизнес-центрах, торговых центрах;

- в рекреационных зонах.

Локальный – самостоятельный объект с выбранными функциями, обеспечивающий потребность в зависимости от места размещения и групп потребителей. Имеют особенности в размещении:

- в объектах социального назначения (больницы, детские сады, школы);
- в специализированных объектах (промышленные предприятия, объекты транспортной инфраструктуры);
- уникальные объекты в рекреационной зоне; клубные поселки; в составе крупных спортивных рекреационных объектов: гольф клуб, конноспортивный клуб.

Объемно-пространственные решения (Илл. 54)

Признак, зависящий от места размещения и вида подчинения. Регламентирует состав функциональных зон. Выделяются три основных вида формирования: встроенные, приспособленные, самостоятельные.

Встроенные - размещенные в существующих зданиях, как вновь организованные, так и предусмотренные при проектировании:

- размещение фитнес-центров в жилых домах;
- размещение в объектах социального назначения (детские сады, школы, больницы, предприятия промышленности, государственные административные предприятия);
- размещение в общественных зданиях (торговый центр, бизнес-центр, гостиница, спортивный комплекс);
- размещение в социальных объектах (учебные заведения, больницы, государственные администрации);
- размещение в производственных зданиях (государственные производства, частные предприятия);
- специальное размещение (транспортная инфраструктура, военные объекты).

Приспособленные – размещение в зданиях с изменением основного назначения, но с сохранением конструктивных особенностей:

- изменение или совмещение вида подчинения спортивных центров;
- размещение дополнительных функций фитнес-центров в существующих спортивных центрах или залах (школьные залы, городские спортивные школы, бассейны);
- размещение в спортивных сооружениях (дополнение или реновация существующей спортивной функции: дома физкультуры, бассейны, спортивные загородные клубы);
- размещение в общественных сооружениях для включения дополнительной функции (торговые предприятия, гостиницы, объекты социального назначения);
- размещение в производственных сооружениях (изменение функционального назначения, применение основных конструктивных особенностей).

Самостоятельные – сооружения, созданные по индивидуальному проекту:

- строительство новых сооружений для размещения фитнес-центров;
- размещение сетевых фитнес-центров в мобильных или быстровозводимых модулях;
- в составе спортивных агломераций (тренировочные базы, базы отдыха, санатории, реабилитационные центры);
- в составе тематических комплексов (дома отдыха, загородные туристические комплексы, спортивные комплексы, клубные поселки).

Объемно-пространственные решение в качестве самостоятельного, встроенного или приспособленного сооружения могут дополнительно классифицироваться на следующие:

Мобильные (самостоятельные) – с возможностью перемещения в качестве готового предварительно собранного элемента или в качестве сборно-разборного. Характерны следующие признаки:

- передвижные, сборно-разборные;

- установка в необходимых локациях в зависимости от срочности решения задач;
- временное пребывание на месте, перенос на другое место;
- возможность переноса после демонтажа конструкций;
- компоновка нескольких перевозных модулей в единый комплекс;
- использование отдельных модулей в качестве дополнительных к другим мобильным сооружениям (строительные поселки, геологоразведка и т.д.);
- использование готовых универсальных строительных элементов для быстрого строительства;
- высокая степень адаптации к предлагаемым условиям размещения.

Стационарные (приспособленные встроенные или самостоятельные) – капитальное строение, не предназначенное для транспортировки и повторного применения:

- встроенные - расположенные в жилых домах, коммерческих учреждениях, государственных учреждениях;
- приспособленные - возникшие после реконструкции различных промышленных предприятий, устроенные из переоборудованных спортивных сооружений;
- самостоятельные - построенные по индивидуальному или типовому проекту, но размещенные на самостоятельной территории.

- **Класс обслуживания (Илл. 54)**

Признак, зависящий от класса обслуживания и соответствующего контингента. Зависит от вида подчинения:

VIP-обслуживание:

- применим для всех видов фитнес-программ;
- не зависит от типа фитнес-центра вида подчинения и состава функциональных зон;
- учитывается как вид обслуживания, связанного с дополнительным качеством предоставляемых услуг;

– клиенты VIP обслуживания определяются по уровню дохода, по выбору специальных предложений, по виду обеспечения безопасности и конфиденциальности.

Социальное:

- применим для всех видов фитнес-программ;
- не зависит от типа фитнес-центра вида подчинения и состава функциональных зон;
- обслуживание, связанное с предоставлением специальных условий для посещения фитнес-центров всех слоев населения: специальные программы, доступная среда;
- обслуживание, направленное на клиентов вне зависимости от уровня дохода, относящиеся к специальным государственным программам;
- обязательное обеспечение заявленного в государственных программах оздоровления общества необходимого уровня физической подготовки;
 - по виду распространения в городе
 - сетевые;
 - локальные.
 - по величине
 - монофункциональный фитнес-зал;
 - многофункциональный фитнес-центр;
 - специализированные.

2.4. SWOT-анализ фитнес-центров в Санкт-Петербурге

Анализ фитнес-центров на примере Санкт-Петербурга показал определенные положительные тенденции в развитии данного вида спортивных сооружений (Илл. 55).

1. Фитнес-центры становятся частью общегосударственной программы развития здорового общества. Работу по внедрению фитнес-центров в

повседневную жизнь можно охарактеризовать двумя направлениями: работа по созданию соответствующих указов, регламентирующих положение фитнес-центров; общая картина развития спорта и работа по созданию соответствующей базы нормативов и правил для проектирования и эксплуатации фитнес-центров. В 2018 году был подписан Указ Российской Федерации № 204, в котором указаны основные национальные цели и стратегические задачи в развитии государства и необходимость развития массового спорта. В Санкт-Петербурге данный указ был поддержан в Стратегии социально-экономического развития Санкт-Петербурга на период до 2035 года, утвержденной Законом Санкт-Петербурга от 19.12.2018 № 771-164. Работа по обеспечению поддержки фитнес-центров была продолжена и 1 января 2020 года вступили в силу поправки, предложенные Министерством экономического развития по внесению спортивных учреждений в список для получения налоговых вычетов в рамках борьбы с пандемией. Подобное решение оказывает значительную помощь в сохранении фитнес-центров как спортивных учреждений. В список таких предприятий вошли девять организаций в сфере физической культуры и спорта, семь из них – это сети фитнес-центров, работающих по всей стране. Работы по регулированию нормативной базы для проектирования и размещения фитнес-центров были начаты в 2016 году, с момента вступления с 1 января 2016 года в силу ГОСТа Р 56644-2015 «Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования» и в дальнейшем ГОСТ Р 57116-2016 «Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам», ГОСТ Р 57138-2016 «Фитнес-услуги для детей и подростков. Общие требования». В то же время появление данных ГОСТов не позволяет говорить о возникновении нормативной базы для проектирования в виде соответствующих СНиПов и СП.

2. Фитнес-центры являются универсальной площадкой для занятий физической культурой, спортом и отдыха. Сочетание спортивных нагрузок, медицинского ухода и косметических процедур, включая активный отдых, создают самодостаточный тип новых спортивных сооружений. Тенденция развития фитнес-центров направлена на создание масштабных комплексов для проведения спортивного досуга семьями или большими компаниями в течение длительного

времени. И если сейчас посещение большинства фитнес-центра имеет временной регламент, то в ближайшее время возможность посещать фитнес-центр в течение всего дня создаст новый вид досуга, как это уже происходит с аквапарками и парками аттракционов [28]. Подобные примеры существуют как за рубежом (Таиланд, Тучен), так и в нашей стране (Жуковка, Териоки). Тенденция на общедоступность, не зависящую от возраста, физического состояния и спортивных предпочтений, находит свое реальное воплощение.

3. Предоставляется возможность использовать фитнес-центр для всех видов потребителей. Включение услуг фитнес-центров в добровольный полис медицинского страхования позволит значительно расширить возможности в посещении фитнес-центров. Подобное распределение финансового участия корпоративных клиентов создаст возможность для привлечения социальных слоев населения. Универсальность спортивных программ и технологий использования тренажеров не ограничивает посетителей в выборе независимо от их физической формы. Тенденция внедрения фитнес-услуг в различные сферы человеческой деятельности позволяет распространять занятия физкультурой в соответствующих приспособленных пространствах.

4. Фитнес-центры обладают способностью массового распространения за счет универсальности в размещении. Размещение минимального (но достаточного) комплекта фитнес-услуг позволяет устраивать фитнес-центр во встроенных помещениях жилых домов. Расширение фитнес-центров и привлечение дополнительных функциональных зон позволяет организовывать фитнес-центры как в реконструируемых помещениях и зданиях, так и в самостоятельных, специально построенных сооружениях. Возможность разнообразной компоновки функциональных зон позволяет сохранять основные компоненты фитнес-центров вне зависимости от условий размещения. Примеры расположения фитнес-центров в исторической части Санкт-Петербурга или на территориях реконструируемого «серого пояса», а также в новых и сложившихся районах города свидетельствуют об универсальности в размещении фитнес-центров. Сочетание спортивных и неспортивных функций позволяют фитнес-центрам оставаться самостоятельным

архитектурным объектом. Таким образом возникают условия для проектирования данных объектов, появляется необходимость в разработке соответствующих нормативных документов.

5. Фитнес-центры – самостоятельный архитектурный тип спортивного сооружения. Проектирование фитнес-центров ведется на основании разработанных нормативных документов, связанных с физкультурно-оздоровительными сооружениями, стадионами и спортивными площадками, на сегодняшний день уже существуют региональные нормы по проектированию фитнес-центров на примере Москвы. Это позволяет определить некоторые стандарты при проектировании и создать предпосылки для дальнейшего углубленного изучения вопроса проектирования фитнес-центров [48]. Отсутствие комплексной системы норм и правил для проектирования вызывает ряд сложностей в развитии фитнес-центров.

Наряду с положительными тенденциями в развитии фитнес-центров существуют некоторые сложности, выраженные в следующих факторах:

1. Отсутствие соответствующих правил проектирования и размещения фитнес-центров. Возникновение фитнес-центров часто рассматривается как продолжение физкультурно-оздоровительных комплексов. Применять нормативные документы по проектированию ФОКов возможно в связи со схожестью принципиальных функциональных зон [87]. В тоже время условия размещения физкультурно-оздоровительных центров принципиально отличается от размещения фитнес-центров. Применение правил возможно исключительно для определенных функциональных зон: спортивные залы и раздевалки, бассейны и раздевалки, залы для групповых занятий или залы для общей физической подготовки. Это же касается и сопутствующих зон: вестибюли, гардеробы, помещения персонала, помещения инженерных служб [63]. Отдельно можно воспользоваться нормативами для проектирования кафе и магазинов, а также салонов красоты, медицинских и косметических кабинетов. Объединенный общий свод правил с учетом всех функциональных зон фитнес-центра на сегодняшний день отсутствует. Анализ данной задачи выявил трудности, связанные с

размещением фитнес-центров и комплектацией их полноценными функциональными зонами.

2. Зависимость комплектации функциональными зонами от условий размещения является одной из слабых сторон в развитии фитнес-центров. Данная зависимость не позволяет иметь постоянное количество функциональных зон. Встроенные фитнес-центры ограничиваются минимальным необходимым количеством функциональных зон: тренажерный зал, зал для кардиотренажеров и зал для групповых занятий [139]. В случае размещения фитнес-центров в реконструируемых зданиях возникают сложности с обеспечением полноценных параметров для соответствующих залов или бассейнов в зависимости от габаритов зданий или несущих способностей конструкций. Строительство самостоятельных фитнес-центров решает данную задачу и позволяет воплотить в полном объеме все необходимые функциональные зоны. Отсутствие обобщенных правил проектирования не позволяет решать данную задачу в комплексе, но делает возможным решение по видам функциональных зон. Данный фактор оказывает влияние на зависимость от рынка спортивных услуг [115].

3. Зависимость от рынка услуг, направленных на оздоровление человека, но не связанных с фитнес-центрами, является недостатком в развитии фитнес-центров. Размещение, комплектация и расположение в структуре города основывается исключительно на анализе рынка предложений данных услуг и не является триггером в развитии спроса в новых районах или в системе государственных или коммерческих учреждений. В тоже время размещение физкультурно-оздоровительных комплексов, спортивных залов и стадионов является важным условием развития социальной инфраструктуры [100]. Необходимо учитывать, что размещение неспортивных функций в составе фитнес-центров является важным отличительным элементом и условием для посещения. Это означает, что размещение фитнес-центров происходит как дополнительное предложение спортивных услуг, что ограничивает возможность использовать максимальное количество функциональных зон. Ограниченность в предложении на

рынке спортивных услуг значительно влияет на возможность получения государственной поддержки.

4. Трудности в получении государственной поддержки значительно затрудняют развитие фитнес-центров. Современные программы физического развития человека являются принципиальными ориентирами в развитии общества и объединяют не только физическое воспитание, но и экономические и политические стороны жизни. Фитнес-центр является самостоятельным спортивным объектом и может претендовать на значительную роль в подобном воспитании. Получение государственной поддержки и включение фитнес-центров в перечень объектов социально-культурного обеспечения населения с целью создания комфортной среды обеспечат оптимальные решения при компоновке функциональных зон. Это позволит значительно расширить количество посетителей за счет применяемых социальных программ.

5. Зависимость от экономической конъюнктуры и доходов населения - еще один фактор, негативно влияющий на развитие фитнес-центров. Применение платных услуг является основой развития фитнес-центра. Включение в состав фитнес-центра неспортивных услуг является условием высокого уровня дохода населения и возможности обеспечения дополнительным свободным временем. Посещение фитнес-центра не является необходимым условием для жизни человека, но считается условием комфортной и разнообразной жизни. Таким образом, фитнес-центр и размещенные функциональные зоны имеют высокую зависимость от экономической ситуации в стране.

Анализ сильных и слабых сторон в развитии фитнес-центров позволил составить SWOT-анализ. Первым этапом в разработке SWOT-анализа является сравнение основных сильных и слабых сторон в формировании фитнес-центров Санкт-Петербурга, указанных в последовательной взаимной зависимости. На втором этапе разработки SWOT-анализа предложены основные возможности развития фитнес-центров и соответствующие внешние угрозы, связанные с перспективным развитием [61, 93].

SWOT-анализ формирования фитнес-центров на примере Санкт-Петербурга

S - (сильные стороны)	W - (слабые стороны)
<ul style="list-style-type: none"> – наличие государственной программы развития физкультуры и спорта; – оказание поддержки малому бизнесу в рамках программы борьбы с пандемией; – универсальность в использовании фитнес-центров для развития физической культуры, медицинского и косметического оздоровления и отдыха; – возможность посещения и использования фитнес-программ потребителями всех возрастных категорий и уровня физической подготовки; – гибкая система формирования функциональных зон; не зависит от района города и типа территории. – фитнес-центр - самостоятельный тип сооружения; – фитнес-центр как архитектурный объект имеет возможность типового воспроизведения в различных градостроительных условиях. 	<ul style="list-style-type: none"> – отсутствие специализированных норм и правил для проектирования фитнес-центров; – зависимость комплектации фитнес-центров функциональными зонами от размещения; возможное доминирование неспортивных функций в составе фитнес-центра; – зависимость от рынка спортивных услуг; – подчиненность государственным спортивным комплексам в связи с государственной поддержкой развития инфраструктуры современного города; – трудности в получении государственной поддержки; – высокая степень зависимости от экономической конъюнктуры и доходов населения; – повторение типовых решений снижает возможность архитектурно--планировочного изменения; – нивелируется оригинальный архитектурный облик.
О - (возможности)	Т - (угрозы)

<ul style="list-style-type: none"> – развитие фитнес-индустрии при условии объединения государственных и негосударственных программ; – развитие научно-технической базы для новых видов тренажеров и занятий, направленных на общее оздоровление; – формирование запросов на мобильные, многофункциональные, универсальные фитнес-центры; – включение фитнес-центров в состав обязательных условий для формирования городской среды; – трансформация сопутствующих функций неспортивного характера в спортивно-медицинские; – разработка и внедрение регламента для проектирования фитнес-центров. – возникновение новых сочетаний архитектурно-планировочных принципов формирования фитнес-центров за счет инновационных инженерных и конструктивных решений. 	<ul style="list-style-type: none"> – «размывание» понятия «фитнес-центра» и замена фитнес-центра упрощенной системой физкультурных занятий; – уменьшение или отсутствие такого вида досуга, как занятие фитнесом; – исключение фитнес-центров из перечня спортивных сооружений и перевод их в развлекательные; – отсутствие развития нормативной базы; – изменение градообразующих приоритетов в формировании современной городской среды; – развитие киберпространства; кибер-спорта; дистанционные занятия фитнесом. – трансформация фитнес-центров в новые общественные пространства без доминирования функций фитнес-центров.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Проведенное исследование показало, что фитнес-центры, как тип здания, обладают потенциалом широкого использования за счет универсальности при размещении в структуре города: в исторической части Санкт-Петербурга, на территориях исторического промышленного «серого пояса», а также в новых и сложившихся районах [149].

Выводы главы 2

1. Анализ опыта проектирования современных фитнес-центров показал следующие закономерности и тенденции:

– Размещение фитнес-центров в составе генерального плана города: зависит от транспортной и пешеходной доступности; размещение зависит от сформированного спроса на данные услуги; являются дополнением или замещением государственных физкультурно-оздоровительных комплексов; фитнес-центр является объектом социального притяжения; формирует дополнительные условия для создания благоустройства и общественных пространств; создает дополнительное условие в формировании ценовой политики на рынке недвижимости; размещение в исторической части города – возможность проведения досуга в данной локации.

– Универсальность применения различных функциональных зон в компоновке фитнес-центров позволяет размещать данные объекты в различных городских общественных сооружениях и центрах.

– Фитнес-центры являются самостоятельными архитектурными объектами с выразительным архитектурно-планировочным решением и узнаваемым архитектурным обликом; не существует универсального типового архитектурного приема по формированию фитнес-центров; решения зависят от появления новых строительных материалов и конструктивных решений.

– Фитнес-центры становятся новыми инновационными объектами для применения современных инженерных технологий: энерго- и ресурсосберегающих технологий в обеспечении водой и теплоснабжения стало основной тенденцией в развитии современных инженерных технологий; новые методы мониторинга состояния всех инженерных систем на основе технологии «умный дом».

2. Анализ опыта проектирования современных фитнес-центров позволил сформулировать три функциональные модели.

– **Универсальная** модель – объединяет в своем составе основные функциональные зоны (силовые, кардио и игровые) и позволяет обеспечить все виды потребителей основными фитнес-программами.

– **Многофункциональная** модель – объединяет все основные функциональные зоны, обеспечивающие реализацию всех фитнес-программ.

– **Специализированная** модель – объединяет занятия фитнесом по отдельным выбранным программам в зависимости групп потребителей и специализированных мест размещения фитнес-центров. Сервисные услуги представлены специализированным медицинским обслуживанием.

Анализ функциональных моделей определил понятие полного и не полного фитнес-ядра. Фитнес-центры с полным ядром объединяют все функциональные зоны в равнозначном взаимодействии с использованием полного спектра оздоровительных услуг, предназначенных для потребителей трех социальных моделей.

3. Определена классификация фитнес-центров.

Сводная классификация фитнес-центров базируется на следующих выявленных признаках:

– вид размещения (общедоступный, специализированный, рекреационный); вид подчинения (государственные, частные, смешенные);

– состав функциональных зон (зона *силовых занятий*, зона *игровых занятий*, зона для проведения *групповых занятий*, зона для проведения *занятий на воде* и зона *открытых площадок*);

– класс обслуживания (социальные, VIP-обслуживание);

– виды фитнес-программ (универсальные, специализированные и медицинские);

– объемно-пространственное решение (встроенные, отдельно стоящие, приспособленные);

– по виду распространения в городе (сетевые и локальные);

– по величине (монофункциональный фитнес-зал, многофункциональный фитнес-центр, специализированные).

4. Результаты SWOT-анализа показали, что для дальнейшего развития фитнес-центров в Санкт-Петербурге необходимо:

- создание сбалансированной государственной программы развития фитнес-центров;
- разработка самостоятельной нормативной базы для проектирования фитнес-центров;
- расширение количества посетителей за счет обеспечения доступа в фитнес-центры социальным группам населения;
- включение фитнес-центров в перечень обязательных объектов при разработке инфраструктуры новых и реконструируемых районов города;
- предложение концепции по реконструкции существующих фитнес-центров для обеспечения установленных минимальных условий в размещении функциональных зон.

ГЛАВА 3. ТИПОЛОГИЯ И ПРИНЦИПЫ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ

3.1. Теоретическая модель фитнес-центра

Анализ современных фитнес-центров показал общую тенденцию в формировании функциональных зон согласно фитнес-программам. Выявлен состав функциональных зон и наличие постоянных, обязательных функциональных зон в составе фитнес-центров. Для индивидуальной реализации фитнес-программы были выявлены основные элементы в составе функциональных зон. Данные элементы объединяются во взаимосвязанную структуру для проведения фитнес-программ для различного числа посетителей.

Анализ структурных элементов каждой из функциональной зоны показал: зона силовых занятий обеспечена силовыми и кардио тренажерами, свободными весами, тренировочным инвентарем; зона игровых занятий обеспечена универсальным или многофункциональным залом; зона групповых занятий сформирована залами для проведения занятий по данному виду фитнес-программ (аэробика, шейпинг, пилатес, йога, танцы), а также обеспечена соответствующим инвентарем (гимнастические коврики, скамейки, подставки, мячи, гантели); зона бассейнов – плавательный бассейн, детский бассейн, акватория для проведения занятий на воде, не связанных с плаванием; зона открытых площадок – силовые, кардио тренажеры и универсальные площадки для командных игр [153].

Полученные в ходе анализа данные позволяют сформулировать сводную типологическую архитектурно-планировочную модель фитнес-центров и проанализировать изменение модели в зависимости от комбинаций состава функциональных зон. Предлагается ввести понятие «фитнес-юнит» в качестве планировочного элемента, объединяющего оптимальное количество структурных элементов для создания сводной архитектурно-планировочной типологической модели. Основными свойствами данного планировочного элемента являются: оптимальная установленная площадь для размещения необходимого количества

структурных элементов; обеспечение проведения фитнес-программ в составе фитнес-центра, согласно установленным экономическим показателям для обеспечения рентабельности работы фитнес-центра.

Таким образом теоретическая архитектурно-планировочная модель фитнес-центров строится на основании:

- оптимальных функциональных элементов – «фитнес-юнитов» (от англ. unit – единица измерения) (Илл. 57);
- функциональные элементы получены в результате анализа функциональных зон существующих фитнес-центров;
- фитнес-юниты формируют определяющие функциональные зоны для осуществления занятий согласно выбранным фитнес-программ.

Опрос среди сотрудников и посетителей фитнес-центров, а также анализ существующих нормативов по размещению функциональных зон дал дополнительное обоснование в создании теоретической модели на основании оптимальных функциональных элементов – фитнес-юнитов (Илл. 57). Дальнейшее исследование функциональных зон позволило определить начальные размеры основных функциональных зон. Опрос сотрудников фитнес-центров показал наиболее востребованные функциональные зоны, а также среднюю загруженность данных зон. На примере тренажерного зала с размещенным необходимым оборудованием возможно сделать заключения об оптимальной (начальной) площади данного фитнес-юнита без учета раздевалок, горизонтальных и вертикальных коммуникаций и инженерных систем.

Тренажерные залы не зависимо от вида тренажеров силовые или кардио имеют в среднем загруженность 30% от общего числа тренажеров. Минимальное количество тренажеров, необходимых для проведения фитнес-программ, не менее 3 шт. Учитывая, что кардио и силовые нагрузки чередуются, допустимо размещение 6 тренажеров. Средняя площадь, необходимая для одного тренажера с учетом проходов и комфортного размещения составляет 4,5 кв. м. Принимая 100% загрузку зоны, возможно определить среднюю площадь для размещения тренажеров – около 80 кв. м.

Анализ интернет-ресурсов, предлагающих конструирование бизнес-модели по созданию фитнес-центров, показал аналогичную площадь. При обращении в компании, которые специализируются комплектацией фитнес-центров тренажерами предлагается минимальный модуль для занятия 81 кв. м., но без учета площади на вспомогательные помещения, раздевалки и инженерное оборудование. Аналогичные площади указаны в расчете для залов групповых занятий, залов борьбы, залов единоборств [23]. Данная площадь для размещения различных функциональных зон является достаточной для проведения занятий согласно фитнес-программам в составе фитнес-центра.

Анализ игровых залов показал, что для размещения игровых площадок, пригодных для занятий в крытом помещении, оптимальный размер зала оставляет 480 кв. м. В расчете учитывается максимальный размер площадки для мини-футбола и гандбола 42x24 м. На площадках данного размера возможно проводить занятия по баскетболу (размеры площадки 30x18 м), волейболу (размеры поля 30x18 м с учетом размеров площадки 18x9 м), бадминтону, занятий гимнастикой [107]. При этом возможно уменьшение площадки для мини-футбола до размеров 25x15 метров, что позволяет в составе универсального зала размещать дополнительные спортивные функции, которые не имеют самостоятельной функциональной зоны, но являются дополнительным элементом фитнес-центра. Скалодромы, полосы препятствий, роллердромы, как правило, размещаются на дополнительных площадях универсальных спортивных залов. Оптимальные размеры зала для проведения групповых занятий так же принимается равными 70-80 кв. м.

Размеры зала бассейнов принимаются исходя из длины и ширины плавательной дорожки, также учитывается ширина обходной дорожки вокруг чаши бассейна. Средняя ширина плавательной дорожки устанавливается 2,5 м и длиной 25 м. На одной дорожке возможно занятие одного пловца или группы занимающихся, но на отдельно отведенной дорожке. Анализ существующих плавательных бассейнов показал, что для обеспечения бесперебойного тренировочного процесса необходимо минимум от 4 до 6 дорожек. Таким образом

площадь функциональной зоны – бассейн с учетом минимального размера обходных дорожек – составляет 460 кв. м.

На основании анализа функциональных зон и определения минимального количества необходимых структурных элементов для каждой функциональной зоны можно дать определение понятия «фитнес-юнит»:

Фитнес-юнит является установленной единицей площади соответствующей функциональной зоны с размещенным оборудованием для проведения фитнес-программ.

Определено шесть основных фитнес-юнитов (ФЮ) (Илл. 58), которые обеспечивают формирование теоретических архитектурно-планировочных модулей фитнес-центров (Илл. 58) и две дополнительные функциональные зоны, которые не являются фитнес-юнитами, но создают важный составной элемент согласно предложенному определению фитнес-центра (зона неспортивных услуг и зона технологических помещений) (Илл. 59, 60).

ФЮ «Силовые тренажеры»

ФЮ «Силовые тренажеры» – функциональная зона для проведения тренировок, связанных с укреплением мускулатуры, с размещением оптимального количества снарядов для обеспечения последовательного тренировочного процесса 10 человек. На площади 80 кв. м могут одновременно разместиться 20 силовых тренажеров. Тренажеры делятся на три основные группы: работа с собственным весом; работа со встроенным весом; работа со свободным весом. Используются тренажеры, формирующие дополнительные нагрузки. Проводятся тренировки, связанные с укреплением мускулатуры и выносливости [122].

ФЮ «Кардио тренажеры»

ФЮ «Кардио тренажеры» – функциональная зона для проведения тренировок, связанных с укреплением сердечно-сосудистой системы и увеличения выносливости организма, с размещением тренажеров для обеспечения последовательного тренировочного процесса 10 человек. Используются тренажеры для увеличения естественных нагрузок: бег, ходьба, езда на велосипеде, прыжки, подъем по лестнице. Площадь данного юнита сопоставима с юнитом «силовые

тренажеры». ФЮ «Силовые тренажеры» и ФЮ «Кардио тренажеры» всегда размещаются совместно и являются основной компоновочной единицей, формирующей первый теоретический модуль М1 (Илл. 63). При формировании фитнес-центра, как правило, данные функциональные зоны не ограничиваются минимальной площадью и не имеют жесткого разделения при зонировании помещения.

ФЮ «Зал для групповых занятий»

ФЮ «Зал для групповых занятий» – функциональная зона для проведения групповых занятий: йога, аэробика, танцы, восточные единоборства, бокс, аэройога, динамическая медитация, кросс-фитинг. При формировании фитнес-центров выделяют минимум два зала для групповых занятий при условии отсутствия универсального спортивного зала.

ФЮ «Игровой зал»

ФЮ «Игровой зал» – функциональная зона для игровых занятий: баскетбол, волейбол, мини-футбол, сквош, теннис, бадминтон.

Игровой зал может быть организован как универсальный (для проведения последовательных занятий по игровым фитнес-программам), так и многофункциональным (для проведения нескольких фитнес-программ одновременно). В качестве дополнительной функции в многофункциональных залах выделяются зоны для устройства скалодромов или полосы препятствий.

ФЮ «Бассейн»

ФЮ «Бассейн» – функциональная зона для проведения занятий по плаванию и занятий в воде, не связанных с плаванием – комбинации кардио и силовых тренировок с уменьшенной нагрузкой на опорно-двигательную систему. Фитнес-юнит «Бассейн» рассматривается как набор минимально необходимых функций для обеспечения тренировочного процесса. В то же время бассейны подразделяются на следующие: спортивный бассейн длиной 25 м; детский бассейн глубиной 1,2 м; бассейн для оздоровительных процедур; бассейн для проведения занятий с младенцами глубиной 0,4 м; бассейн для проведения занятий людей с ограниченными возможностями; бассейн для проведения аква-аэробики.

Дополнительные бассейны, которые могут входить в функциональную группу бассейна, в отдельные фитнес-юниты не выделяются.

ФЮ «Открытые площадки»

ФЮ «Открытые площадки» – функциональная зона для проведения занятий на свежем воздухе. Открытые площадки совмещают кардио и силовые тренировки (бег, ходьба, тренажеры с собственным весом); игровые занятия (футбол, пляжный волейбол, лапта, мини-футбол, корт, полоса препятствий), а также дополнительные зимние занятия (беговые лыжи, коньки, хоккей); групповые занятия (скандинавская ходьба, гимнастика, восточные физкультурные практики).

Функциональная зона «Сервисные услуги»

Данная зона не является фитнес-юнитом, так как не участвует в обеспечении занятий согласно фитнес-программам, но является важной составляющей фитнес-центра, так как обеспечивает основное условие формирования понятия фитнес – совмещение физических нагрузок и оздоровительного отдыха.

«Сервисные услуги» – функциональная зона для размещения различных неспортивных услуг, связанных с поддержанием физических и эстетических качеств человека и направленных на проведения досуга после или до тренировок. В состав сервисных услуг входят функциональные группы, которые можно разделить на обязательные и возможные.

К обязательным сервисным неспортивным услугам относятся:

- Фито-бар (располагается в зоне входного вестибюля и имеет минимальную площадь без учета вспомогательных помещений 10 кв. м);
- Финская или инфракрасная сауна (располагается в составе раздевалок или в зоне бассейна);
- Солярий (располагается в составе раздевалок или в зоне бассейна; бывает вертикальный, горизонтальный, турбо, сидячий 5 кв.м.);
- Магазин или торговая витрина по продаже спортивного инвентаря и принадлежностей (располагается в зоне вестибюля).

Данные сервисные услуги представлены во всех фитнес-центрах независимо от компоновки функциональных зон.

К возможным сервисным неспортивным услугам относятся:

Банный комплекс, который может включать следующие элементы: русская баня, финская баня, инфракрасная баня, римская баня, баня «алтайка», турецкая баня, хамам, фитоаромасауна. Максимальное комплектация всеми видами бань в банном комплексе возможно при условии выделения банного комплекса в самостоятельную функциональную зону с раздевалками, душевыми, бассейнами-купелями, гидромассажными процедурами. Как правило, банный комплекс объединяется с сервисными услугами, предлагаемыми в СПА-зоне.

СПА-зона. Есть две трактовки популярного слова «СПА»: Название произошло от наименования бельгийского курорта Спа, который славился своими минеральными источниками. Сначала словом «спа» начали называть такие источники, а позже оно превратилось в название курортов и лечебниц. Так же считается, что понятие СПА происходит от SPA - Sanusperaquam, что в переводе с латыни – «здоровье от воды» [102]. Слово «спа» стало собирательным понятием и включает не только водные процедуры, но и бани и сауны.

СПА-услуга: услуга общеоздоровительного, косметического и расслабляющего характера, оказываемая в условиях высокой комфортности и относящаяся к одной или нескольким СПА технологиям. Согласно исследованиям, проводимым в данной области оздоровительных процедур. СПА процедуры представляют из себя современный подход к оздоровлению человека, основанном на холистическом подходе к организму и нацеленном на гармонизацию и поддержание физической и душевной гармонии. СПА услуги могут быть предоставлены в виде единичной процедуры или СПА программы.

К основным СПА технологиям относят следующие:

- водные процедуры;
- бальнео-процедуры (использование природных минералов, грязи);
- талассо-процедуры (использование морской воды, водоросли);
- термо-процедуры (крипто процедуры, банные процедуры);
- мануальные процедуры (массаж, косметический уход);

– расслабляющие процедуры (ароматерапия).

Предлагаемый набор услуг, включающий банный комплекс и СПА комплекс, возможно выделить в отдельный вид сооружений, не относящихся к непосредственно к фитнес-центрам. Но включение отдельных элементов или целого СПА комплекса в состав фитнес-центра позволяет максимально расширить диапазон предлагаемых услуг и охватить больший спектр потребителей (Илл. 59).

Важным элементом дополнительных неспортивных сервисных услуг являются медицинские процедуры, включающие в себя мануальную терапию, массажные процедуры, иглоукалывание. Данные процедуры могут располагаться как отдельно в фитнес-центре виде специальных кабинетов, так и в составе СПА-зоны. В случае самостоятельного размещения данная функция занимает от 20 до 30 кв. м, располагается в зоне раздевалок или примыкает к универсальному спортивному залу или бассейну.

Отдельную самостоятельную функциональную зону в составе фитнес-центров занимает салон красоты. Данная функция является возможной при условии размещения в фитнес-центре СПА-зоны или банного комплекса. Салон красоты может объединять в своем составе солярий, парикмахерскую, кабинет косметолога, кабинеты маникюра и педикюра.

Зона магазинов в составе фитнес-центров может быть представлена как отдельная торговая витрина (обязательная функциональная зона) или как несколько специализированных спортивных магазинов, предназначенных для торговли спортивной одеждой, инвентарем и спортивным питанием. Площадь таких торговых зон нормируется согласно соответствующим правилам и выбирается как оптимальная для различной компоновки фитнес-центров.

Функциональная зона технологических помещений

Не является фитнес-юнитом, но обеспечивает комфортное функционирование фитнес-центра и зависит от наличия установленных функциональных фитнес-зон.

Технологическими помещениями являются помещения, обеспечивающие эксплуатацию фитнес-центра согласно соответствующим нормативам.

Технологические помещения разделяются на (Илл. 60):

- инженерные службы;
- раздевалки и душевые;
- служебные помещения.

При формировании фитнес-центров технологические помещения занимают около 30 % от общей площади фитнес-центра при условии выделения отдельных площадей для их размещения. Современные технологии позволяют сократить технологические площади.

Инженерные службы (при условии размещения в отдельных помещениях):

- вентиляция и кондиционирование (общая вентиляция для спортивных залов и раздевалок, вентиляция для бассейнов) – предусматриваются отдельные помещения для размещения вентиляционного оборудования, также предусматривается отдельное помещение для размещения оборудования для кондиционеров;

- отопление (рассматривается совместно с вентиляцией для залов; для бассейнов; для зоны сервисных услуг) – предусматривается отдельное помещение для размещения теплового узла для распределения принимаемого извне теплоносителя; в случае автономного теплоснабжения размещается в составе котельной.

- электроснабжение (система электроснабжения для всего комплекса; различают первую, вторую и третью категорию электроснабжения) – предусматривается отдельное помещение для установки оборудования для распределения электричества по всему комплексу, также в зависимости от размеров фитнес-центра устраиваются дополнительные электрощитовые;

- водоснабжение и водоотведение (обеспечение водой и водоотведения фитнес-центров в зависимости от компоновки; отдельная система водоотведения предусматривается для бассейна) – обеспечивается через водомерный узел,

который является водораспределительным узлом поступающей воды от внешнего носителя; водоподготовка и водоотведение для обеспечения функционирования бассейна располагается вдоль чаши бассейна под обходными дорожками или в отдельном помещении, расположенном в одном уровне с чашей; в составе помещений водоподготовки выделяют две основные зоны – помещения для установки фильтров и накопительных баков и помещение или емкости для приема переливаемой воды.

Раздевалки и душевые

Помещения, обеспечивающие санитарно-гигиенические нормативы для занятий спортом и посещения бассейна. Площадь помещений принимается согласно расчетам, исходя из максимальной планируемой загрузки.

Различаются раздевалки для бассейна и для спортивного зала.

– Раздевалка для бассейна. Предусматриваются мужские и женские раздевалки, а также смешанный вид раздевалок, в которых в общем пространстве, отведенном для переодевания, располагаются закрытые кабинки с вариантным использованием. Расчет количества и площади, отведенных для раздевалок, принимается из нормативов для спортивных плавательных бассейнов.

– Душевые кабины при раздевалках в бассейнах должны предусматривать выход непосредственно в зал бассейна, минуя возвращение в раздевалку. Особенностью душевых в бассейне является ножная ванна при выходе в плавательный зал. Важной особенностью раздевалок для бассейнов является размещение их в одном уровне с чашей.

– Раздевалка для универсального спортивного зала, для зала групповых занятий, для тренажерных залов. Данный тип раздевалок предусматривается в фитнес-центрах согласно нормативам раздевалок для спортивных залов. Допускается объединение раздевалок для бассейнов и универсальных спортивных залов с учетом отдельных выходов в зону бассейна и зону спортивных залов.

Служебные помещения:

– вестибюль и гардероб верхней одежды;

- администрация (директор/управляющий, бухгалтерия, место оформления абонементов, стойка администратора);
- раздевалки персонала;
- методический кабинет, тренерская;
- медпункт;
- помещение дежурного инженера, диспетчерская;
- лаборатория (в бассейнах);
- кладовые уборочного инвентаря;
- пост охраны.

Перечень служебных помещений возможно дополнить прачечной и помещением для хранения белья, кухней и кладовыми при кухне, помещениями для хранения спортивного инвентаря. Приведенный перечень основных функциональных зон, которые характеризуются как «фитнес-юнит», и вспомогательные функциональные зоны (сервисные услуги и зона технологических помещений) позволяют сформировать соответствующие фитнес-модели.

Функциональная модель

Определение фитнес-юнита позволило сформировать 7 основных архитектурно-планировочных фитнес-модулей (М1 - М7) (Илл. 58).

Модуль М1 – минимальный фитнес-модуль и состоит из двух основных ФЮ: фитнес-юнит «кардио тренажеры» и фитнес-юнит «силовые тренажеры» (Илл. 61).

Анализ современных фитнес-центров показал:

- данное сочетание присутствует во всех без исключения фитнес-центрах;
- наличие данного сочетания позволяет организовывать фитнес-центр без привлечения дополнительных фитнес-юнитов;
- присутствие дополнительных функциональных зон (сервисные неспортивные услуги и технологические помещения обязательны);

– использование данного сочетания в качестве главного спортивного элемента является определяющей особенностью фитнес-центров.

Разработка остальных модулей происходит путем последовательного добавления новых фитнес-юнитов. Добавление фитнес-юнитов происходит постепенным наращиванием функциональных площадей и расширением спектра услуг. В каждом отдельном случае фитнес-модуль является законченной моделью фитнес-центра. Аналогично спортивным площадкам с последовательным насыщением различными функциями для создания полноценного спортивного ядра фитнес модули стремятся к максимальной компоновке и получению полного фитнес-ядра.

Модуль М2 отличается от М1 добавлением ФЮ «зал для групповых занятий» (Илл. 62). Этот распространенный модуль позволяет располагать фитнес-центры в жилых домах в качестве встроенного помещения. Также размещается в различных социальных и коммерческих предприятиях, в которых не планировалось изначально данной функции. Данный модуль обладает универсальными свойствами адаптироваться к предложенным вариантам размещения и при этом сохранять признаки фитнес-центра. Модули М1 и М2 чаще всего являются встроенными.

Модуль М3 выделяется на фоне предыдущих модулей, так как в качестве основного функционального элемента выступает универсальный игровой зал (Илл. 63). Возможность достроить универсальный игровой зал до фитнес-центра появляется за счет компактности дополнительных юнитов: «кардио тренажеры» и «силовые тренажеры». Примером подобных изменений могут служить фитнес-центры, расположенные в учебных заведениях (профсоюзы), а также фитнес-центры, возникшие на базе существующих спортивных комплексов или как сопутствующая функция при крупных спортивных кластерах (гольф-клубы, конноспортивные клубы, яхт-клубы).

Модуль М4 является логическим продолжением модуля М3 (Илл. 64). Возможность включения в состав модуля М3 дополнительного ФЮ «Зал для групповых занятий» практически полностью исчерпывает предлагаемые фитнес-

услуги без использования занятий на воде. Данный модуль чаще всего является самостоятельным зданием или реконструируемым сооружением. В последнее время с введением быстровозводимых аэронесущих или воздухоопорных конструкций распространение данного модуля нашло широкое применение.

Модуль М5 можно рассматривать как вариант модуля М3, но с использованием в качестве основного функционального элемента бассейна (Илл. 65). Появление в составе данного модуля ФЮ «зал для групповых занятий» объясняется необходимостью дополнительной разминки перед занятиями в воде. Возможность универсального использования данной функциональной зоны позволяет не выделять дополнительно разминку перед занятиями в бассейне в отдельный фитнес-юнит.

Анализ представленных модулей позволяет определить общую тенденцию на пропорциональное увеличение площадей с условным шагом 80-90 кв. м. Если М1 имеет площадь равную примерно 160 кв. м и, с появлением дополнительного юнита во втором модуле, третий модуль по совокупности площадей равен 160 кв.м. + (ФЮ «кардио и силовые тренажеры») + 2х80 кв.м. + (ФЮ «Зал для групповых занятий») 80 кв. м. = 400 кв. м. Данная площадь совпадает с ФЮ «универсальный игровой зал» или с ФЮ «Бассейн». Данная закономерность позволяет сочетать модули М4 и М5 в компактные архитектурно-планировочные решения. За счет высоты универсальных спортивных залов фитнес-юниты собираются в компактный функциональный блок.

Модуль М6 возникает как очевидное продолжение добавления фитнес-юнитов (Илл. 66). Характерной особенностью данного модуля является наличие двух равнозначных основных функциональных зон: фитнес-юнит «бассейн» и фитнес-юнит «универсальный спортивный зал». В то же время залы для кардио и силовых тренажеров являются принципиальным элементом для формирования модели фитнес-центра. Исключение фитнес-юнитов «кардио и силовые тренажеры» а также юнита «зал для групповых занятий» невозможно. Важным условием формирования данного модуля является значительное увеличение функциональных зон «сервисных услуг» и функциональной зоны

«технологические помещения». Совмещение в одном модуле ФЮ «Бассейн» и ФЮ «Универсальный спортивный зал» приводит к удвоению инженерных служб, раздевалок и служебных помещений. Это в значительной степени влияет на компоновочную схему, но позволяет добиться дополнительной архитектурной выразительности.

Модуль М7 является завершающим этапом в формировании последовательности модульного ряда в определении принципов архитектурно-планировочной организации фитнес-центров (Илл. 67). Добавление фитнес-юнита «открытые площадки» позволяет говорить о возникновении фитнес-центров с полным фитнес-ядром. В то же время наличие открытых площадок не является обязательным требованием в компоновке фитнес-центров. Как показывают исследования отечественного опыта только 30% фитнес центров, соответствующих модулю М6, имеют открытые площадки для занятия спортом. В то же время внедрение передовых технологий с использованием новых строительных материалов позволяют размещать открытые спортивные площадки на крышах зданий, в которых размещены фитнес-центры. Таким образом ФЮ «Открытые площадки» являются важным элементом в создании самостоятельного модуля М7.

В формировании фитнес-моделей участвуют вспомогательные помещения – сервисные неспортивные услуги и технологические помещения. Данные дополнительные функциональные зоны включаются в формирование модулей, начиная с М1. Характерной особенностью вспомогательных функциональных зон является последовательное наращивание своего включения от модуля к модулю. При этом отсутствует прямая зависимость от увеличения фитнес-модулей в той или иной модели и увеличения неспортивных услуг. В то же время включение обязательных неспортивных функций является неотделимым условием при формировании любой модели. Присутствие технологических помещений является безусловным.

Суммирование фитнес-юнитов и неспортивных услуг позволило сформировать «Полный фитнес-модуль» (Илл. 68), который включает в себя все

существующие фитнес-юниты и все сервисные услуги с максимальным ассортиментом возможных услуг и помещений.

«Полный фитнес-модуль» позволяет оценить перспективное развитие фитнес-центров в зависимости от выбранных сегментов модели, а также выявить дополнительные смежные участки для появления новых сочетаний и разработки новых видов спортивных и неспортивных услуг.

«Полный фитнес-модуль» позволяет проанализировать возможности в развитии фитнес-центров с целью выявления актуальных запросов всех групп потребителей. Анализ полного модуля позволил определить основные группы функциональных зон, связанных между собой согласно схожим процессам и последовательность перемещения потоков посетителей между разливными функциональными зонами.

Возможны следующие трансформации различных функциональных зон и расширение фитнес-юнитов.

Фитнес-юнит «Силовые тренажеры» можно видоизменить выделением отдельных самостоятельных функциональных зон: зона тренажеров с собственным весом; зона тренажеров со встроенным весом; зона тренажеров со свободным весом. Каждой отдельной функциональной зоне возможно выделение специальной площади или отдельного зала.

Фитнес-юнит «Кардио-тренажеры» аналогичным образом может быть расширен отделением функциональных зон: зоны велотренажеров; зоны беговых дорожек; зоны степперов.

Размеры каждой дополненной зоны принимаются исходя из возникающих предпочтений и не имеют равных между собой площадей.

Фитнес-юнит «Зал для групповых занятий» возможно изменять и увеличивать, принимая во внимание, что каждому отдельному занятию необходима самостоятельная территория. ФЮ «Зал для групповых занятий» в условиях идеальной модели может воплощаться в отдельный самостоятельный комплекс в составе фитнес-центра для проведения групповых занятий.

Можно отдельно выделить следующие группы: залы для единоборств; залы

танцев и хореографии; залы для занятий йогой и восточными практиками; залы для аэробики и ритмической гимнастики.

Фитнес-юнит «Игровой зал» в условиях полного модуля преобразуется в многофункциональный зал с возможностью трансформации в зависимости от задач. Многофункциональный зал позволит комфортно разместить дополнительные зоны для скалодромов, роллердромов, полосы препятствий. В тоже время трансформация многофункционального зала позволит проводить одновременно занятия по нескольким видам командных игр одновременно.

Фитнес-юнит «Открытые площадки» в условиях развития модуля преобразовываются в самостоятельную функциональную зону с размещением всех возможных площадок для занятий спортом на улице, с кардио и силовыми тренажерами, на велодорожках и площадках для спортивных игр (лапта, городки, минигольф, крокет) с включением дополнительных маршрутов здоровья и полосы препятствий.

Фитнес-юнит «Бассейн» имеет развитие в сторону увеличения предлагаемых занятий на воде. В составе идеального модуля предусматривается возможность размещения бассейнов для всех возрастных групп и видов потребителей. Возможно включение зоны развлечения виде элементов аквапарков в качестве зоны для детей. Использование в составе бассейна оздоровительных процедур (гидромассаж, термальные ванны, а также совмещение зоны бассейна с зоной бань) позволяет объединять ФЮ «Бассейн» с функциональной зоной неспортивных сервисных услуг в зоне СПА-процедур и банного комплекса.

Функциональная зона «Сервисные неспортивные услуги» включает в себя группы различных сервисов, которые получают значимое развитие. Сервисные услуги, связанные со спортивными магазинами, имеют возможность расширения до торгово-выставочных пространств в составе фитнес-центра, предлагая не только сопутствующий инвентарь для тренировок, но и спортивные товары для активного отдыха. Салоны красоты и косметические кабинеты имеют возможность комплексного обслуживания клиентов не только посетителей фитнес-центров. СПА-комплекс и банный комплекс воплощаются в самостоятельный

функциональную зону с собственными раздевалками и режимом посещения. Совместное размещение СПА-зоны и банного комплекса с учетом максимального расширения фитнес-юнита «Бассейн» позволяет выделить совместную функциональную зону с совместной эксплуатацией. Каждая функциональная единица сервисных услуг получает не только самостоятельное воплощение, но и возможность интеграции в существующие фитнес-юниты (Илл. 69).

Анализ абсолютной модели позволяет сделать следующие выводы:

- абсолютная модель – динамически развивающаяся структура в зависимости от возникающих запросов потребителей;
- фитнес-юниты, формирующие абсолютную модель, имеют последовательное сочетание функциональных зон;
- компоновка фитнес-юнитов в составе абсолютной модели имеет приоритетное расположение относительно друг друга.

3.2. Типология фитнес-центров

Типологические модели фитнес-центров строятся на основании социальных и функциональных моделей и определяются доминированием функциональных зон с соответствующим составом фитнес-юнитов, объединенных в соответствии с выбранным архитектурно-планировочным решением [20]. Предлагается три типологические фитнес-модели: универсальная, многофункциональная, специализированная (Илл. 69):

Универсальный фитнес-центр – фитнес-центр, обеспечивающий основные потребности в фитнес-услугах без дополнительного изменения количества фитнес-юнитов и трансформации модели (Илл. 70).

Анализ современных фитнес-центров на основе предложенных модулей показал, что фитнес-центры, образованные на основании модулей М1, М2, М5, обеспечивают оптимальный уровень физической подготовки.

Размещение в составе модулей М1, М2, М5 сервисных услуг ограничивается набором необходимых функциональных зон: фито-бар, финская или инфракрасная

сауна, солярий, магазин или торговая витрина для продажи спортивного инвентаря и принадлежностей. Часто встречается размещение фитнес-центров на основе модулей: М1, М2, М5 в составе гостиниц, пансионатов, бизнес-центров, в этих случаях некоторые сервисные функции (кафе, магазин) берет на себя общая инфраструктура сервиса учреждения, в котором размещается фитнес-центр. В некоторых гостиницах или пансионатах преобладает размещение модуля М1, так как данная функция является сопутствующей.

Данные сервисные услуги представлены во всех фитнес-центрах независимо от компоновки функциональных зон.

Универсальные фитнес-центры соответствуют следующим характеристикам:

- по виду подчинения универсальные модели относятся к государственным и частным (размещение в составе государственного учреждения – образовательного, медицинского, административного, в жилом доме или в составе коммерческого предприятия);
- по месту размещения – общедоступные, специальные, рекреационные;
- по типу строения – стационарные;
- по условиям размещения – встроенные;
- по виду потребления – сетевые, локальные;
- по режиму потребления – регулярные, эпизодические;
- по классу обслуживания – социальные, специальные, медицинские;
- по группам потребителей – все группы потребителей всех возрастов.

Наглядным примером применения модулей М1, М2, М3 может служить устройство фитнес-центра «Эндорфин» в составе бизнес-центра «Содружество» в Санкт-Петербурге. Фитнес-центр на основании модуля М2 встроен в здание бизнес-центра на уровне второго и третьего этажа и имеет в своем составе ФЮ «Тренажерные залы» и ФЮ «Залы для групповых занятий».

Неспортивные услуги представлены саунами в составе раздевалок, солярием, фито-баром и витриной по продаже сопутствующего инвентаря. Ограниченность пространства позволяет универсально использовать некоторые помещения как для

кардио-тренажеров, так и для групповых занятий аэройогой. Без дополнительной трансформации функциональной зоны возможно последовательное применение различных фитнес-юнитов.

Еще одним характерным примером применения модуля М5 может служить фитнес-центр в поселке Мурино на улице Шувалова. Данный фитнес-центр встроен в жилой дом на месте, предназначенного для коммерческого использования. Наличие бассейна, залов для групповых занятий, залов для тренажеров говорит об использовании соответствующих юнитов в различной последовательности. Как и фитнес-центр «Эндорфин» данный фитнес-центр сетевой с регулярным режимом посещения, предназначен для всех групп потребителей.

Характерным примером использования модуля М1 может стать фитнес-центр, включенный в состав крупного общественного пространства «Трехгорная мануфактура». Данный фитнес-центр призван отвечать на самые простые задачи – разминка и активный отдых посетителей и участников данного рекреационного кластера. Встроенный в существующий реконструируемый цех фитнес-центр является локальным и эпизодически посещаемым, рассчитан на все группы потребителей.

Многофункциональный фитнес-центр – фитнес-центр, обеспечивающий максимально широкий выбор спортивных и неспортивных услуг и позволяющий изменять состав модуля путем трансформации и добавления дополнительных функциональных зон за счет увеличения количества фитнес-юнитов [65] (Илл. 71).

Фитнес-центры, созданные на основе модулей М3, М4, М5, М6, М7 обеспечивают максимально широкий выбор фитнес услуг, имеют встроенную, приспособленную или самостоятельную компоновку.

Размещение в составе модулей М3, М4, М5, М6, М7 неспортивных услуг начинается от необходимых и заканчивается включением всего спектра неспортивных услуг в качестве самостоятельной функциональной зоны. В модуле М3, как правило, набор неспортивных услуг ограничивается только необходимыми

(кафе, сауна, солярий, магазин). В модулях М6 и М7 набор неспортивных услуг всегда представлен в максимальном объеме.

Многофункциональные фитнес-центры соответствуют следующим характеристикам:

- по виду подчинения относятся к частным, смешанным; возможность использовать фитнес-центры в качестве дополнительной функции в государственных учреждениях выражено в смешанном использовании; данное партнерство можно наблюдать в государственных домах отдыха или на различных предприятиях; фитнес-центры размещаются в данных учреждениях на правах аутсорсинга;

- по месту размещения – общедоступные, специальные, рекреационные;
- по виду строения – стационарные;
- по условиям размещения – встроенные, приспособленные, самостоятельные;

- по виду потребления – сетевые, локальные;

- по режиму потребления – регулярно-эпизодические;

- по классу обслуживания – VIP, социальные, специальные, медицинские;

- по группам потребителей – все группы потребителей всех возрастов.

Характерным примером использования модуля М6 может служить фитнес-центр «Sport-Life» в Санкт-Петербурге на ул. Захарова, д. 14. Фитнес-центр располагается в самостоятельном специально построенном здании. Расположен в общедоступном месте с хорошей пешеходной и транспортной доступностью. Жилой микрорайон, а также прилегающая рекреационная зона, обеспечивают высокий класс обслуживания. Сетевой фитнес-центр рассчитан на регулярные и эпизодические посещения всеми группами потребителей. Наличие фитнес-юнитов, формирующих данный модуль, позволяет применять многофункциональное использование данного фитнес-центра, как за счет добавления или исключения

определенных фитнес-юнитов, так и за счет трансформации функциональных зон в рамках модуля.

Неспортивные функции представлены специально выделенными зонами продаж, СПА-зоной, совмещенной с зоной бассейна, зоной бань, которая также расположена в зоне бассейна.

Еще одним примером многофункционального фитнес-центра может служить фитнес-центр в коттеджном поселке «Русские просторы», город Руза Московской области и фитнес-центр «Fresh» в Санкт-Петербурге. Данные объекты построены на основе модуля М7 и имеют в своем распоряжении открытые площадки. Размещение в рекреационных зонах позволяет организовать данный модуль максимальным наполнением фитнес-юнитами с применением трансформации отдельных функциональных зон и таким образом добиться многофункциональности. Например, в фитнес-центре «Fresh» зона универсального зала имеет возможность трансформироваться в несколько различных залов, в том числе с размещением полосы препятствий. В фитнес-центре в коттеджном поселке «Русские просторы» размеры универсального спортивного зала позволяют выделять зону для игры в стрит-бол и бадминтон одновременно. Трансформация залов для групповых занятий позволяет размещать бильярдные столы в качестве дополнительной неспортивной услуги. Наличие собственной территории позволяет размещать открытые площадки с максимальным наполнением функциональными зонами. Возможность организовать отдельный вход для посещения спа-зоны и банного комплекса в фитнес-центре «Fresh» позволяет достичь высокий уровень комфорта для посетителей.

Многофункциональность данных фитнес-центров на основании модуля М7 приближает их к полному модулю, за исключением тех случаев, когда необходимо выделить специальные функции для применения фитнес-центров в медицинских учреждениях, реабилитационных центрах, в условиях военных баз и транспортной инфраструктуры.

Специализированный фитнес-центр – фитнес-центр, предназначенный для определенного типа потребителей, связан с использованием любого модуля не

зависимо от компоновки фитнес-юнитов в контексте предложенных факторов влияния. К специальному типу фитнес-центров возможно отнести все ранее описанные модули, но в то же время характерными модулями являются М1, М2, М4, М5 (Илл. 72).

М1, М2, М4, М5 – приспособление модулей для определенного типа потребителей, имеют самостоятельную или встроенную компоновку.

Важным условием появления, данного типа являются особенности их применения. Медицинские учреждения, реабилитационные центры, как правило, применяют модуль М5. Наличие тренажерных залов, зала для групповых занятий и оздоровительного бассейна делают такие фитнес-центры востребованными именно в медицинских учреждениях. Тренировочные базы, крупные спортивные кластеры используют в своем составе фитнес-центры, основанные на модулях М4 и М5. Характерным примером может служить фитнес-центр в составе спортивного комплекса «Nova Arena» в Санкт-Петербурге. Фитнес-центр, основанный на модуле М1 и М2, нашли широкое применение в составе военных частей и объектов транспортной инфраструктуры. Компактность и мобильность в их исполнении позволяют разворачивать данные фитнес-центры в подобных специализированных местах.

Размещение в специальных фитнес-центрах неспортивных сервисных услуг ограничено и имеет определенную специфику. Неспортивные услуги ограничиваются обязательными. Дополнительные сервисные услуги в силу специальных групп посетителей и установленного режима посещения ориентированы на поддержание высокого уровня комфорта и используются в предписанном режиме. Например, в случае размещения специального фитнес-центра в составе медицинского учреждения банные или термальные процедуры могут быть использованы по назначению врача. При размещении в составе военной базы или объектов транспортной инфраструктуры данные функции ограничиваются сауной или русской баней.

Фитнес-центры соответствуют следующим характеристикам:

– по виду подчинения относятся к государственным, смешанным (размещение реабилитационных фитнес-центров имеет смешанное финансирование и может быть применено как в случае установки фитнес-центра на условиях аутсорсинга, так и включением реабилитационных программ в расписание существующих сетевых фитнес-центров);

- по месту размещения – общедоступные, специальные, рекреационные;
- по виду строения – стационарные, мобильные;
- по условиям размещения – встроенные, приспособленные, самостоятельные;
- по виду потребления – локальные;
- по режиму потребления – регулярные;
- по классу обслуживания – специальные, медицинские;
- по группам потребителей – все группы потребителей всех возрастов.

В качестве примера специализированного типа фитнес-центров можно представить современные мобильные фитнес-комплексы, размещенные в так называемых «морских контейнерах» (Илл. 79). Высокая прочность и простота в перевозке позволяют организовывать фитнес-центр в необходимых местах для обеспечения физической формы потребителей. Для военных частей подобные фитнес-центры могут быть развернуты непосредственно в местах временной дислокации. Как правило, это несколько контейнеров с размещенным в них фитнес-юнитами «кардио-зал», «силовые тренажеры и «зал для групповых занятий». Подобные фитнес-центры соответствуют модулю М1 или модулю М2. Трансформация входящих в состав модуля фитнес-юнитов в зависимости от возможной площади размещения позволяет учитывать специфику предложенных обстоятельств. Установка и соединение в общую структуру данных конструктивных модулей позволяют организовать фитнес-центр с соответствующими спортивными функциями, технологическим помещениями и сервисными услугами.

Более сложный комплекс специального типа можно рассмотреть на примере фитнес-центра на Варшавской улице в Санкт-Петербурге (Илл. 82). Это фитнес-центр относится к модулю М5. Он предназначен для реабилитации посетителей с проблемами опорно-двигательной системы. Соответствующие договоры, заключенные с медицинскими учреждениями, позволяют принимать пациентов и посетителей с назначением со всего города. В составе данного фитнес-центра предусмотрены специализированные бассейны с гидромассажными процедурами, залы для групповых занятий и специализированный блок неспортивных услуг медицинского характера. Для размещения посетителей предусмотрен дневной и круглосуточный стационар. Дополнительные сервисные услуги представлены магазинами, которые специализируются на продаже как спортивного, так и медицинского (ортопедического) инвентаря. В то же время данный фитнес-центр рассчитан на посетителей всех возрастов и физической формы. Для этого в составе бассейна предусмотрено 3 плавательные дорожки длиной 25 м, бассейн для обучения плаванию детей и гидромассажные ванны. Тренажерные залы с силовыми и кардио тренажерами рассчитаны на самостоятельное посещение всех желающих.

Анализ типологии фитнес-центров показал:

- размещение фитнес-юнитов в составе модуля без трансформации модели позволяют создавать универсальные фитнес-центры;
- размещение, изменение и добавление фитнес-юнитов путем трансформации модуля позволяет создавать многофункциональный фитнес-центр;
- приспособление различных модулей в зависимости от предложенных условий путем трансформации фитнес-юнитов в составе модели позволяет создавать специализированный тип фитнес-центров;
- обязательное использование сервисных неспортивных услуг не ограничивается типологией фитнес-центров;
- все предложенные типы фитнес-центров обладают схожими характеристиками по виду подчинения (государственный, частный, смешанные) и типу посетителей (для всех видов посетителей).

– различия в характеристиках являются основными условиями для формирования типа.

3.3. Анализ территории Санкт-Петербурга для размещения фитнес-центров

Территория Санкт-Петербурга имеет неравномерное жилое, промышленное, деловое и рекреационное зонирование. Выделяется исторический центр со сложной функционально-планировочной структурой. Выделяется так называемый «серый пояс» и обширные «спальные» районы, промышленные агломерации и рекреационные зоны.

Размещение фитнес-центров в составе городской планировочной структуры зависит и находится во взаимодействии с размещением объектов спортивной инфраструктуры, в частности физкультурно-оздоровительных комплексов, бассейнов и отдельных спортивных залов.

Размещение спортивных сооружений, предназначенных для проведения тренировок, зависит от планировочной структуры города и плотности населения, а также дневного и сезонного перемещения населения в границах города («спальные» районы – деловой центр; городские районы – курортные прибрежные районы).

Согласно анализу выбранных районов города проанализированы и составлены соответствующие схемы, иллюстрирующие размещение спортивных объектов и фитнес-центров:

- схема размещения общегородских спортивных комплексов в структуре города (Илл. 73, 74, 75, 76, 77 и 78);
- схема размещения бассейнов в структуре города (Илл. 73, 74, 75, 76, 77 и 78);
- схема размещения спортивных залов в структуре города, в том числе в образовательных учреждениях (Илл. 73, 74, 75, 76, 77 и 78);

– схема размещения спортивных залов и плоскостных спортивных сооружений (Илл. 73, 74, 75, 76, 77 и 78).

Обнаруживается равномерное распределение спортивных объектов по всему городу вне зависимости от плотности жилой застройки, за исключением промышленных районов (Илл. 73).

Подобное стало возможным в связи с усилением значимости спортивных сооружений как социальных объектов. Это нашло отражение в общедоступности предлагаемых спортивных услуг для населения.

Анализ муниципальных районов показал, что размещение фитнес-центров в структуре муниципального округа является частью общегородской системы физкультурно-оздоровительных предприятий. Фитнес-центры наряду с прочими спортивными сооружениями занимают важное место в системе обеспечения высокого уровня физической культуры населения [140].

Размещение фитнес-центров имеет ряд отличий и особенностей. Анализ структуры размещения спортивных сооружений в составе города (Илл. 73) показал равномерное распределение данных сооружений в зависимости от типа территории. Анализ размещения фитнес-центров показал, что независимо от высокой плотности расположения спортивных объектов фитнес-центры размещены с той же интенсивностью, как спортивные залы и бассейны (Илл. 73). На сегодняшний день в Санкт-Петербурге насчитывается более 805 фитнес-центров.

В ходе изучения вопроса размещения фитнес-центров был проанализирован 81 муниципальный округ Санкт-Петербурга. На основании проведенного исследования выявлены следующие характерные особенности размещения в структуре муниципального района:

– по виду подчинения: практически отсутствует государственное подчинение фитнес-центров (выявлено присутствие фитнес-зон в государственных физкультурно-оздоровительных учреждениях); частное подчинение – преобладает использование частных инвестиций в данную отрасль физкультурно-

оздоровительных мероприятий (самостоятельный бизнес-проект – сетевые, специализированные, отраслевые);

- по охвату территории: городской, муниципальный, микрорайонный, квартальный;
- по месту размещения: в жилой застройке - встроенные в жилые дома, приспособленные, самостоятельные [30];
- по виду строения: стационарные, мобильные, быстровозводимые;
- использование прилегающей территории: включение плоскостных спортивных сооружений в составе микрорайонов в зону ответственности фитнес-центров; размещение специализированных фитнес-площадок под открытым небом, использование кровель зданий для размещения спортивных площадок; в качестве примера размещения фитнес-центров приведен Фрунзенский муниципальный округ Санкт-Петербурга (в составе данного района присутствуют историческая, деловая, промышленная, жилая, рекреационная и транспортная инфраструктура).

Выводы и тенденции:

- размещение фитнес-центров не является предметом государственной программы, но отвечает возросшему спросу в данных услугах;
- размещение не зависит от транспортной и пешеходной доступности;
- размещение фитнес-центров подчиняется условиям распространения сетевых коммерческих предприятий; основывается на предоставлении повторяющихся, тиражированных объектов в различных районах;
- фитнес-центры равномерно распределяются по всей территории города;
- размещение фитнес-центров обусловлено пешеходной доступностью в случае универсальных фитнес-центров и автомобильной доступностью в случае многофункциональных или специальных;
- размещение фитнес-центров образует самостоятельную структуру и отвечает экономическим показателям района и вида потребителей;

- фитнес-центр дополняют или полностью возмещают возможный дефицит существующих государственных объектов физкультуры и спорта;
- совмещение функции спортивных залов и бассейнов обеспечивает дополнение к существующим государственным спортивным объектам;
- размещение фитнес-центров обусловлено возросшей потребностью населения в занятии спортом и активном отдыхе.

3.4. Принципы формирования фитнес-центров

Результатом проведенных исследований является определение принципов формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров. Выделяются четыре основных принципа (Илл. 79 и 80) формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров: мобильность, автономность, пульсация и трансформация [67]. Необходимо отметить, что указанный ряд принципов имеет определенную последовательность во взаимодействии. Раскрытие данной последовательности и определение каждого принципа рассмотрены в предлагаемом анализе.

Принцип «Мобильность»

Принцип «Мобильность» означает формирование архитектурно-планировочных решений фитнес-центров с помощью передвижных и быстровозводимых конструктивных модулей в зависимости от технологических и градостроительных условий (Илл. 79).

Данный принцип позволяет использовать фитнес-юнит в качестве готового быстровозводимого или передвижного функционального элемента в соответствующих технологических ситуациях. За основу мобильного фитнес-центра принимают модули М1, М2, М3, включая открытые площадки. Данные модули возможно разместить в передвижных или быстро возводимых конструкциях и перемещать или «собирать» различные компоновки других моделей.

Выделяют понятие «внутренняя мобильность» и «внешняя мобильность». *Внутренняя* мобильность характеризуется возможностью переноса определенных фитнес-юнитов в пределах фитнес-центра или в пределах здания, в котором находится фитнес-центр. Например, при размещении фитнес-центров в гостиницах или в бизнес-центрах возможен перенос фитнес-юнитов в составе модуля М1, М2, М3 в пределах данного задания. При этом возможно разрушение модуля и перенос исключительно фитнес-юнитов. Распространенным примером такого переноса является размещение фитнес-юнитов в составе бизнес-центров или в офисных центрах крупных компании. Часто для поддержания высокого физического уровня персонала в составе данных центров размещают фитнес-юниты «тренажерные залы», что фактически соответствует модулю М1. В качестве неспортивных услуг в раздевалках оборудуется сауна или инфракрасная кабина, а также возможен солярий. Кафе и магазин отсутствуют. Размещение данных фитнес-юнитов регламентируется исключительно технологическими условиями и может размещаться в любом приспособленном месте задания.

Принципом *внутренней* мобильности можно воспользоваться в случае необходимости расширения фитнес-центров в рамках любого модуля от М1 до М7 (Илл. 58). Добавление определенных функциональных зон без изменения существующего модуля наглядно демонстрируется в условиях сезонного расширения фитнес-центров в случае выноса определенных функций на открытые площадки. Подобное расширение характерно для универсального типа фитнес-центров, самостоятельной приспособленной или встроенной объемно-пространственной схеме, павильонной или открытой архитектурно-планировочной композиции [70]. В данном случае принцип *внутренней* мобильности переходит в принцип *внешней* мобильности. Подобные изменения, связанные с переносом различных фитнес-юнитов в составе выбранного модуля, является основанием для возникновения принципа пульсации, который характеризуется переносом различных фитнес-юнитов и возможностью изменения выбранного модуля.

Принцип *внешней* мобильности характеризуется возможностью переноса и компоновки фитнес-центров, состоящих их готовых функциональных элементов. Готовый функциональный элемент – это фитнес-юнит с минимальным или необходимым количеством предлагаемых фитнес-услуг. Размещение тренажеров (силовых или кардио) возможно в одном мобильном модуле. В качестве примера можно привести размещение тренажеров в переоборудованных контейнерах, однако, данный элемент не может быть определен как фитнес-центр, но является частью сооружаемого комплекса, в который будут входить модули с раздевалками, душевыми, и сопутствующими неспортивными функциями. Последовательное соединение мобильных модулей в условиях внешней мобильности формируют заданную модель.

Данные фитнес-центры относятся к специализированным и универсальным типам фитнес-центров и имеют самостоятельное объемно-пространственное решение. Возможность формировать из мобильных законченных фитнес-юнитов фитнес-центры практически любого модуля от М1 до М7 (Илл. 58) с размещением мобильных бассейнов и универсальных залов, а также включение неспортивных функции позволяют создать автономные фитнес-центры и определить принцип автономности.

Принцип «Автономность»

Принцип «Автономность» означает формирование архитектурно-планировочных решений фитнес-центров как обособленного сооружения с возможностью размещения на собственной территории или в составе крупных комплексов в качестве самостоятельного объекта (Илл. 79).

Формирование архитектурно-планировочных решений фитнес-центров, основанных на принципе автономности, позволяет не зависеть от основных факторов воздействия, типологических решений и способов объемно-пространственного размещения и выделяет фитнес-центр в обособленную функциональную систему. К фитнес-центрам, сформированным по принципу автономности, можно отнести фитнес-центры, соответствующие модулям М4, М5,

М6, М7. Анализ фитнес-центров показал два вида автономности: *самостоятельная* и *зависимая*.

Самостоятельная автономность определяется как возможность размещения фитнес-центров на собственной территории, в качестве обособленной функциональные системы. Фитнес-центры, сформированные на основании принципа самостоятельной автономности, как правило, являются важным градостроительным акцентом. К самостоятельным автономным возможно отнести все виды модулей, начиная с М4. Возможность не зависеть от основных факторов воздействия, то есть иметь возможность без изменения выбранной модели реагировать на воздействия, определяет данные фитнес-центры к многофункциональным.

Многофункциональность позволяет без изменения модуля реагировать на внешние факторы воздействия (градостроительные, архитектурные, научно-технические, социальные и экономические).

Самостоятельная автономность предполагает возможность изменения содержания функциональных зон и архитектурно-планировочного решения только за счет модернизации существующего оборудования без изменения модели. Автономные фитнес-центры относятся к любой известной архитектурно-планировочной схеме, которая отвечает заданной модели.

Анализируемые фитнес-центры представлены открытой, коридорной, блокированной, павильонной схемой. Например, фитнес-центр на Левашевском проспекте (Илл. 84) относится к автономным самостоятельным многофункциональным фитнес-центрам, выполненный по объемно-пространственной схеме приспособления. Размещение функциональных зон и наполнение их фитнес-юнитами позволяет сохранять архитектурно-планировочные решения в условиях эксплуатации данного объекта различными сетевыми фитнес-операторами. Размещение фитнес-центра в здании бывшей котельной иллюстрирует возможность распространения принципа автономности на объекты, размещенные в рамках объемно-пространственной схемы приспособления.

Фитнес-центр на ул. Туристская имеет самостоятельное объемно-пространственное решение и блокированную архитектурно-планировочную схему (Илл. 83).

Второй вид принципа автономности – *зависимый*. К автономным *зависимым* фитнес-центрам относятся фитнес-центры, расположенные в составе крупных коммерческих объектов (торговые центры, пансионаты, дома отдыха) или в составе спортивных агломераций, но представляя собой важные элементы, образующими комплекс.

В качестве примера можно привести фитнес-центр в составе крупного спортивного комплекса «NOVA ARENA». В составе данного спортивного комплекса фитнес-центр занимает автономное зависимое положение. Размещаясь в отдельном блоке, он является важной функциональной зоной всего комплекса, позволяя максимально расширить предлагаемые спортивные услуги как для спортсменов, так и для всех видов потребителей. В то же время самостоятельное автономное размещение фитнес-центра вне организованной зоны притяжения было бы затруднено, так как воздействие основных факторов не позволило бы его независимое автономное существование. Размещение в составе спортивного комплекса разрешило социальные, экономические и градостроительные противоречия. Удаленность от потребителей в условиях данной рекреационной зоны не позволило бы существовать данному фитнес-центру без более значимого центра притяжения.

К *зависимым* типам автономных фитнес-центров можно отнести фитнес-центры сформированные на основании модулей М4, М5, М6. Наличие универсального игрового зала или бассейна и совмещение данных фитнес-юнитов в одном модуле создает условия, при которых размещение данного типа автономного фитнес-центра в составе крупного коммерческого объекта является неразрывной функцией данного объекта, при этом функционирование фитнес-центра возможно в самостоятельном режиме посещения.

Принцип «Пульсация»

Принцип «Пульсация» – принцип формирования архитектурно-планировочных решений фитнес-центров, основанный на изменении фитнес-юнитов, изменении типологической модели (Илл. 80).

Данный принцип зависит от технологических условий размещения фитнес-центров, а также от основных факторов воздействия (социальных, научно-технических и экономических). Применение принципа пульсации при формировании фитнес-центра возможно на основании ранее сформированных архитектурно-планировочных решений, а также на основании принципа мобильности или автономности. Таким образом принцип пульсации является прогнозируемым развитием ранее образованных архитектурно-планировочных решений.

Анализ современных фитнес-центров показал два вида пульсации – постоянная и периодическая – в зависимости от причины формирования и условий размещения фитнес-центров.

Постоянная пульсация характеризуется прибавлением новых юнитов к существующему модулю с постепенным переходом в новую типологическую модель. Это процесс характерен для фитнес-центров, сформированных на основании модулей, начиная с М3. Важной причиной формирования постоянной пульсации являются экономические условия.

Фитнес-центр – динамически развивающийся бизнес проект, который в условиях развития экономических факторов (роста уровня благосостояния, возникновения нового спроса, введения новых бизнес технологий) постоянно меняется и расширяется. Возникновение новых задач обеспечивает формирование новых и расширение имеющихся функциональных зон. Например, фитнес-центр в парке Сосновка на ул. Жака Дюкло или фитнес-центр на Крестовском острове «Зеленая Тара» являются многофункциональными самостоятельными объектами с постоянно развивающейся архитектурно-планировочной структурой. Принцип пульсации в данном случае позволят прибавлять новые функциональные зоны в качестве самостоятельных новых фитнес-юнитов и изменять существующую

модель. Фитнес-центр в парке Сосновка начинался как универсальный спортивный зал с помещениями для размещения тренажеров и соответствовал модулю М3. В настоящее время это целый комплекс различных функциональных зон, которые формируют модуль М5 с фитнес-юнитом «открытые площадки». Интересным примером постоянной пульсации может служить фитнес-центр в составе резидент-СПА отеля в пос. Репино. Данный фитнес-центр имеет встроенную объемно-пространственную схему и относится к универсальному типу. Расширение спа-отеля привело к расширению фитнес-центра в его составе, при этом расширение происходит прибавлением как фитнес-функций, так и неспортивных функций. В ходе эксплуатации данного отеля были добавлены бассейн, увеличена зона СПА и добавлен банный комплекс. В качестве расширения фитнес-функции были добавлены открытые площадки и специальные прогулочные кардио-зоны, что изменило типологическую модель на многофункциональную.

Периодическая пульсация характеризуется прибавлением новых юнитов или увеличением функциональных зон существующих юнитов и возвращением к исходной модели без изменений ее в зависимости от изменения спроса или бизнес-задач. Одной из причин для применения данного принципа при формировании фитнес-центра являются воздействие экономических и социальных факторов.

Изменения социальных показателей – важное условие для эксплуатации фитнес-центров, которые располагаются в качестве сопутствующей функции в различных коммерческих и государственных объектах. Сезонная наполняемость гостиниц, изменение условий бизнеса, перепрофилирование социальных объектов в условиях современных эпидемиологических вызовов периодически влияют на посещение и на возможность размещение тех или иных фитнес-юнитов в составе модуля. Сохранение фитнес-функций в составе данных объектов, позволяет быстро вернуться к полноценному функционированию выбранной модели. Этот процесс характерен для всех типов моделей и не зависит от объемно-пространственных характеристик размещения: встроенные, приспособленные или самостоятельные.

При формировании архитектурно-планировочной организации фитнес-центров согласно принципу пульсации, применяют павильонную или открытую

схему сочетаний функциональных зон. Увеличение функциональных зон с переходом в новую типологическую модель возможно при условии организации дополнительной функциональной зоны в качестве самостоятельного архитектурно-планировочного решения. В том случае, когда фитнес-центр является встроенным, принцип пульсации осуществим при коридорной или смешенной архитектурно-планировочной схеме. Данные схемы позволяют изменять количество или размеры фитнес-юнитов уменьшением занимаемых площадей.

Принцип «Трансформация»

«Трансформация» – принцип формирования архитектурно-планировочных решений фитнес-центров, основанный на оптимизации существующих функциональных зон путем перераспределения фитнес-юнитов как внутри модуля, так и между модулями (Илл. 80).

Принцип трансформации является завершающим принципом при формировании архитектурно-планировочных решений, объединяя в себе три предыдущих принципа. Принцип трансформации является универсальным и наиболее эффективно применяемым. Изменение сочетания фитнес-юнитов в составе модуля с последующим формированием новой или с сохранением существующей возможно при использовании одного из ранее описанных принципов при условии долгосрочного планирования и ожидаемого экономического эффекта. Трансформация позволяет добиваться изменений в существующем модуле или менять модуль в короткие промежутки времени с наименьшими архитектурно-планировочными и конструктивными изменениями.

Важной причиной возникновения и использования принципа трансформации является возможность быстрого изменения планировки функциональной зоны в зависимости от появления новых бизнес-задач. Принцип трансформации проявляется в потенциальной возможности фитнес-центра быстро изменять назначение функциональных без остановки функционирования или изменять площадь функциональных зон, применяя новые технологии в конструкциях.

Таким образом принцип трансформации должен быть заранее включен в сформированное архитектурно-планировочное решение на основе принципов

мобильности, автономности и пульсации. Принцип трансформации может быть проявлен в зависимости от возникающих технологических задач в ходе предоставления фитнес-услуг. Принцип трансформации применим ко всем описанным модулям от М1 до М7 (Илл. 58). Использование данного принципа создает условия для выявления новых экспериментальных моделей.

Принцип трансформации разделяется на *линейный* и *интегральный* способ трансформации.

Линейная трансформация выражается в нескольких признаках:

- изменение функциональных зон без изменения планировочных решений и без изменения внешних геометрических параметров трансформируемой зоны; переконпоновка внутри зоны;
- изменения выбранной модели путем последовательного прибавления новых фитнес-юнитов.

Простым примером *линейной трансформации* может служить многофункциональный зал в составе крупных фитнес-центров. В составе фитнес-центра «FRESH» в Озерках многофункциональный зал после трансформации позволяет проводить одновременно игровые занятия, силовые занятия на полосе препятствий, а также силовые занятия на тренажерах, расположенных на специально оборудованных антресолях. Данная трансформация позволила без изменения основной функциональной зоны добавить несколько дополнительных юнитов. Это расширило спектр предлагаемых услуг, но не изменило архитектурно-планировочную организацию. Все разделяющие элементы могут быть демонтированы для восстановления большого многофункционального зала. Еще одним характерным примером линейной трансформации может служить фитнес-центров в ТРЦ «Гранд-Каньон» на пр. Энгельса. Фитнес-центр располагается в здании бывшей прядильно-ткацкой фабрики, которая в ходе реконструкции преобразилась в многофункциональный торгово-развлекательный комплекс. Размещение фитнес-центра позволило приспособить часть площадей под различные функциональные зоны. Конструктивные особенности бывшего промышленного здания позволили заложить потенциал для дальнейшей

трансформации пространства, видоизменяя его в зависимости от современных тенденций.

Интегральная трансформация имеет следующие характерные признаки:

- изменения функциональных зон путем расширения, выбранных фитнес-юнитов или добавления новых фитнес-юнитов к существующей модели с изменением планировочных решений и геометрических параметров;
- изменения модели и трансформация ее в новую путем слияния разных фитнес-юнитов.

Интегральная трансформация является одним из вариантов постоянной пульсации и отличается от данного принципа тем, что направлена на расширение выбранной модели с точки зрения увеличения площади функциональных зон в границах существующего фитнес-центра. Например, необходимость в увеличении количества кардио и силовых тренажеров привело к разделению данных тренажеров на два разных зала в пределах существующего фитнес-центра в Лахта-парке. Трансформация универсального зала, данного фитнес-центра, привела к появлению дополнительного этажа для размещения кардио тренажеров и выделения зала для силовых тренажеров, а также размещению на оставшейся площади зала для групповых занятий. Универсальный зал как самостоятельный фитнес-юнит прекратил существование.

Примером соединения различных модулей для получения нового может служить наблюдаемый в последнее время процесс размещения на открытых площадках фитнес-тренажеров (силовых и кардио). Таким образом происходит расширение понятия фитнес-юнита «открытые площадки» и модули М1 до самостоятельного модуля М3, но под открытым небом.

Анализ выявленных принципов формирования архитектурно-планировочных решений фитнес-центров позволяет создать «аналитическую карту фитнес-центра» с помощью которой возможно получить обобщенную характеристику как существующих, так и проектируемых фитнес-центров. Это в свою очередь позволяет определить возможные тенденции в развитии принципов

формирования фитнес-центров и предложить прогноз дальнейшего совершенствования архитектурно-планировочных решений.

Аналитическая карта объекта формируется согласно следующим характеристикам:

- принцип формирования – выражается в главном условии, выбранном для формирования функциональных зон согласно архитектурно-планировочному решению;

- типологические признаки – выражаются в зависимости от предлагаемых условий и выбора применяемого типа фитнес-центра (универсальные, многофункциональные, специальные) [71];

- архитектурно-планировочные признаки – выражаются в зависимости от планировочных решений в результате выбранного типа и функциональной компоновки фитнес-модели (коридорная схема, открытая схема, блокированная схема, павильонная схема, смешанная схема); являются следствием применяемых принципов при формировании фитнес-центров.

- объемно-пространственные характеристики – выражаются в способах размещения фитнес-центров в зависимости от функционального наполнения (встроенная схема, самостоятельная схема, приспособленная схема) [116]; данные характеристики позволяют осуществить комплексное описание объекта на основании выбранного принципа компоновки.

- функциональные характеристики – выражаются в зависимости от функциональной компоновки и сочетания различных фитнес-модулей в составе фитнес-центра (компоновки фитнес-модулей М1-М7) (Илл. 58).

Основным критерием для составления «карты объекта» выбирается принцип функциональной компоновки с обнаруженными характеристиками.

Например, фитнес-центр на ул. Туристкой имеет следующие характеристики согласно «карте объекта»:

Является *самостоятельным автономным* фитнес-центром. Размещен на отдельном участке в жилом микрорайоне. Формирует фасад улицы Туристкой.

Благодаря оригинальному внешнему виду фитнес-центр является характерной градостроительной доминантой данной жилой застройки.

Является *многофункциональным*. В составе фитнес-центра выделяться отдельная зона бассейна, зона универсального спортивного зала, зона залов для проведения групповых занятий, зона тренажеров (силовых и кардио). Выделяется отдельный блок неспортивных услуг виде СПА-зоны с банным комплексом. Имеет возможность независимой эксплуатации спортивных и неспортивных зон.

Является *блокированным* согласно архитектурно-планировочным признакам. Четко выделяется блок бассейнов, центральный блок входного вестибюля и функциональных зон тренажеров и залов для групповых занятий. Блок неспортивных услуг с возможностью отдельного посещения. Архитектурное решение фасадов объединяет все блоки в единую композицию, единое законченное решение.

Имеет самостоятельную схему объемно-пространственного решения. Самостоятельное размещение объекта возможно в случае специального проектирования для данного места, эта характеристика является важным, но не определяющим условием для формирования принципа автономности.

Отвечает архитектурно-планировочному модулю М5. Согласно предложенному функциональному решению, основанному на применении фитнес-юнитов в качестве первичного функционального элемента, в данном фитнес-центре объединены фитнес-юнит «тренажеры кардио и силовые», фитнес-юнит «универсальный зал», фитнес-юнит «залы для групповых занятий» и фитнес-юнит «бассейн». Неспортивные услуги представлены СПА-комплексом и банным комплексом.

Создание аналитической схемы для проведения анализа формирования архитектурно-планировочных решений позволило сформулировать некоторые тенденции в развитии принципов формирования и возникновения новых планировочных решений при проектировании фитнес-центров.

Анализ взаимосвязи основных принципов архитектурно-планировочной организации фитнес-центров позволили разработать рекомендации по

проектированию с возникновением новых планировочных и объемно-пространственных решений:

1) Сочетание принципа мобильности и пульсации позволит *включать* фитнес-юниты в различные архитектурные объекты и общественные пространства, а также городскую и транспортную инфраструктуру, создавая дополнительные планировочные элементы для проведения активного досуга. На основании данного принципа возможно формировать различные детские площадки, образовательные учреждения или бизнес-центры. «Фитнес-точки» возможно размещать на федеральных автомобильных трассах, на парковочных местах, в зонах отдыха, тем самым повысить уровень безопасности на дорогах и разнообразить благоустройство придорожных мест отдыха автомобилистов (Илл. 81).

Возможность компактного размещения различных фитнес-тренажеров в рекреационных зонах гостиниц или больниц позволит обеспечить дополнительное планировочное решение в формировании данных объектов. Данному решению соответствует исторический прототип. В 60-80-х годах прошлого века во многих административных или научных учреждениях существовала практика размещения столов для игры в настольный теннис в рекреациях. Подобные включения в современное время могут стать таким же необходимым планировочным элементом как размещение комнат уборочного инвентаря или санузлов. Постоянное обращение к занятиям физкультурой должно стать необходимой частью повседневной жизни.

2) Сочетание принципа мобильности и трансформации приведет к *смешиванию* обособленных фитнес-юнитов, не объединенных в общую модель, в новую структуру согласно новым фитнес-программам. Например, распространение отдельных элементов фитнес-юнитов или полностью фитнес-юнитов в общем пространстве, приспособленном для занятия спортом, создает хаотичную систему функциональных зон для поведения занятий, но при этом позволяет создать общее «фитнес-пространство» (Илл. 81), в котором по определенному маршруту посетитель выбирает собственный стиль тренировки. При этом отдельные фитнес-юниты могут объединяться в самостоятельные общие модели.

Для реализации данного принципа подходит самостоятельная схема размещения с открытой архитектурно-планировочной структурой. Можно представить обширное перекрытое пространство, в котором на разных уровнях расположены различные спортивные функциональные зоны, объединенные общей идеей фитнес-центра и позволяющие свободно посещать их в зависимости от поставленной задачи. Ближайшим прообразом данной компоновки может служить современное функциональное зонирование аэропортов. Под единой крышей располагаются различные изменяемые функциональные зоны.

В зарубежной практике существуют аналогичные решения данного принципа – американский фитнес – но на сегодняшний день данный принцип не нашел своего четкого описания [15, 16]. В тоже время подобное условно хаотичное размещение тренажеров, залов, мест для отдыха и для принятия различных неспортивных процедур наглядно демонстрируется в специализированных оздоровительных пансионатах и курортах, где перемещение (под открытым небом или по галереям) от одного пункта назначенных процедур до другого, а также прогулки по тропе здоровья выражают самостоятельный сценарий оздоровления.

Еще одним возможным развитием новых архитектурно-планировочных компоновок может стать появление «*фитнес-станций*» (Илл. 81). *Фитнес-станция* – это сооружение, состоящее из выбранного самостоятельного фитнес-юнита (кардио, силовые, зал для групповых занятий), расположенного в мобильном закрытом или открытом элементе. Данные мобильные сооружения могут быть установлены на крышах жилых домов, на территориях различных предприятий, тем самым обеспечивая максимальную доступность занятий по выбранным фитнес-программам. Размещение фитнес-станций в рекреационных зонах позволит сформировать новый вид фитнес услуг – «*фитнес-парк*» (Илл. 81).

3) Совмещение принципа мобильности, принципа трансформации и принципа автономности позволяет разработать новый тип фитнес-центров с условиями «дополненной реальности», который включает новые функциональные зоны. Современное развитие средств коммуникации и возникновение киберпространства привело к обособлению людей. Возможность получать многие

услуги, не выходя их дома, привело к возникновению новых способов взаимодействия между людьми. В тоже время появилась возможность замены многих процессов в режиме присутствия на удаленный доступ с применением соответствующих симуляторов. Эти изменения коснулись и занятия фитнесом. Если сейчас при выполнении упражнений на беговой дорожке или велосипеде для создания комфортной среды можно подключить соответствующий экран с трансляцией различных пейзажей, то с применением технологии «дополненная реальность» необходимость в самом тренажере может отпасть [59]. Появление принципа *дополненной реальности*, диктует новые архитектурно-планировочные решения фитнес-центров. Вероятность того, что некоторые занятия могут быть перенесены в виртуальное пространство, позволяет говорить о сокращении реальных фитнес-юнитов в составе той или иной модели и оптимизации фитнес-центров до универсальных спортивных залов для проведения командных игр или до бассейнов. Таким образом путем трансформации появляется возможность высвобождения значительных площадей для иного использования. Возможность заниматься фитнесом дома или в любом месте благодаря трансляции означает автономность данного процесса и независимость от внешних факторов. В

Возможность быстро менять размещение юнитов в составе фитнес-центра позволяет мобильно изменять функциональное наполнение фитнес-центра. Возникновение данной тенденции, возможно, подскажет возникновение новых функциональных зон в составе фитнес-центров, таких как пространства для коворкинга или залов для размещения команд для компьютерных игр.

Выводы главы 3

Исследование, проведенное в рамках определения принципов архитектурно-планировочной организации фитнес-центров, позволило создать типологические модели фитнес-центров и обосновать принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров. Определение принципов формирования позволило описать тенденции архитектурно-планировочного развития фитнес-центров.

1. В процессе исследования выявлены закономерности в формировании функциональных зон, что позволило сформулировать понятие «фитнес-юнит» в качестве оптимального функционального элемента для создания архитектурно-планировочного модуля.

Дано определение понятию «фитнес-юнит».

Фитнес-юнит является установленной единицей площади соответствующей функциональной зоны с размещенным оборудованием для проведения фитнес-программ.

Определены семь функциональных фитнес-юнитов: кардио-тренажеры; фитнес-юнит силовые тренажеры; зал для групповых занятий; универсальный спортивный зал; бассейн; открытые площадки.

Определен минимальный размер фитнес-юнитов для кардио-тренажеров; силовых тренажеров и для залов групповых занятий составляет 80-90 кв. м.

Определены дополнительные обязательные функциональные зоны в составе архитектурно-планировочного модуля: зона неспортивных (сервисных услуг) и инженерная зона.

2. Анализ формирования функциональных зон фитнес-центров на основании фитнес-юнитов позволил сформулировать основные модули (М1-М7).

На основании анализа современных фитнес-центров предложены семь основных модулей, состоящих из последовательно скомпонованных фитнес-юнитов.

Определено понятие «полный фитнес-модуль» – вариант оптимальной функциональной схемы.

Выделены минимально необходимые неспортивные (сервисные) функции для любой из предложенных моделей (фито-бар, магазин, солярий, сауна).

Определен максимальный набор неспортивных функций, возможный для включения в состав фитнес-центра.

Даны определения служебным функциональным зонам (прачечные, складирование инвентаря).

3. На основании разработанных модулей предложены и проанализированы типологические модели фитнес-центров.

Сформулированы понятия трех основных типологических моделей фитнес-центров: универсальные, многофункциональные, специализированные.

Универсальный фитнес-центр – фитнес-центр, обеспечивающий основные потребности в фитнес-услугах без дополнительного изменения количества фитнес-юнитов и трансформации модели.

Многофункциональный фитнес-центр – фитнес-центр, предназначенный обеспечить максимально широкий выбор спортивных и неспортивных услуг, позволяющий изменять состав модели путем трансформации и добавления дополнительных функциональных зон за счет увеличения количества фитнес-юнитов в составе соответствующего модуля.

Специализированный фитнес-центр – фитнес-центр, предназначенный для определенного типа потребителей, связанный с использованием любого фитнес-модуля не зависимо от сочетания фитнес-юнитов в контексте определенных факторов влияния.

Даны основные характеристики типов фитнес-центров на основании сводной классификации и факторов влияния: по виду подчинения; по месту размещения; по условиям размещения; по виду строения; по режиму потребления; по классу обслуживания.

4. Проведен анализ размещения фитнес-центров и спортивных объектов в структуре города на основании электронной схемы зонирования и размещения

социальных объектов Комитета по Градостроительству и Архитектуре Санкт-Петербурга с целью определения условий взаимного размещения. Данный анализ выявил следующие особенности:

Определено равномерное распределение спортивных комплексов, бассейнов, спортивных залов, плоскостных спортивных сооружений и фитнес-центров в структуре города.

Выявлена зависимость размещения фитнес-центров в структуре муниципальных округов:

- от вида размещения: встроенные, реконструируемые, самостоятельные;
- от вида района: исторические районы при одинаковой плотности с новыми жилыми районами уступают в количестве размещенных фитнес-центров;
- от присутствия других спортивных сооружений: выражается в предложении дополнительных функций.

5. На основании анализа типологических моделей раскрыты четыре основных архитектурно-планировочных принципа проектирования фитнес-центров:

мобильность – возможность использовать фитнес-модели в качестве передвижного или быстровозводимого;

автономность – возможность размещения фитнес-центров на собственной территории;

пульсация – возможность перекомпоновки фитнес-моделей в зависимости от технологической ситуации;

трансформация – возможность оптимизации существующих площадей;

Объединение основных исследуемых характеристик фитнес-центров позволило создать аналитическую карту объекта на основании выбранного архитектурно-планировочного принципа.

6. Анализ выявленных принципов позволил определить тенденции для формирования новых фитнес-центров: фитнес-точка, фитнес-станция, фитнес-парк, виртуальный фитнес.

7. Результаты исследования были использованы для разработки методических указаний и рекомендаций по проектированию современных фитнес-центров и их внедрение в учебное и дипломное проектирование (Илл. 85), что подтверждается актами о внедрении (Приложение Д, Е).

Заключение

Исследование, проведенное в рамках данной научной работы, позволяет выявить рекомендации для создания современных фитнес-центров в соответствии с историческими и современными тенденциями в применяемых фитнес-программах при проектировании с учетом отечественной и мировой практики в создании фитнес-центров, позволяет сформулировать определение фитнес-центра в качестве самостоятельного архитектурного объекта.

Изучение факторов формирования современного фитнес-центра позволило создать принципиальные социальные и функциональные модели, определить основные закономерности в требованиях к архитектурно-планировочным решениям при проектировании фитнес-центров.

Обобщенный результат исследования социальных и функциональных аспектов при создании фитнес-центров определяет основные характеристики, классификацию и типологию. На основании метода научного моделирования создается алгоритм для создания основных функциональных зон. Данные, полученные в результате определения основных моделей фитнес-центров, являются основой для определения принципов формирования архитектурно-планировочных решений. Предложенные принципы позволяют определить дальнейшие тенденции в создании оригинальных архитектурно-планировочных решений современных фитнес-центров.

Универсальность предложенных архитектурно-планировочных принципов, обоснованных в ходе научной работы, позволяет использовать полученные результаты в проектировании фитнес-центров не только в Санкт-Петербурге, но и в других городах России.

Список литературы

1. Шебеко Р. Д. Фитнес-центр "FLEX GYM". 2021. URL: <https://rep.bntu.by/handle/data/107075> (дата обращения: 20-10-2022).
2. Яковенко Е. В. Фитнес-центр. 2021. URL: <https://rep.bntu.by/handle/data/109355> (дата обращения: 20-10-2022).
3. Bates M. Health fitness management: a comprehensive resource for managing and operating programs and facilities. Human Kinetics, 2008. 381 p. URL: https://books.google.ru/books?id=m5X9PUIOZcEC&dq=fitness+programs&lr=&hl=ru&source=gbs_navlinks_s
4. Black J. Making the American body: The remarkable saga of the men and women whose feats, feuds, and passions shaped fitness history. U of Nebraska Press, 2013. 256 p. URL: https://books.google.ru/books?id=_Q2RAAAAQBAJ&dq=history+of+fitness+centers&lr=&hl=ru&source=gbs_navlinks_s
5. Bolach B., Pystupa T. Health oriented training for women in selected fitness clubs // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2014. N. 1. P. 85-89. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/health-oriented-training-for-women-in-selected-fitness-clubs>
6. Freitas A. L. P., Lacerda T. S. Fitness centers: What are the most important attributes in this sector? // International Journal for Quality Research. 2019. Vol. 13. N. 1. P. 177. URL: https://www.researchgate.net/profile/Andre-Luis-Freitas/publication/331975750_Fitness_centers_What_are_the_most_important_attributes_in_this_sector/links/5cad2fb7299bf193bc2d9ec4/Fitness-centers-What-are-the-most-important-attributes-in-this-sector.pdf
7. Howley E. T., Thompson D. L. Fitness professional's handbook. Human Kinetics, 2022. 592 p. URL: https://books.google.ru/books?id=PpRyEAAAQBAJ&dq=fitness+programs&lr=&hl=ru&source=gbs_navlinks_s

8. Ivleva T.N. Intensive teaching methods in training the specialists in the field of fitness and recreation // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. 2015. N. 30. P. 196-207. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/intensive-teaching-methods-in-training-the-specialists-in-the-field-of-fitness-and-recreation>
9. Krasnov E.V. Efficiency of activity of Russian fitness clubs // Theory and Practice of Physical Culture. 2013. N. 11. P. 15. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/efficiency-of-activity-of-russian-fitness-clubs>
10. Legeyda A.N., Schemenok N.N., Seluyanov V.N. Integrated approach to organization of training process with women of the first and second middle-age periods attending fitness clubs // Theory and Practice of Physical Culture. 2014. N. 1. P. 26. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/integrated-approach-to-organization-of-training-process-with-women-of-the-first-and-second-middle-age-periods-attending-fitness-clubs>
11. Linden A. D., Berg A. Getting Physical: The Rise of Fitness Culture in America by Shelly McKenzie // Journal of Sport History. 2015. Vol. 42. N. 1. P. 138-139. URL: <https://muse.jhu.edu/article/592246/summary>
12. Siedentop D., Van der Mars H. Introduction to physical education, fitness, and sport. Human kinetics, 2022. 544 p. URL: https://books.google.ru/books?id=RTFaEAAAQBAJ&dq=fitness+programs&lr=&hl=ru&source=gbs_navlinks_s
13. Stern M. The fitness movement and the fitness center industry, 1960-2000 // Business History Conference. Business and Economic History On-line: Papers Presented at the BHC Annual Meeting. 2008. Vol. 6. P. 1. URL: https://thebhc.org/sites/default/files/stern_0.pdf
14. Thompson W. R. Worldwide survey of fitness trends for 2012 // ACSM's Health & Fitness Journal. 2011. Vol. 15. N. 6. P. 9-18. URL: https://journals.lww.com/acsm-healthfitness/Fulltext/2011/11000/Worldwide_Survey_of_Fitness_Trends_for_2012.6.aspx%23

15. Thompson W. R. Worldwide survey of fitness trends for 2017 // ACSM's Health & Fitness Journal. 2016. Vol. 20. N. 6. P. 8-17. URL: <https://elementssystem.com/wp-content/uploads/2018/05/ACSM-2017-TRENDS.pdf>
16. Thompson W. R. Worldwide survey reveals fitness trends for 2008 // ACSM's Health & Fitness Journal. 2007. Vol. 11. N. 6. P. 7-13. URL: https://journals.lww.com/acsm-healthfitness/Fulltext/2007/11000/Worldwide_Survey_Reveals_Fitness_Trends_for_2008.6.aspx
17. Upadhyaya V., Choudur H. N. Update on sports imaging // Journal of Clinical Orthopaedics and Trauma. 2021. Vol. 21. P. 101555. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8379491/>
18. Voráček J., Čáslavová E., Šíma J. Segmentation in sport services: a typology of fitness customers // AUC kinanthropologica. 2016. Vol. 51. N. 2. P. 32-47. URL: <https://karolinum.cz/casopis/auc-kinanthropologica/rocnik-51/cislo-2/clanek-2443>
19. Wells T. Teddy Roosevelt, Dandyism, and Masculinities: A Nominalist History of Fitness Centers in the United States. Arizona State University, 2012. 102 p. URL: <https://keep.lib.asu.edu/items/151320/view>
20. Zhdanova I. V. et al. Basics of architectural typology of modern fitness centers // IOP Conference Series: Materials Science and Engineering. 2020. Vol. 775. N. 1. P. 12063. URL: <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1757-899X/775/1/012063/meta>
21. Агаронян Л. А., Молчанова К. Э. Аспекты проектирования культурно-досуговых центров // Академическая публицистика. 2020. № 3. С. 207-212. URL: <https://aeterna-ufa.ru/sbornik/AP-2020-03.pdf#page=208>
22. Алескеров Э. К., Басов А. Е., Буров А. Г. Историко-философские аспекты и современные тенденции в развитии физической культуры и спорта // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов. 2020. С. 627-631.
23. Анашкина Н. А. Взаимодействие восточной и западной культур в пространстве современного спорта // Информационное пространство современного

спорта: социокультурные и лингвистические аспекты. Спорт в пространстве культуры и социальных коммуникаций. 2016. С. 116-119.

24. Анишин М. Н. и др. Оздоровительная тренировка людей 18-20 лет, страдающих заболеванием, артериальная гипертензия // Спорт--дорога к миру между народами: Материалы III международной научно-практической конференции 17-19 октября 2017 г./под ред. Х. Ф. Насралла. М.: РГУФКСМиТ, 2017. С. 26.

25. Аристова Л.В. Физкультурно-спортивные сооружения. М.: СпортАкадемПресс,1999. 536 с.

26. Архипова А.А. Функционально - планировочная организация комплексов для тематического отдыха молодежи // Жилищное строительство. 2019. № 4. С. 32-38. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/funktsionalno-planirovochnaya-organizatsiya-kompleksov-dlya-tematicheskogo-otdyha-molodezhi>

27. Атрощенко Л. А. Спортивные площадки микрорайонов: современные подходы к управлению и благоустройству // Вестник МГУУ. 2015. № 3. С. 40-44.

28. Бадашев Д.В., Кашина И.В., Нестерова А.Н. Особенности архитектурного решения рекреационной зоны аквапарков // Строительство и техногенная безопасность. 2020. № 18 (70). С. 19-26. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-arhitekturnogo-resheniya-rekreatsionnoy-zony-akvaparkov>

29. Бакулина Л. А. Основные тенденции выбора кардио-тренажеров среди занимающихся в фитнес клубах // Инновационные технологии в физическом воспитании и спорте. 2017. С. 442-444.

30. Бакшеева Е.Е., Янковская Ю.С. Рекреационно-оздоровительный компонент в структуре жилого комплекса//Жилищное строительство.2008. №4. С.2–3.

31. Бурлаков И.Р. Спортивно-оздоровительные сооружения и их оборудование. М.: СпортАкадемПресс, 2002.

32. Баранов И. С., Тычкина И. Г. Kinesis как реабилитационная программа // Доктор. Ру. 2009. № 7. С. 41-45.
33. Бекбатырова К. Б. Особенности классификации учреждений фитнес-индустрии города Оренбурга // Современная культура коммуникации. Социокультурные процессы в современном мире. 2017. С. 21-24.
34. Белоносов С. А. Роль современных многофункциональных спортивных комплексов в структуре крупных индустриальных городов // Архитектон: известия вузов. 2009. № 3. С. 3.
35. Березко О. М., Соколинская О. В. Особенности ландшафтной организации загородных спортивных комплексов // Труды БГТУ. Серия 1: Лесное хозяйство, природопользование и переработка возобновляемых ресурсов. 2008. № 1. С. 318-322. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-landshaftnoy-organizatsii-zagorodnyh-sportivnyh-kompleksov>
36. Бондаренко Е. В. Фитнес-технологии в профессиональной подготовке бакалавров физкультурно-спортивного профиля по направлению «педагогическое образование» // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. 2022. № 1 (41). С. 51-59. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fitnes-tehnologii-v-professionalnoy-podgotovke-bakalavrov-fizkulturno-sportivnogo-profilya-po-napravleniyu-pedagogicheskoe>
37. Борилкевич В.Е. Об идентификации понятия «фитнесс» // Теория и практика физической культуры. 2003. № 2.
38. Борилкевич В.Е. Фитнесс — современное понятие в мировом оздоровительном движении. СПб., 2006.
39. Бородина И.И. Психосемантические аспекты лени как проблемы саморегуляции у взрослых, занимающихся фитнесом // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2018. Т. 4 (70). № 3. С. 34-45. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihosemanticheskie-aspekty-leni-kak-problemy-samoregulyatsii-u-vzroslyh-zanimayuschih-sya-fitnessom>

40. Босенко А. А., Шаталова И. Е. Фитнес-программы и их влияние на физическое воспитание студентов // Современная наука: тенденции развития. 2019. С. 209-212.

41. Бушра А. А. Д. Типологические особенности спортивных сооружений как элементов системы обслуживания населения // Строительство: наука и образование. 2019. № 3. С. 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tipologicheskie-osobennosti-sportivnyh-sooruzheniy-kak-elementov-sistemy-obsluzhivaniya-naseleniya>

42. Бушра А. Д., Перькова М. В., Коврижкина О. В. Современные тенденции в проектировании и строительстве спортивных сооружений // Вестник Белгородского государственного технологического университета им. В. Г. Шухова. 2016. № 1. С. 62-67. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-tendentsii-v-proektirovanii-i-stroitelstve-sportivnyh-sooruzheniy>

43. Быкова Г. И., Коршунова Н. Н. Параметры микроклимата сооружений для физкультурно-оздоровительного комплекса // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Инженерные исследования. 2013. № 2. С. 118-122. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/parametry-mikroklimate-sooruzheniy-dlya-fizkulturno-ozdorovitel'nogo-kompleksa>

44. Быкова Г. И., Коршунова Н. Н. Рациональные параметры сооружений для физкультурно-оздоровительных занятий в современных условиях // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Инженерные исследования. 2014. № 2. С. 102-108. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ratsionalnye-parametry-sooruzheniy-dlya-fizkulturno-ozdorovitel'nyh-zanyatij-v-sovremennyh-usloviyah>

45. Быкова Г. И., Коршунова Н. Н. Световая среда сооружений для физкультурно-оздоровительных занятий // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Инженерные исследования. 2013. № 3. С. 53-57. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/svetovaya-sreda-sooruzheniy-dlya-fizkulturno-ozdorovitel'nyh-zanyatij>

46. Вакулина И. Н., Подболотова К. С., Шевчук И. В. Актуальные архитектурные решения в проектировании физкультурно-оздоровительных комплексов. // Vestnik Volgogradskogo Gosudarstvennogo Arhitekturno-Stroitel'nogo Universiteta. Seriya: Stroitel'stvo i Arhitektura. 2022. № 86. С. 254-264.
47. Визитей Н.Н. Теория физической культуры: корректировки базовых представлений: философские очерки. М.: Советский спорт, 2009. 183 с.
48. Видякина Е. В., Рассадин Б. И. Проектирование фитнес-центра // Экономика и сервис: от теории к практике. 2017. С. 185-190. URL: <http://buif.vlsu.ru/files/conf/conf-2017.pdf>
49. Воронков А. В., Завгородний Е. Ю., Морозов И. И. Использование средств единоборств в фитнес-индустрии // Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта : Сборник научных статей по итогам V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 75-летию победы в Курской битве (г. Белгород, 30 ноября 2018 года). 2018. С. 22-25. URL: http://dspace.bsu.edu.ru/bitstream/123456789/43738/1/Sovremennoe-sostoyanie_18.pdf#page=23
50. Воронов Н. А. Фитнес как одна из разновидностей физической культуры // Наука в современном мире. 2018. С. 48-51.
51. Гаджиев Д. М., Нуцалов Н. М. Фитнес программы в коррекции компонентного состава тела студентов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2018. № 12 (166). С. 37-41. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fitnes-programmy-v-korreksii-komponentnogo-sostava-tela-studentov>
52. Гарина О. Г., Кадушина В. А., Милехина И. А. Исследование потребностей и интересов в области физкультурно-оздоровительной деятельности // Вестник Саратовского государственного социально-экономического университета. 2020. № 2 (81). С. 143-148. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-potrebnostey-i-interesov-v-oblasti-fizkulturno-ozdorovitelnoy-deyatelnosti>

53. Гельфонд А.Л. Архитектурное проектирование общественных зданий и сооружений Текст.: учебное пособие/А.Л. Гельфонд. Н. Новгород: Архитектура-С,2003.-280с.: ил.
54. Глазкова Н. О., Долотказина Н. С. Функционально-планировочные принципы проектирования спортивно-досуговых комплексов // Потенциал интеллектуально одаренной молодежи-развитию науки и образования. 2016. С. 66-71. URL: https://aracy.pф/images/files/forum5/forum5_66-71.pdf
55. Глоба Г. В., Афанасьева В. А. Положительное влияние на здоровье студентов ВУЗов фитнес-программы бодифлекс // Вестник научных конференций. 2015. № 1-2. С. 31-32.
56. Глушаченко С.Б., Донец Р.В. Публичные гарантии реализации конституционного права на занятие физической культурой и спортом: исторический опыт и современность // Nomothetika: Философия. Социология. Право. 2012. Т. 20. № 8 (127). С. 94-98. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/publichnye-garantii-realizatsii-konstitutsionnogo-prava-na-zanyatie-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-istoricheskii-opyt-i-sovremennost>
57. Голодных А. С. К вопросу технологии в фитнесе // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. 2014. № 2 (2). С. 128-130. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-tehnologii-v-fitnesse>
58. Гречушников Ю. С. Жилые комплексы с обслуживанием для различных социальных категорий населения в России // Наука и образование: проблемы, идеи, инновации. 2019. № 12. С. 8-11.
59. Григорьев В.И. Методологические аспекты технологизации фитнес-индустрии. СПб., 2008.
60. Григорян А. В., Якубова Т. Н. Стратегия выхода российского бренда "World Class" на зарубежный рынок фитнес-услуг // Фундаментальные проблемы науки: сборник статей. 2016. С. 103. URL: <https://aeterna-ufa.ru/sbornik/NK-126-1.pdf#page=103>

61. Дегтярева Д. И., Турчина Е. В. Современные фитнес-программы: тенденции и перспективы российской фитнес-индустрии // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2015. № 3. С. 91-95. URL: <https://www.vgafk.ru/upload/medialibrary/b16/zhurnal-fvist-13.pdf#page=89>
62. Денисова Ю. В., Пашкова Л. А. Примеры применения большепролетных конструкций в спортивных сооружениях // Научные исследования и инновации. 2016. С. 52-57.
63. Дьякова Е. О., Попова М. В. Архитектурные решения физкультурно-оздоровительного комплекса // Дни науки студентов ИАСЭ-2021. 2021. С. 166-171.
64. Ерубаяева Е. Ж., Садвокасова Г. К. Архитектурное формирование перспективных многофункциональных спортивных комплексов // Вестник Казахской государственной архитектурно-строительной академии. Алматы, 2012. № 2(44). С. 27-32. URL: <http://rmebrk.kz/journals/1531/27637.pdf#page=27>
65. Ершова Д. В., Башлыкова Е. А. Особенности формирования многофункциональных спортивных комплексов // Научные исследования студентов и учащихся. 2021. С. 276-281.
66. Ефремова М.В., Чкалова О.В., Бошман Т.К. Анализ российского рынка фитнес-услуг // Экономический анализ: теория и практика. 2015. № 21 (420). С. 25-37. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-rossiyskogo-rynka-fitness-uslug>
67. Жданова И.В., Кузнецова А.А., Михайлина П.И. Архитектурно-планировочные принципы организации фитнес-центров // Вестник Белгородского государственного технологического университета им. В. Г. Шухова. 2019. № 10. С. 84-92. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/arhitekturno-planirovochnye-printsipy-organizatsii-fines-tsentrov>
68. Зарубская Е. О. Современные тенденции развития типологии и системы учреждений уличного спорта // Вестник евразийской науки. 2018. Т. 10. № 3. С. 51. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyye-tendentsii-razvitiya-tipologii-i-sistemy-uchrezhdeniy-ulichnogo-sporta>

69. Захарочкина А.А., Скопинцев А.В. Архитектурно- ландшафтное формирование спортивно-оздоровительных центров на рельефе в Ростове-на-Дону // Инженерно-строительный вестник Прикаспия. 2019. № 3 (29). С. 95-100. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/arhitekturno-landshaftnoe-formirovanie-sportivno-ozdorovitelnyh-tsentrov-na-reliefe-v-rostove-na-donu>
70. Зобова М. Г. Современные принципы проектирования спортивных комплексов // Приволжский научный журнал. 2012. № 3. С. 158-162.
71. Зобова М. Г. Трансформация архитектурной типологии спортивных комплексов // Приволжский научный журнал. 2013. № 2. С. 91-93.
72. Зобова М.Г. Принципы архитектурно-градостроительного проектирования и модернизации физкультурно-спортивных комплексов (на примере городского округа Самара): дис. канд. архит.:18.00.02.
73. Зулаев И. И. Силовые тренажеры: виды, характеристика и особенности применения в качестве средств оздоровления и физического развития // Право и экономика: междисциплинарные подходы в науке и образовании. 2017. С. 224-227.
74. Иванов В. Д., Ротор К. С. Женщины и спорт: феминизация спорта // Актуальные проблемы педагогики и психологии. Научный рецензируемый электронный журнал (сетовое издание) 16+. 2021. Т. 2. № 1. С. 17-26. URL: <http://www.pedpsy.ru/index.php/ped/article/view/26>
75. Иванов В. Д., Салькова Н. А. Фитнес-программы в системе занятий по физической культуре в вузе // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2019. Т. 4. № 2. С. 49-59. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fitnes-programmy-v-sisteme-zanyatij-po-fizicheskoy-kulture-v-vuze>
76. Иванов В. Д., Сухорукова Ю. С. Фитнес-технологии и физическое развитие (по материалам англоязычных сайтов) // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2021. Т. 6. № 4. С. 100-108. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fitnes-tehnologii-i-fizicheskoe-razvitie-po-materialam-angloyazychnyh-saytov>

77. Иванчикова С. Н. Физкультурно-оздоровительная система «Фитнес» как инновационное средство формирования культуры здоровья // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2016. № 1. С. 42-49. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizkulturno-ozdorovitel'naya-sistema-fitness-kak-innovatsionnoe-sredstvo-formirovaniya-kultury-zdorovya>
78. Иванчикова С.Н. Здоровьесберегающая направленность фитнес-технологий // World science. 2016. Т. 3. № 6 (10). С. 54-57. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zdoroviesberegayuschaya-napravlennost-fitness-tehnologiy>
79. Истягина-Елисеева Е. А. Анализ отношения к здоровому образу жизни, физической культуре и спорту в современной России // Историческая и социально-образовательная мысль. 2015. Т. 7. № 3. С. 34. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-otnosheniya-k-zdorovomu-obrazu-zhizni-fizicheskoy-kulture-i-sportu-v-sovremennoy-rossii>
80. Кабачков В. А., Зюрин Э. А., Осминин М. Д. Сравнительный анализ советского комплекса ГТО, ВФСК ГТО и физкультурно-спортивных комплексов зарубежных стран // Теория и практика физической культуры. 2017. № 2. С. 52-55.
81. Казак А. Н. Перспективы развития системы спортивно-оздоровительных центров в Крыму // Крымский научный вестник. 2015. № 6. С. 81-95. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/perspektivy-razvitiya-sistemy-sportivno-ozdorovitelnyh-tsentrov-v-krymu>
82. Казаков Ю. Н., Токмаков Н. В., Токмакова М. А. Анализ оборудования для фитнеса // Наука-2020. 2019. № 2 (27). С. 14-17. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-oborudovaniya-dlya-fitnessa>
83. Калибаев Ж. Ш. Типы услуг физкультурно-спортивных организаций // Проблемы науки. 2019. № 11 (47). С. 92-94. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/typy-uslug-fizkulturno-sportivnyh-organizatsiy>
84. Кальгина А. И. Перспективные направления архитектурно-художественных и объемно-планировочных решений физкультурно-досуговых

комплексов // Сборник трудов аспирантов, магистрантов и соискателей. 2020. С. 52-54.

85. Карпова Е. И., Данилова Н. В. Стретчинг как вид фитнеса // Наука, образование и культура. 2018. № 8 (32). С. 29-30. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/stretching-kak-vid-fitnessa>

86. Кашина А. П., Ткачева Е. Г. Детский фитнес // Наука-2020. 2020. № 1 (37). С. 150-152. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/detskiy-fitness>

87. Квартальнов С. В. Особенности проектирования спортивных комплексов // Аллея науки. 2019. Т. 2. № 11. С. 787-790.

88. Кенжебаева Р. А., Самойлов К. И. Историко-культурные особенности генезиса и эволюции потребности в общественных физкультурно-оздоровительных комплексах // Наука и образование сегодня. 2022. № 3 (72). С. 71-78. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriko-kulturnye-osobennosti-genezisa-i-evolyutsii-potrebnosti-v-obschestvennyh-fizkulturno-ozdorovitelnyh-kompleksah>

89. Козлов К. В. Методология проектирования фитнес-центров // Современные подходы и методики научно-исследовательской работы в архитектуре. 2022. С. 12-17. URL: https://doc.spbgasu.ru/ipo/2022/sovremennye_podhody_i_metodiki_nauchno-issledovatelskoj_raboty_v_arhitekture_sbornik_2022.pdf

90. Козлов К. В. Формирование архитектурно-планировочной структуры фитнес-центров на основании фитнес-юнитов // Вестник гражданских инженеров. 2022. № 4(93). С. 5-15. URL: <http://www.vestnik.spbgasu.ru/sites/files/ru/articles/93/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D1%8F1.pdf>

91. Козлов К. В. Функционально-планировочная организация современных фитнес-центров на примере Санкт-Петербурга // Вестник гражданских инженеров. 2020. № 3. С. 21-30. URL: <http://www.vestnik.spbgasu.ru/sites/files/ru/articles/80/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D1%8F3.pdf>

92. Комлев И. О., Самарский Д. М. Разработка инновационных спортивных тренажеров для спорта высших достижений и физической реабилитации // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2014. № 1 (132). С. 93-100. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razrabotka-innovatsionnyh-sportivnyh-trenazherov-dlya-sporta-vyshih-dostizheniy-i-fizicheskoy-reabilitatsii>
93. Комлева С. В., Наймушина А. Е. Развитие фитнес-индустрии в России: история, проблемы, перспективы // Проблемы качества физкультурно-оздоровительной и здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций. 2021. С. 56-64. URL: https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/36345/1/pkfozd_2021_014.pdf
94. Коновалова Ю. В., Шпайдель О. Э., Дзензелюк Н. С. Проект открытия фитнес-центра "EcoSport" // Молодой исследователь. 2015. С. 389-395.
95. Копычева И. И. Фитнес-аэробика как средство борьбы со старением и продления биологической молодости // Наука-2020. 2018. № 2-1 (18). С. 58-62. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fitnes-aerobika-kak-sredstvo-borby-so-stareniem-i-prodleniya-biologicheskoy-molodosti>
96. Косогорцев В. И. Подходы к классификации услуг физкультурно-спортивных организаций // Российское предпринимательство. 2016. Т. 17. № 4. С. 573-584. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podhody-k-klassifikatsii-uslug-fizkulturno-sportivnyh-organizatsiy>
97. Кузовлева И. Ю., Учайкина В. В. Особенности эксплуатации спортивных сооружений и эффективность их использования // Современный футбол: тенденции развития, методики спортивных тренировок, менеджмент и маркетинг. 2016. С. 112-120.
98. Кузьменко М. В., Болдырева В. Б. Организационно-методические особенности базовой аэробики и Zumba // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2018. Т. 23. № 5 (175). С. 81-87. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsionno-metodicheskie-osobennosti-bazovoy-aerobiki-i-zumba>

99. Куница Ю. Б. Особенности проведения занятий по фитнесу с женщинами среднего возраста // Наука-2020. 2016. № 3 (9). С. 133-138. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-provedeniya-zanyatiy-po-fitnessu-s-zhenschinami-srednego-vozrasta>
100. Лазарев Е.А., Вальтеран Т.Л. Особенности физкультурно-спортивной инфраструктуры крупного города (на примере Новосибирска) // Творчество и современность. 2019. № 2 (10). С. 61-70. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-fizkulturno-sportivnoy-infrastruktury-krupnogo-goroda-na-primere-novosibirska>
101. Лазарева Ю. С., Кулеева Л. М. Навигация как способ функционально-планировочной организации безбарьерной среды спортивно-оздоровительных заведений // Дизайн ревью. 2017. № 1-4. С. 91-97. URL: http://design-review.net/files/design_review_1-4-2017.pdf#page=45
102. Лапочкина Е. В. Spa: история, этимология, варианты расшифровки и перевода с латинского языка на русский // Филологические науки. Вопросы теории и практики. 2016. № 2-1 (56). С. 130-132. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spa-istoriya-etimologiya-varianty-rasshifrovki-i-perevoda-s-latinskogo-yazyka-na-russkiy>
103. Лебедева Т. Е. Спортивно-оздоровительный комплекс Нижнего Новгорода: анализ и перспективы развития // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016. № 3-4. С. 661-663. URL: <https://s.applied-research.ru/pdf/2016/3-4/8954.pdf>
104. Леднев В. А. Спортивные клубы: типология и потенциал развития // Вестник Российского Международного Олимпийского Университета. 2019. № 4. С. 28-41.
105. Лисицкая Т. С. Фитнес 2015-2016: новые технологии // Юбилейный сборник научно-методических трудов сотрудников кафедры теории и методики гимнастики, посвященный 85-летию со дня ее основания. 2017. С. 43-46.

106. Лубышева Л.И. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности. //Теория и практика физической культуры.2001. № 4. URL: <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2001N4/p11-15.html>
107. Лукьяненко В. П., Муханова Н. В. Гимнастическая терминология: краткая история становления, развития и современное состояние : учебное пособие. Москва: Русайнс, 2021. 80 с. URL: <https://book.ru/book/942069>
108. Лунегова А. А., Болотин А. В., Клипач А. Е. Проектирование спортивно-оздоровительного комплекса // Технические и естественные науки. 2020. С. 7-11.
109. Лутченко Н. Г., Перевозникова Н. И., Иванов В. Г. Научно-методическое обоснование фитнес-программы для мужчин-баскетболистов в возрасте 20-39 лет // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2014. № 9 (115). С. 69-73. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/nauchno-metodicheskoe-obosnovanie-fitness-programmy-dlya-muzhchin-basketbolistov-v-vozhraste-20-39-let>
110. Любомирова Л. П. Фитнес-индустрия в России // Аллея науки. 2019. Т. 2. № 2. С. 400-404. URL: https://alley-science.ru/domains_data/files/04February2019/FITNES-INDUSTRIYa%20V%20ROSSII.pdf
111. Магай А.А., Строева Н.Н. Региональные особенности архитектуры велнес-центров // Жилищное строительство. 2015. № 8. С. 39-43. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/regionalnye-osobennosti-arhitektury-velnes-tsentrov>
112. Марандыкина О. В. Проблемы разработки современных фитнес-программ // Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. 2020. № 2. С. 29-32.
113. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для студентов высших учебных заведений. Москва: Советский спорт, 2010. 342 с. URL: <https://books.google.ru/books?id=2xbxDwAAQBAJ&pg=PT101&dq=%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5+%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%86>

[%D0%B8%D0%B8+%D0%B2+%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B8%D0%B8+%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%BE%D0%BC&lr=&hl=ru&source=gbs_selected_pages&cad=2#v=onepage&q&f=false](#)

114. Мустафина Р. Н., Кисляков С. Н., Муталлапов И. М. Рекомендованные фитнес программы для менеджера // Будущее науки-2022. 2022. С. 355-357.

115. Мызрова К.А., Рожкова Е.В. Факторы и тенденции развития рынка спортивно-оздоровительных услуг // Наука и спорт: современные тенденции. 2015. Т. 9. № 4. С. 70-76. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-i-tendentsii-razvitiya-rynka-sportivno-ozdorovitelnyh-uslug>

116. Никифоров Ю. А., Белоносков С. А. Современные тенденции в развитии функционально-пространственной структуры спортивных комплексов // Академический вестник УралНИИпроект РААСН. 2009. № 2. С. 55-57. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-tendentsii-v-razvitii-funktsionalno-prostranstvennoy-struktury-sportivnyh-kompleksov>

117. Николаенко В.А., Петрук Ю.О. Особенности реконструкции системы физкультурно-спортивных объектов // Известия Казанского государственного архитектурно-строительного университета. 2014. № 4 (30). С. 77-82. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-rekonstruktsii-sistemy-fizkulturno-sportivnyh-obektov>

118. Никонова Е. Р., Назарова М. Особенности архитектурно-планировочных решений полифункциональных учреждений дополнительного образования с учетом социальной составляющей // Образование и наука в современном мире. Инновации. 2019. № 2. С. 33-41.

119. Орлов А.В., Краснов Е.В. СпортиФитнес / Высшая школа спортивной индустрии РЭУ им. Г. В. Плеханова. М.: Риалтекс, 2012. 233 с.

120. Осокина Е.А. Современные фитнес-технологии: задачи, функции, целевое назначение // Наука и школа. 2011. № 3. С. 102-104. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-fitness-tehnologii-zadachi-funksii-tselevoe-naznachenie>

121. Осыченко М. В. и др. Комплексно-комбинированные фитнес-программы как средство последовательного укрепления здоровья и повышения уровня физической работоспособности студентов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2018. № 3. С. 59-61.
122. Пальчиков Ю. П., Савкина Н. В. Влияние тренировок со спортивными утяжелителями на организм человека // Наука-2020. 2019. № 7 (32). С. 135-139. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-trenirovok-so-sportivnymi-utyazhelitelyami-na-organizm-cheloveka>
123. Панфилов О. П. и др. Фитнес-технологии: классификационный подход // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2013. № 1. С. 131-139. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fitnes-tehnologii-klassifikatsionnyy-podhod>
124. Парафейникова В. В. Фитнес в системе физической культуры // Образование. Наука. Производство. 2018. С. 3054-3058.
125. Пашкова Л.А., Денисова Ю.В. Эволюция большепролетных сооружений на примере олимпийских объектов // Вестник Белгородского государственного технологического университета им. В. Г. Шухова. 2016. № 11. С. 88-94. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/evolyutsiya-bolsheproletnyh-sooruzheniy-na-primere-olimpiyskih-obektov>
126. Пепеляева А.В., Лепихина Т.Л. Роль государства в ограничении институциональных ловушек в системе здоровьесбережения // Национальные интересы: приоритеты и безопасность. 2014. № 6. С. 42-52. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-gosudarstva-v-ogranichenii-institutsionalnyh-lovushek-v-sisteme-zdoroviesberezheniya>
127. Перевалина Е.А. и др. Особенности влияния разных программ фитнеса на показатели физического здоровья и функционального состояния систем организма женщин 30-40 лет // Физическая культура, спорт - наука и практика. 2020. № 1. С. 80-86. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-vliyaniya-raznyh-programm-fitnesa-na-pokazateli-fizicheskogo-zdorovya-i-funktsionalnogo-sostoyaniya-sistem-organizma>

128. Переверзева И. С., Ткаченко Н. В. Современные требования к системам обеспечения микроклимата в спортивно-оздоровительных комплексах // Новые идеи нового века: материалы международной научной конференции ФАД ТОГУ. 2016. Т. 3. С. 327-333.

129. Передельский А. А. Двудликий Янус. Спорт как социальный феномен. Сущность и онтологические основания. Москва: Издательство "Спорт", 2016. 312 с. URL: <https://lyasse-online.ru/upload/fragments/a6.pdf/93718.a6.pdf>

130. Першина А. С., Латыпов Т. Р. Архитектурное формирование многофункциональных спортивных комплексов // Традиции и инновации в строительстве и архитектуре. Архитектура и градостроительство. 2019. С. 476-481.

131. Песина О. Н., Мищенко Н. Ю. Влияние методики комплексного использования средств фитнеса на функциональное состояние деятельности дыхательной системы и физическую подготовленность детей 13–14 лет // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2019. Т. 4. № 4. С. 42-48. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-metodiki-kompleksnogo-ispolzovaniya-sredstv-fitnessa-na-funktsionalnoe-sostoyanie-deyatelnosti-dyhatelnoi-sistemy-i>

132. Плаксина О. И. Индивидуальная оздоровительно-силовая подготовка женщин, занимающихся в фитнес клубе : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.04 / Плаксина Ольга Игоревна; [Место защиты: Российский государственный социальный университет]. - Москва, 2008. - 25 с. <https://www.dissercat.com/content/individualnaya-ozdorovitelno-silovaya-podgotovka-zhenshchin-zanimayushchikhsya-v-fitness-klub>

133. Поляруш В. Г. Современные спортивные тренажеры для фитнеса // Устойчивое развитие территорий: теория и практика: Материалы II Международной научно-практической конференции (18-21 ноября 2021 года) г. Сибай. Том 2. 2021. С. 189-193. URL: https://www.researchgate.net/profile/Kristina-Toderich/publication/357322305_AGROBIODIVERSITY_CONSERVATION_AND_DOMESTICATION_OF_HALOPHYTES_AND_NONCONVENTIONAL_CROPS_TO_ENHANCE_FOOD_SECURITY_FROM_SALINE_LANDS/links/61c68650b8305f

[7c4bfca0b6/AGROBIODIVERSITY-CONSERVATION-AND-DOMESTICATION-OF-HALOPHYTES-AND-NONCONVENTIONAL-CROPS-TO-ENHANCE-FOOD-SECURITY-FROM-SALINE-LANDS.pdf#page=189](https://cyberleninka.ru/article/n/7c4bfca0b6/AGROBIODIVERSITY-CONSERVATION-AND-DOMESTICATION-OF-HALOPHYTES-AND-NONCONVENTIONAL-CROPS-TO-ENHANCE-FOOD-SECURITY-FROM-SALINE-LANDS.pdf#page=189)

134. Посохин М.М. Архитектура Олимпийских столиц. М.: Физкультура и спорт, 1980. 258 с.

135. Ребезов И.А., Батищева И.В. Программа по сайклаэробике для фитнес-центров // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. 2008. № 4. С. 86-90. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/programma-po-sayklaerobike-dlya-fitness-tsentrov>

136. Резникова А. С., Грин И. Ю. Детские спортивные школы XXI века // Новые идеи нового века: материалы международной научной конференции ФАД ТОГУ. 2019. Т. 2. С. 220-226.

137. Рыбакова Е. О., Шутова Т. Н. Совершенствование профессионального образования студентов физкультурного вуза средствами фитнеса // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. № 3. С. 58-62. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-professionalnogo-obrazovaniya-studentov-fizkulturnogo-vuza-sredstvami-fitnessa>

138. Савченко Н., Олейник Т. П. Современные приемы экодизайна в интерьере фитнес-центров // The 10 th International scientific and practical conference “Modern directions of scientific research development”(March 23-25, 2022) BoScience Publisher, Chicago, USA. 2022. 239 p.. 2022. С. 115-123. URL: <https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2022/03/MODERN-DIRECTIONS-OF-SCIENTIFIC-RESEARCH-DEVELOPMENT-23-25.03.22.pdf#page=115>

139. Савчиков А. В. Определение функционально-планировочных решений встроенного фитнес-центра // Сборник материалов Всероссийской конференции, Санкт-Петербург, 04–10 апреля 2022 года. Санкт-Петербург, 2022. С. 471-473.

140. Сайкина Е. Г. Фитнес в системе физической культуры // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена.

2008. № 68. С. 182-190. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fitnes-v-sisteme-fizicheskoy-kultury>

141. Сайкина Е.Г., Пономарев Г.Н. Семантические аспекты отдельных понятий в области фитнеса // Теория физической культуры. 2011.

142. Семенив Д. А. Современные подходы к использованию фитнес-программ в физическом воспитании студентов вуза // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. 2016. № 4. С. 96-98. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-podhody-k-ispolzovaniyu-fitness-programm-v-fizicheskom-vozpitanii-studentov-vuza>

143. Сидорова И. Г. Концепция Wellness в медицинском дискурсе (на материале русскоязычных и англоязычных текстов интернет-сайтов о здоровом образе жизни) // Коммуникативные стратегии и лингвокогнитивные механизмы порождения профессионального дискурса. Сборник научных статей. Иркутск, 2019. С. 137-146. URL: https://mir.ismu.baikal.ru/src/downloads/72311dec_sbornik_nauchnyh_stateiy_kommunikativnye_strategii_24-25_06_19.doc.pdf#page=137

144. Скоблицкая Ю. А. Архитектурно-планировочные особенности становления многоуровневых спортивных комплексов // Вестник Томского государственного архитектурно-строительного университета. 2022. Т. 24. № 2. С. 65-75. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/arhitekturno-planirovochnye-osobennosti-stanovleniya-mnogourovnevyyh-sportivnyh-kompleksov>

145. Следина А. Легкий фитнес // Бизнес-журнал. 2012. № 9 (198). С. 64-66. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/legkiy-fitness>

146. Смирнов С. И. Исследование некоторых критериев сферы фитнес-услуг // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2011. Т. 80. № 10. С. 170-173. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-nekotoryh-kriteriev-sfery-fitness-uslug>

147. Спорников А. С., Супрунов В. А. Спортивные тренажеры для тренировок // Использование современных информационных технологий в образовании. 2019. С. 105-110.

148. Степанова О. Н., Савин С. В. Критерии классификации и типология фитнес-программ // Вестник спортивной науки. 2015. № 3. С. 49-53. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kriterii-klassifikatsii-i-tipologiya-fitness-programm>
149. Стына О. О. Тенденции и потенциал развития физкультурно — оздоровительных комплексов в России // Международный журнал прикладных наук и технологий «Integral». 2020. № 6. С. 206-211. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tendentsii-i-potentsial-razvitiya-fizkulturno-ozdorovitelnyh-kompleksov-v-rossii>
150. Сувакин Е. В. Принципы формирования сети спортивно-оздоровительных сооружений и их генеральных планов для городов различной численности // Строительство и реконструкция. 2013. № 2. С. 99-103. URL: <http://gu-unpk.ru/public/file/archive/2-46.pdf#page=99>
151. Телегина А. П., Алексина А. О. Современные фитнес-программы: тенденции и перспективы российской фитнес-индустрии // Физическая культура, спорт и здоровье. 2018. № 31. С. 44-47.
152. Терзи К. Г. Принципы зонирования тренажерных залов площадью 400-600 м² // Символ науки. 2015. № 12-2. С. 188-190. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/printsipy-zonirovaniya-trenazhernyh-zalov-ploschadyu-400-600-m-2>
153. Терзи К. Г. Принципы комплектования зоны силовых тренажеров в тренажерных залах общей площадью 400-600 м² // Символ науки. 2016. № 3-2. С. 140-143. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/printsipy-komplektovaniya-zony-silovyh-trenazherov-v-trenazhernyh-zalah-obshchey-ploschadyu-400-600-m2>
154. Толмачева В. А. Проект межрайонного спортивного комплекса // XIX Всероссийская студенческая научно-практическая конференция Нижневартовского государственного университета. 2017. С. 245-249. URL: https://konference.nvsu.ru/konffiles/324/XIX%20stud%20konf.%20CH.%203_Iskusstvo.%20Muzyka.%20Kultura.%20Filosofiya_NVGU.pdf
155. Тютина Д. С., Киселев Я. В. Внедрение фитнес программы «пилатес» в комплексы занятий по физической культуре для студентов

медицинского вуза // Проблемы и инновации спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. 2020. С. 301-302.

156. Федорова О. В. Архитектурно-пространственная трансформация спортивных сооружений // Академический вестник УралНИИпроект РААСН. 2012. № 2. С. 58-61. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/arhitekturno-prostranstvennaya-transformatsiya-sportivnyh-sooruzheniy>

157. Федорова О. Е., Бахарева Ю. А. Особенности архитектурно-планировочной структуры современных физкультурно-оздоровительных комплексов // Архитектура и дизайн: история, теория, инновации. 2021. № 5. С. 208-213.

158. Хороходина Ю. А. Современные тенденции в развитии функционально-пространственной структуры спортивных комплексов // Будущее науки-2018. 2018. С. 388-391.

159. Цайзер О. В. Принцип моделирования при разработке концепции спортивного сооружения // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 2-1. С. 784. URL: <https://s.science-education.ru/pdf/2015/2/483.pdf>

160. Чапкович Ж. А. История развития фитнеса как вида двигательной активности населения // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2016. № 8 (173). С. 112-116. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriya-razvitiya-fitnessa-kak-vida-dvigatelnoy-aktivnosti-naseleniya>

161. Шевченко Т.И. Функциональное зонирование многофункциональных спортивных комплексов // Международная научно-техническая конференция молодых ученых. 2020. С. 1809-1813.

162. Шутова Т. Н. Классификации фитнес-программ и технологий, их применение в физическом воспитании студентов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2017. № 2. С. 116-122. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/klassifikatsii-fitness-programm-i-tehnologiy-ih-primenenie-v-fizicheskom-vospitanii-studentov>

163. Щербак А. А. Функционально-планировочная модель генерального плана спортивного многофункционального центра // Проблемы и перспективы в международном трансфере. 2018. С. 144. URL: <https://aeterna-ufa.ru/sbornik/NK-220-2.pdf#page=144>

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет»

На правах рукописи

Козлов Кирилл Владимирович

**АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ
(НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА)**

Том 2

Специальность 2.1.12.

Архитектура зданий и сооружений.

Творческие концепции архитектурной деятельности

Диссертация на соискание ученой степени

кандидата архитектуры

Научный руководитель:
кандидат архитектуры, доцент
Федор Викторович Перов

Санкт-Петербург - 2023

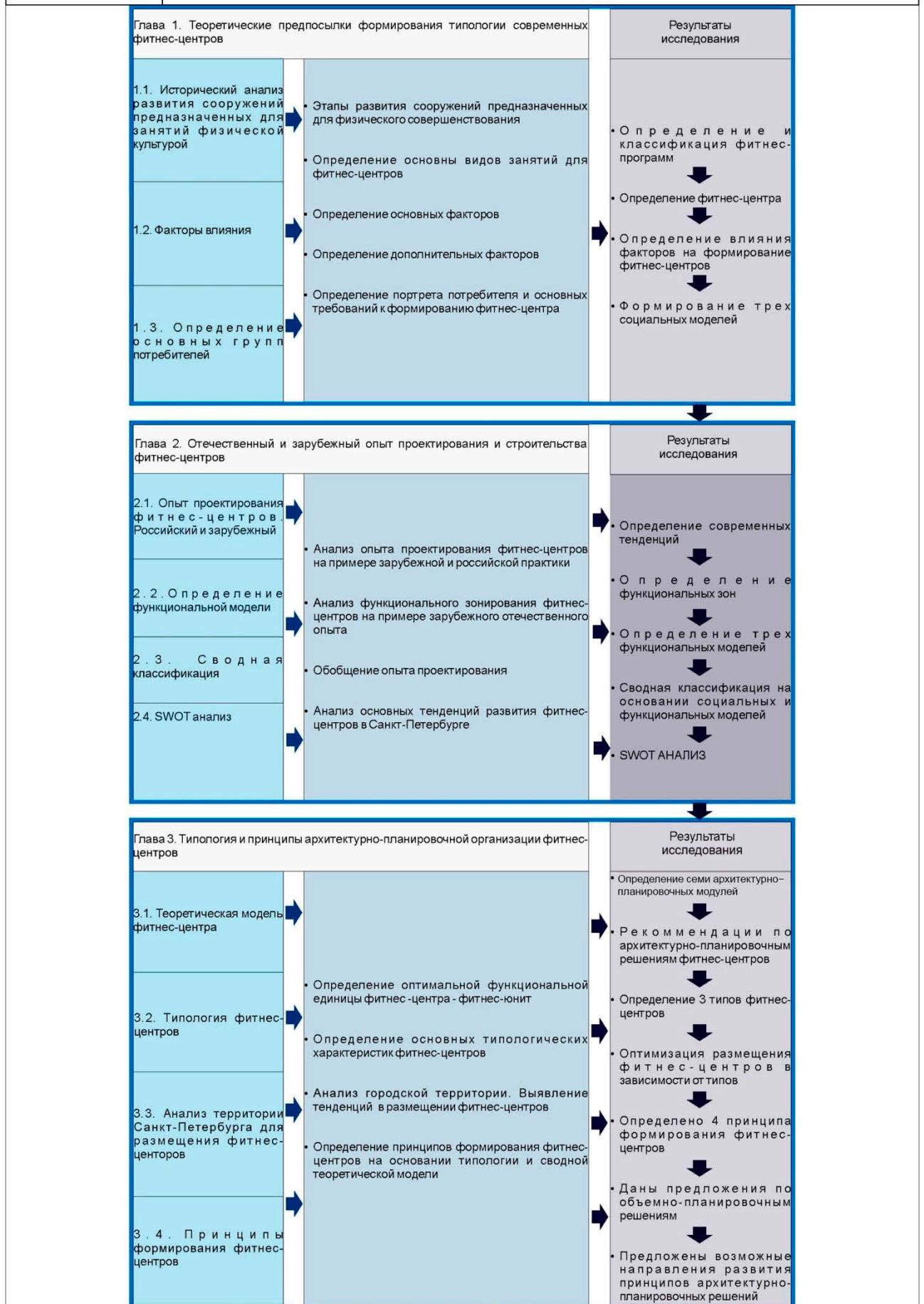
ОГЛАВЛЕНИЕ

Том 2

Список иллюстраций к главе 1 Теоретические предпосылки формирования типологии современных сооружений фитнес-центров.....	5
Список иллюстраций к главе 2 Отечественный и зарубежный опыт проектирования и строительства фитнес-центр	24
Список иллюстраций к главе 3 Типология и принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров.....	65
Приложение А. Терминологический аппарат исследования.....	96
Приложение Б. Перечень нормативных документов	113
Приложение В. Результаты экспертного опроса	126
Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга.....	215
Приложение Д. Методические указания.....	341
Приложение Е. Акты внедрения.....	375

Илл. 1

Структура диссертационного исследования



Илл. 2	Структура диссертационного исследования
<p><u>ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ:</u></p> <p>Разработка научно обоснованных предложений по формированию принципов архитектурно-планировочной организации современных фитнес-центров применительно к практике проектирования и строительства в Российской Федерации на примере Санкт-Петербурга.</p> <p><u>ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ:</u></p> <p>Многофункциональные фитнес-центры в структуре крупнейшего города.</p> <p><u>ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ:</u></p> <p>Архитектурная типология фитнес-центров, принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров.</p> <p><u>НАУЧНАЯ НОВИЗНА РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выявлены и проанализированы основные исторические предпосылки возникновения современных фитнес-центров; на основе исторического анализа комплексов для оздоровительных занятий и физкультуры установлены этапы формирования и эволюции типологии данных сооружений. Дана авторская трактовка понятия фитнес-центра как нового типа архитектурного объекта, которое учитывает взаимосвязь потребностей различных групп потребителей, ориентированных на современную организацию занятий физическими упражнениями, и соответствующих им качественных параметров архитектурных решений. 2. Определены, систематизированы и проанализированы факторы, влияющие на формирование фитнес-центров. Разработаны и описаны социальные модели фитнес-центров, учитывающие современные требования основных групп потребителей к фитнес-программам, организуемым в фитнес-центрах. 3. На основе изучения современного отечественного и зарубежного опыта проектирования фитнес-центров раскрыты основные тенденции их развития, исследованы архитектурно-планировочные решения фитнес-центров и особенности их размещения в структуре крупнейшего города. Созданы функциональные модели фитнес-центров. Дана сводная классификация фитнес-центров. В основу сводной классификации положены совокупные признаки фитнес-центров (тип комплекса, вид административного подчинения, состав функциональных зон, величина, класс обслуживания и виды проводимых фитнес-программ, объемно-пространственное решение). 4. Определены особенности развития сложившейся системы фитнес-центров в Санкт-Петербурге, проведена оценка территории Санкт-Петербурга и выявлены тенденции для размещения фитнес-центров. При создании функциональных моделей разработаны оптимальные элементы их структуры – «фитнес-юниты», которые являются установленной единицей площади соответствующей функциональной зоны с размещенным оборудованием для проведения фитнес-программ, определены их основные параметры. Предложены сводные теоретические модели фитнес-центров, ориентированные на основные группы потребителей, объединяющие социальные и функциональные модели. 5. Разработана архитектурная типология фитнес-центров в соответствии с разработанными моделями фитнес-центров; определены принципы их архитектурно-планировочной организации. Разработаны рекомендации по проектированию фитнес-центров на основе использования основных функциональных элементов – фитнес-юнитов. Анализ взаимосвязи основных принципов архитектурно-планировочной организации фитнес-центров позволил разработать рекомендации по созданию новых планировочных и объемно-пространственных решений. <p><u>ПОЛОЖЕНИЯ, ВЫНОСИМЫЕ НА ЗАЩИТУ:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Современные тенденции развития фитнес-центров, особенности их архитектурно-планировочной и объемно-пространственной организации. 2. Классификация фитнес-центров на основе выявленных признаков и тенденций развития; 3. Теоретические модели фитнес-центров, обеспечивающие взаимосвязь основных групп потребителей и требований к типологии фитнес-центров; 4. Предложения по типологии фитнес-центров в соответствии с теоретическими моделями; 5. Принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров и предложения по их архитектурно-планировочной организации. 	

Список иллюстраций к главе 1
Теоретические предпосылки формирования типологии современных
сооружений фитнес-центров

Илл. 1. Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека. Античность	6
Илл. 2. Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека. Средние века.....	7
Илл. 3. Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека. Эпоха Возрождения	8
Илл. 4. Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека. Новое время	9
Илл. 5. Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека. Новейшее время	10
Илл. 6. Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека. Новейшее время	11
Илл. 7. Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека.....	12
Илл. 9. Последовательность образования фитнес-центров	14
Илл. 10. Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров.....	15
Илл. 11. Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров.....	16
Илл. 12. Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров.....	17
Илл. 13. Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров.....	18
Илл. 14. Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров.....	19
Илл. 15. Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров.....	20
Илл. 16. Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров.....	21
Илл. 17. Социальная модель	22
Илл. 18. Современные требования к фитнесу. Классификация потребителей фитнес-программ.....	23

Илл. 1	Глава 1. §1.1	Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека
--------	---------------	---------------------------------------------------------------------------

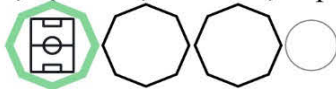
АНТИЧНОСТЬ (VII век до н. э. - 476 г. н. э.)

СТАДИОНЫ

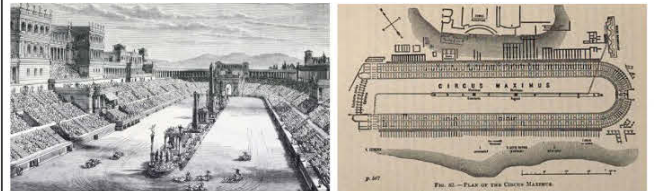
ИППОДРОМЫ



Стадион в Дельфах (VI-V вв. до н. э.)
бег, прыжки, метание, борьба



функциональные измерения		фитнес-программа	словесно	групповые	игровые	басейн	открытые площадки	используемые занятия
словесно	словесно	словесно						
игровые	игровые	словесно						
групповые	групповые	словесно						
игровые	игровые	словесно						
занятия на воде	занятия на воде	словесно						



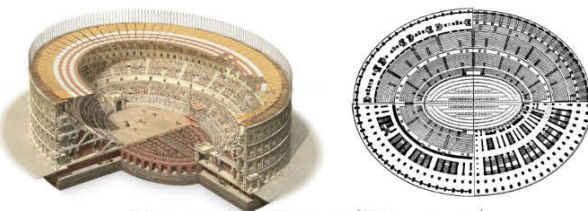
Циркус Максимус в Риме (до VII в н. э.)
соревнования на конных упряжках, конные соревнования



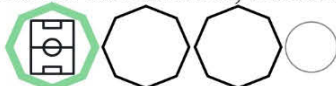
функциональные измерения		фитнес-программа	словесно	групповые	игровые	басейн	открытые площадки	используемые занятия
словесно	словесно	словесно						
игровые	игровые	словесно						
групповые	групповые	словесно						
игровые	игровые	словесно						
занятия на воде	занятия на воде	словесно						

АРЕНЫ

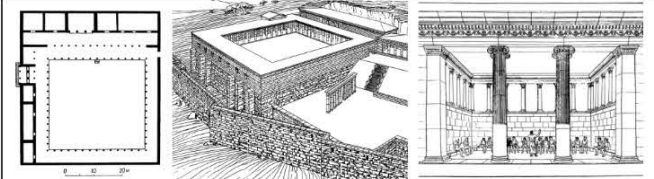
ГИМНАСИИ



Колизей в Риме (72 г. н. э.)
бег, прыжки, метание, борьба, конные состязания, навмахии



функциональные измерения		фитнес-программа	словесно	групповые	игровые	басейн	открытые площадки	используемые занятия
словесно	словесно	словесно						
игровые	игровые	словесно						
групповые	групповые	словесно						
игровые	игровые	словесно						
занятия на воде	занятия на воде	словесно						



Гимнасий в Приене (III в до н. э.)
тренировки по бегу, борьбе, метание копья, диска, толкание ядра, выступления на соревнованиях



функциональные измерения		фитнес-программа	словесно	групповые	игровые	басейн	открытые площадки	используемые занятия
словесно	словесно	словесно						
игровые	игровые	словесно						
групповые	групповые	словесно						
игровые	игровые	словесно						
занятия на воде	занятия на воде	словесно						

ПАЛЕСТРЫ

ТЕРМЫ

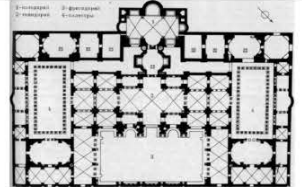


Палестры Стабианских Терм в Помпеях

(II в. до н. э.)
тренировки по бегу, борьбе, метание копья, диска, толкание ядра, плавание в бассейне, массаж тела, косметические процедуры



функциональные измерения		фитнес-программа	словесно	групповые	игровые	басейн	открытые площадки	используемые занятия
словесно	словесно	словесно						
игровые	игровые	словесно						
групповые	групповые	словесно						
игровые	игровые	словесно						
занятия на воде	занятия на воде	словесно						



Термы Диоклетиана (306 г. н. э.)

тренировки по борьбе, плавание в бассейне, массаж тела, косметические процедуры

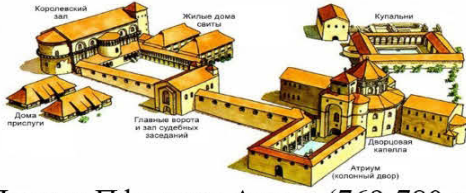


функциональные измерения		фитнес-программа	словесно	групповые	игровые	басейн	открытые площадки	используемые занятия
словесно	словесно	словесно						
игровые	игровые	словесно						
групповые	групповые	словесно						
игровые	игровые	словесно						
занятия на воде	занятия на воде	словесно						


Илл. 2	Глава 1. §1.1	Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека
--------	---------------	---------------------------------------------------------------------------

СРЕДНИЕ ВЕКА (476 г. – 1640 г.)

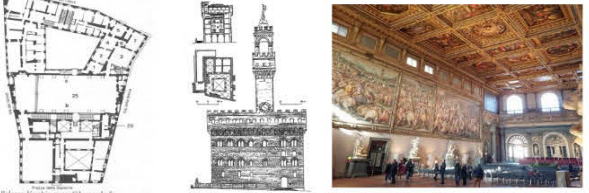
ДВОРЦЫ




Дворец Пфальц в Ахине (769-780 гг.)
танцы, выступление акробатов
народные игры, отдых в воде



РАТУШИ



Палаццо Веккьо (1298-1314 гг.)
танцы, выступление акробатов,
народные игры



функциональное зонирование		фитнес-программа							
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия		
силовые программы	силовые тренажеры								
групповые программы	кардио тренажеры								
групповые программы	зал для групповых занятий								
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал								
занятия на воде	оздоровительный бассейн, детский бассейн								

ПЛОЩАДИ - РИСТАЛИЦА




Ратушная площадь в Париже
конные выступления, рыцарские турниры,
выступления гимнастов и акробатов,
народные игры, игры в мяч

УНИВЕРСИТЕТЫ, КОЛЛЕДЖИ





Кембриджский университет (1284 г.)
фехтование, борьба, конные выездки,
поднятие тяжестей, обучение танцам



функциональное зонирование		фитнес-программа							
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия		
силовые программы	силовые тренажеры								
групповые программы	кардио тренажеры								
групповые программы	зал для групповых занятий								
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал								
занятия на воде	оздоровительный бассейн, детский бассейн								

ТЕРМЫ

Бальнеологический курорт Пломбьер-Ле-Бен (около 1292 г.)
верховая езда, гимнастика, плавание, термальные процедуры

функциональное зонирование		фитнес-программа							
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия		
силовые программы	силовые тренажеры								
групповые программы	кардио тренажеры								
групповые программы	зал для групповых занятий								
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал								
занятия на воде	оздоровительный бассейн, детский бассейн								

Илл. 3	Глава 1. §1.1	Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека
--------	---------------	---------------------------------------------------------------------------

ЭПОХА ВОЗРОЖДЕНИЯ (1420-1640 гг.)

<h4>ДВОРЦЫ, РАТУШИ</h4>  <p>Большой танцевальный зал Ратуши в Мюнхене (1392-1394 гг.) танцы, выступление гимнастов</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">фитнес-программа</th> <th>силовые</th> <th>групповые</th> <th>игровые</th> <th>бассейн</th> <th>открытые площадки</th> <th>неспортивные занятия</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>силовые программы</td> <td>силовые тренажеры</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>силовые программы</td> <td>кардио тренажеры</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>групповые программы</td> <td>зал для групповых занятий</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>игровые программы</td> <td>универсальный зал, многофункциональный зал</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>занятия на воде</td> <td>оздоровительный бассейн; детский бассейн</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия	силовые программы	силовые тренажеры							силовые программы	кардио тренажеры							групповые программы	зал для групповых занятий							игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							<h4>ГОРОДСКИЕ ПЛОЩАДИ</h4>  <p>Площадь Санта Кроче во Флоренции (1442 г.) соревнования в игре в мяч (кальчио), выступление гимнастов, демонстрация силы (поднятие тяжестей), ярмарка (угощение посетителей), фехтование</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">фитнес-программа</th> <th>силовые</th> <th>групповые</th> <th>игровые</th> <th>бассейн</th> <th>открытые площадки</th> <th>неспортивные занятия</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>силовые программы</td> <td>силовые тренажеры</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>силовые программы</td> <td>кардио тренажеры</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>групповые программы</td> <td>зал для групповых занятий</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>игровые программы</td> <td>универсальный зал, многофункциональный зал</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>занятия на воде</td> <td>оздоровительный бассейн; детский бассейн</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия	силовые программы	силовые тренажеры							силовые программы	кардио тренажеры							групповые программы	зал для групповых занятий							игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия																																																																																										
силовые программы	силовые тренажеры																																																																																																
силовые программы	кардио тренажеры																																																																																																
групповые программы	зал для групповых занятий																																																																																																
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал																																																																																																
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн																																																																																																
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия																																																																																										
силовые программы	силовые тренажеры																																																																																																
силовые программы	кардио тренажеры																																																																																																
групповые программы	зал для групповых занятий																																																																																																
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал																																																																																																
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн																																																																																																

<h4>ПЛОЩАДИ ЗА ГОРОДОМ</h4>  <p>Олимпийские игры в Котсуольде (1612 г.) соревнования в игре в мяч, в беге, в борьбе, фехтовании, в стрельбе из лука, конные соревнования, соревнования по поднятию тяжестей, отдых и угощения посетителей</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">фитнес-программа</th> <th>силовые</th> <th>групповые</th> <th>игровые</th> <th>бассейн</th> <th>открытые площадки</th> <th>неспортивные занятия</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>силовые программы</td> <td>силовые тренажеры</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>силовые программы</td> <td>кардио тренажеры</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>групповые программы</td> <td>зал для групповых занятий</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>игровые программы</td> <td>универсальный зал, многофункциональный зал</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>занятия на воде</td> <td>оздоровительный бассейн; детский бассейн</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия	силовые программы	силовые тренажеры							силовые программы	кардио тренажеры							групповые программы	зал для групповых занятий							игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							<h4>ШКОЛЫ</h4>  <p>Школа «Дом радости» (1425 г.) тренировки по бегу, борьбе, фехтованию и плаванию</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">фитнес-программа</th> <th>силовые</th> <th>групповые</th> <th>игровые</th> <th>бассейн</th> <th>открытые площадки</th> <th>неспортивные занятия</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>силовые программы</td> <td>силовые тренажеры</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>силовые программы</td> <td>кардио тренажеры</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>групповые программы</td> <td>зал для групповых занятий</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>игровые программы</td> <td>универсальный зал, многофункциональный зал</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>занятия на воде</td> <td>оздоровительный бассейн; детский бассейн</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия	силовые программы	силовые тренажеры							силовые программы	кардио тренажеры							групповые программы	зал для групповых занятий							игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия																																																																																										
силовые программы	силовые тренажеры																																																																																																
силовые программы	кардио тренажеры																																																																																																
групповые программы	зал для групповых занятий																																																																																																
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал																																																																																																
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн																																																																																																
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия																																																																																										
силовые программы	силовые тренажеры																																																																																																
силовые программы	кардио тренажеры																																																																																																
групповые программы	зал для групповых занятий																																																																																																
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал																																																																																																
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн																																																																																																

ТЕРМАЛЬНЫЕ КУРОРТЫ

  <p>Термальный курорт Карловы Вары (16 в.) занятия гимнастикой, плавание, термальные процедуры, отдых</p>	
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
силовые программы	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 4 **Глава 1. §1.1** **Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека**

НОВОЕ ВРЕМЯ (1640 г. - 1945 г.)

СТАДИОНЫ

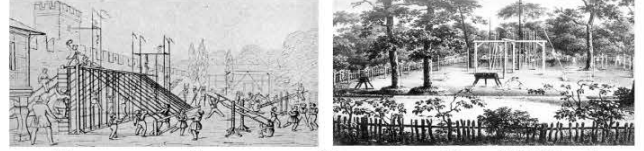


Арена Чивика в Милане (1807 г.)
соревнования по игре в мяч, гимнастике, метанию копья, толканию ядра, скачки, навмахии



функциональные направления	программы оздоровления						
	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытый бассейн	используемые занятия	
силовые тренировки	красно						
групповые тренировки							
игровые программы			зелено				
на воде							

ТУРНИПЛАЦ



Турниплаг Фридриха Людвиг Яна (1811 г.)
тренировки по борьбе, фехтованию, занятия на снарядах, гимнастика, бег



функциональные направления	программы оздоровления						
	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытый бассейн	используемые занятия	
силовые тренировки	красно						
групповые тренировки							
игровые программы			зелено				
на воде							

ТРЕНАЖЕРНЫЕ ЗАЛЫ



Механотерапия Густава Цандера (1865 г.)
тренажеры имитирующие бег, греблю, езду на лошади, поднятие тяжестей, стрельбу из лука



функциональные направления	программы оздоровления						
	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытый бассейн	используемые занятия	
силовые тренировки	красно						
групповые тренировки							
игровые программы			зелено				
на воде							

ЗАЛЫ ДЛЯ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ

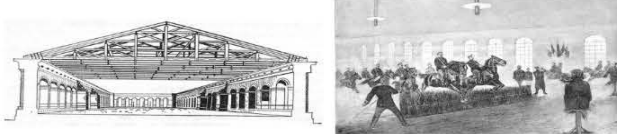


Бальный зал во дворце (18-19 вв.)
проведение балов, занятия танцами, гимнастикой



функциональные направления	программы оздоровления						
	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытый бассейн	используемые занятия	
силовые тренировки							
групповые тренировки							
игровые программы			зелено				
на воде							

МАНЕЖ



Конногвардейский манеж в Санкт-Петербурге (1807 г.)
обучение езды на лошадях, общая физическая подготовка



функциональные направления	программы оздоровления						
	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытый бассейн	используемые занятия	
силовые тренировки	красно						
групповые тренировки							
игровые программы			зелено				
на воде							

КРЫТЫЕ БАССЕЙНЫ

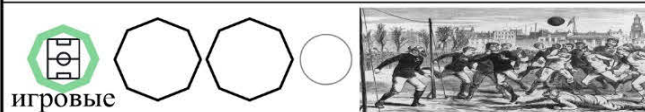


Бассейн города Рубе, Франция (1932 г.)
обучение плаванию, общая физическая подготовка, массаж



функциональные направления	программы оздоровления						
	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытый бассейн	используемые занятия	
силовые тренировки							
групповые тренировки							
игровые программы				зелено			
на воде				голубо			

ПЛОЩАДКИ ДЛЯ ИГРЫ С МЯЧОМ



командные игры (футбол, регби, гандбол), бег, гимнастика, тренировки перед играми

функциональные направления	программы оздоровления						
	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытый бассейн	используемые занятия	
силовые тренировки							
групповые тренировки							
игровые программы			зелено				
на воде							

МИНЕРАЛЬНЫЕ КУРОРТЫ



Курорт Эссентуки (1847 г.)
гимнастика, тренажерный зал, катание на лошадях, танцы, минеральные ванны, активный отдых

функциональные направления	программы оздоровления						
	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытый бассейн	используемые занятия	
силовые тренировки	красно						
групповые тренировки							
игровые программы			зелено				
на воде							

Илл. 5	Глава 1. §1.1	Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека
--------	---------------	---------------------------------------------------------------------------

СОВРЕМЕННЫЙ ПЕРИОД (1945 г. - наши дни)

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ



Ледовый дворец



Спортивная арена

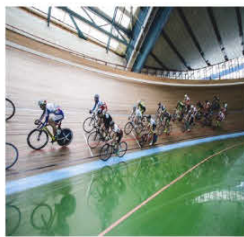


Спорткомплекс

командные виды спорта:
футбол, хоккей, волейбол,
баскетбол, теннис



игровые



Велотрек



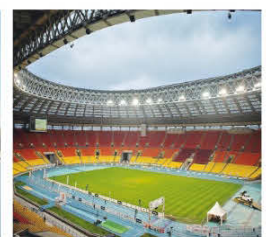
Ипподром



Спорткомплекс



Гребной канал



Спортивная арена

борьба, конный спорт, лыжи, велоспорт,
стрельба, сани, бобслей, легкая и тяжелая
атлетика, гребля, гимнастика



игровые



силовые



Бассейн



на воде



Глубоководный бассейн

плавание, прыжки в воду, синхронное
плавание, дайвинг, водное поло



Спортивно-тренировочная база



игровые



силовые



на воде



игровые



силовые



на воде



Детско-юношеская спортивная школа (ДЮСШ)

программы и мероприятия		функциональные направления					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	вспомогательные занятия
силовые программы	силовые тренировки						
	кардио тренировки						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал						
	многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

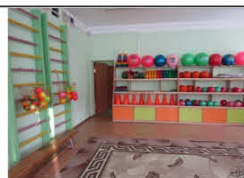
ПОДДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ФОРМЫ



игровые



на воде



Универсальные спортивные залы и оздоровительные бассейны в ДДУ и школах



на воде



игровые



силовые

Дом физкультуры и спорта (ведомственные), Физкультурно-оздоровительный комплекс (ФОК)

Илл. 6

Глава 1. §1.1

Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека

I ПОКОЛЕНИЕ

Первый фитнес-центр в Мире
1947г. VicTenny Health Club



Первый фитнес-центр в России
1989г. World Class



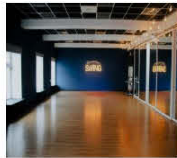
II ПОКОЛЕНИЕ



Универсальные спортивные залы и оздоровительные бассейны в ДДУ и школах

Отдельностоящие универсальные спортивные залы

III ПОКОЛЕНИЕ



Спортивные кружки, школы, студии, клубы, центры и секции для взрослых (йога, танцы, единоборства, различные виды спорта), залы с тренажерами, велнес

программы оздоровления		функциональное оздоровление					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	используемые залы
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн, детский бассейн						



Фитнес-центр - многофункциональный комплекс, рассчитанный на проведение занятий, объединенных в фитнес-программы для индивидуальных и групповых посещений, ориентированный на конкретные социальные группы потребителей с соответствующими потребностями и рекомендуемыми для них программами оздоровления, что является определяющим для оптимального функционального состава комплекса, его объемно-пространственного решения, вместимости и расположения в структуре города.

Илл. 7	Глава 1. §1.1	Анализ исторических сооружений для физического совершенствования человека
--------	---------------	---------------------------------------------------------------------------

ИЗБРАННЫЕ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ФИТНЕС-ПРОГРАММ:

1. Игровая фитнес-технология в системе двигательной активности мужчин зрелого возраста 2017 — кандидат наук Перевозникова, Наталия Игоревна.





















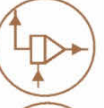


2. Индивидуальная оздоровительно-силовая подготовка женщин, занимающихся в фитнес - клубе 2008 — кандидат педагогических наук Плаксина, Ольга Игоревна.

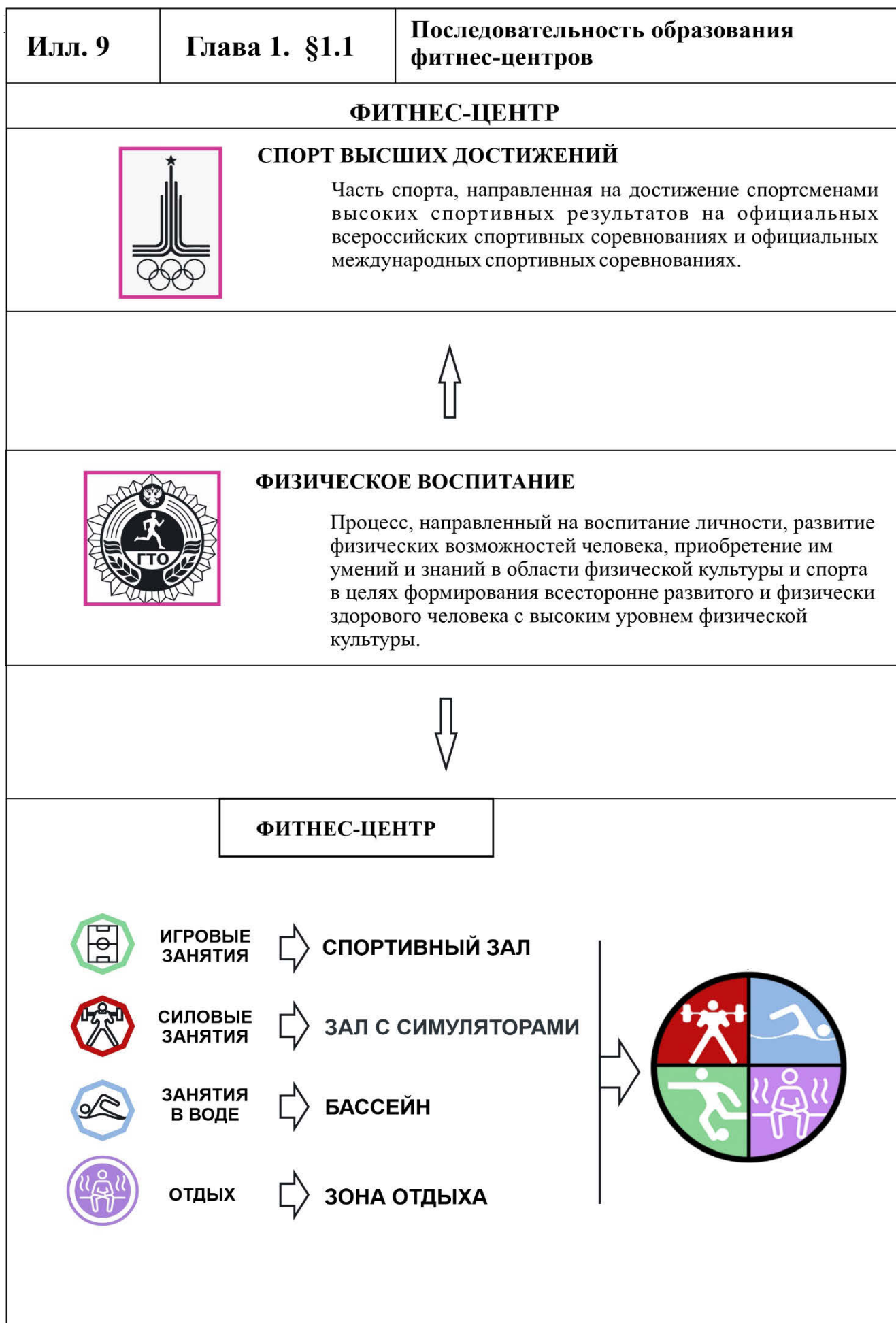
3. Формирование у будущих специалистов по физической культуре и спорту специальных профессиональных компетенций для работы в оздоровительном фитнесе 2009 — кандидат педагогических наук Волков, Константин Дмитриевич

4. Методика занятий фитнесом кенгу джампс в процессе физического воспитания студенток вуза 2022 — кандидат наук Ратманская Татьяна Игоревна

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОГРАММ ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ВЫЯВЛЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ЗОН

фитнес-программа / функциональные зоны	силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	отдых, неспортивные услуги
бег						
метание молота/копья						
фехтование						
борьба						
прыжки						
акробатика						
поднятие тяжестей						
гребля						
скачки						
гимнастика						
плавание						
танцы						
игры с мячом						
занятия с собственным весом						
занятия с тренажерами						
занятие со свободным весом						
массаж						
термо-процедуры						

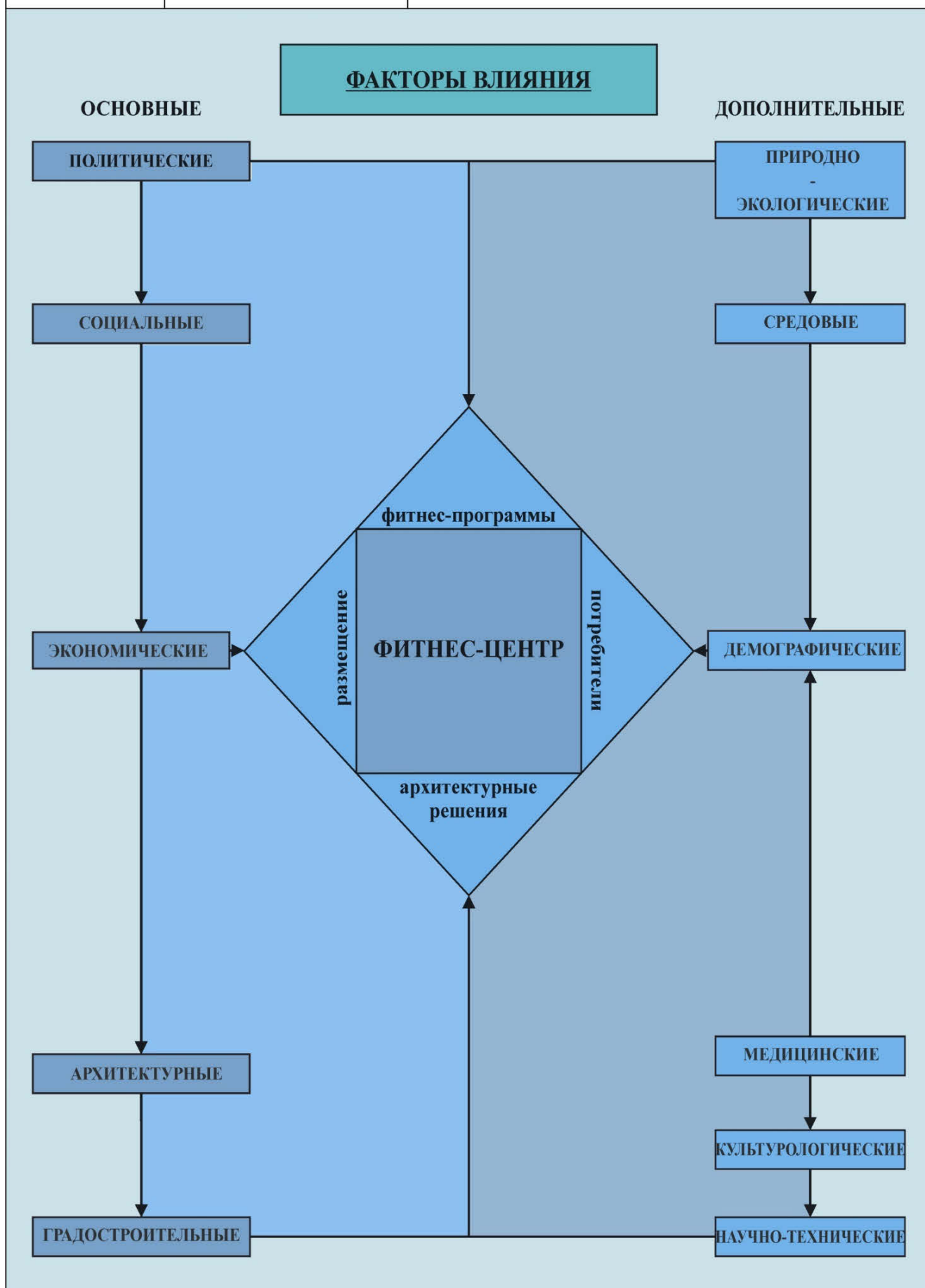
Илл. 8	Глава 1. §1.1		Понятие фитнеса и классификация фитнес-программ	
<p>Силовые программы</p>   <ul style="list-style-type: none"> - Кроссфит - Тай-бо - Фитбокс - Body Sculpt - Будокон (будокан) - Римп-аэробика - Кик-аэробика - Пауэрлифтинг - Интервальные тренировки - Кардиотренировки 	<p>Групповые занятия</p>  <ul style="list-style-type: none"> - BOSU - Калланетика - Скандинавская ходьба - Пилатес - Фитнес-йога - Тайчи - Степ-аэробика - Растяжка - Калари-Пайату - Pole dance - Фитбол-аэробика - Слайд-аэробика 	<p>Игровые программы</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Хореография - Байлотерапия - Танец живота - Фитнес-кагание на роликовых коньках - Зумба-аэробика - Танцевальная аэробика 	<p>Занятия в бассейне</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Аквааэробика - Плавание - Водное поло - Глубоководное плавание 	
Формирование функциональных зон фитнес-центра				
<p>Силовые тренировки</p> 	<p>Кардио тренировки</p> 		 <p>- Многофункциональный зал - Универсальный зал</p>	 <p>- Плавательный бассейн - Оздоровительный бассейн - Детский бассейн</p>
Сервисная зона				
        	<p>Салон красоты</p> <p>Медицинские услуги</p> <p>Косметология</p> <p>Магазин</p>	<p>Зона отдыха</p> <p>СПА</p> <p>Массаж</p> <p>Сауна</p>		
Инженерная зона				
   	<p>Раздевалки</p> <p>Водоснабжение</p> <p>Водоотведение</p> <p>Электрооборудование</p>			






Илл. 10



Глава 1. §1.2

Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров



Илл. 11	Глава 1. §1.2	Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров
 ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ – факторы формирующие стратегию размещения фитнес-центров в структуре территорий.		
<ul style="list-style-type: none"> ● МЕСТОПОЛОЖЕНИЕ <ul style="list-style-type: none"> - в структуре города: районные, муниципальные, микрорайонные, рекреационные. - в объектах различного назначения: образовательные учреждения, гостиницы, санатории, больницы, аэропорты, военные базы, спортивные комплексы, деловые общественные центры, развлекательные комплексы, производства и тд. - в зависимости от охранных зон: инженерных сетей, водоемов, высотного регламента, исторической застройки и тд. - в зависимости от окружающей инфраструктуры территории: жилые комплексы, общественно-деловые комплексы, спортивные сооружения, развлекательные парки, торговые комплексы и т.д. ● ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЙ КОНТЕКСТ <ul style="list-style-type: none"> - размещение фитнес-центров на отведенном участке согласно проекту планировки территории; - размещение фитнес-центров в сложившейся градостроительной ситуации (уплотнительная застройка); - размещение фитнес-центров в качестве градостроительного акцента; - размещение фитнес-центров на самостоятельных рекреационных территориях. ● ТРАНСПОРТНАЯ И ПЕШЕХОДНАЯ ДОСТУПНОСТЬ <p>I уровень - микрорайонный (квартальный). Расположение фитнес-центров в пределах 5-минутной пешеходной доступности. Предназначены для обеспечения базовой физической подготовки и ежедневного активного отдыха. (Встроенные в жилые дома сетевые фитнес-центры - тренажерные залы. Плоскостные сооружения).</p> <p>II уровень - универсальный фитнес-центр для размещения в микрорайоне или для нескольких микрорайонов — не более чем 30-минутная пешеходная доступность.</p> <p>III уровень - универсальный или многофункциональный фитнес-центр в составе муниципального образования — 30-минутная транспортная доступность.</p> <p>IV уровень - многофункциональный общегородской фитнес-центр - свыше 30-минутной транспортной доступности.</p> <p>V уровень - загородные специализированные и многофункциональные комплексы - время доступности не ограничено.</p> ● БЛАГОУСТРОЙСТВО ТЕРРИТОРИИ <ul style="list-style-type: none"> - благоустройство жилых дворов с размещением плоскостных спортивных площадок; - благоустройство территорий фитнес-центров с размещением плоскостных спортивных площадок; - благоустройство территорий фитнес-центров с организацией общественных пространств. 		

Илл. 12	Глава 1. §1.2	Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров
 АРХИТЕКТУРНЫЕ ФАКТОРЫ – факторы формирующие создание архитектурных объектов.		
<ul style="list-style-type: none"> ● ПЛАНИРОВОЧНЫЕ РЕШЕНИЯ <ul style="list-style-type: none"> - компоновка помещений в зависимости от функциональных зон, технологии фитнес задач; - компоновка помещений в зависимости от окружающей застройки (<i>КЕО и инсоляция</i>); - компоновка помещений в зависимости от инженерно-конструктивных решений; - компоновка помещений в зависимости от требований к генплану; - создание доступной среды. ● ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННЫЕ РЕШЕНИЯ <ul style="list-style-type: none"> - компоновка объекта согласно градостроительной задаче: доминанта, контекст; - компоновка объекта согласно размещению: встроенные, самостоятельные, приспособленные; - компоновка объекта согласно высотным характеристикам отдельных функциональных зон. ● ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ОБРАЗ <ul style="list-style-type: none"> - совокупность планировочных и объемно-пространственных решений; - использование современных фасадных технологий; - использование современных технологий строительства; - создание образа в зависимости от личных компетенций архитектора. 		
 ПОЛИТИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ – факторы выраженные в государственной политике направленной на физическое оздоровление общества.		
<ul style="list-style-type: none"> ● ПОЛИТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА <ul style="list-style-type: none"> - формирование нормативно-правовой базы (<i>законы, Постановления, ГОСТы, СНиПы, СП</i>); - формирование основных направлений развития общества (<i>программы развития и сохранения здоровья</i>); - определение главных нравственно-моральных ориентиров общества (<i>патриотическое воспитание, ГТО</i>). ● ПОЛИТИЧЕСКИЕ ТЕНДЕНЦИИ <ul style="list-style-type: none"> - внутренняя и внешняя политика государства направленная на развитие спорта высших достижений и сопутствующей инфраструктуры (<i>олимпийское движение, чемпионаты</i>); - сохранение исторических видов спорта и популяризация массового спорта (<i>лапта, народные марафоны</i>); - активная государственная политика на развитие спорта маломобильных групп населения (<i>паралимпийские игры</i>). ● ПОЛИТИЧЕСКИЙ ЗАПРОС <ul style="list-style-type: none"> - планирование развития общества (<i>увеличение продолжительности жизни - изменение пенсионного возраста</i>); - укрепление основных традиционных ценностей (популяризация спорта, увеличение рождаемости); - создание новых программ в социальной политике (<i>доступная среда, здоровье нации</i>). 		

Илл. 13	Глава 1. §1.2	Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров
 <p>НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ – факторы направленные на поиск новых методов и технологий развития физических возможностей человека.</p>		
<ul style="list-style-type: none"> ● ИНЖЕНЕРНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ <ul style="list-style-type: none"> - разработка новых технологических решений для спортивного оборудования и тренажеров; - разработка новых инженерных и конструктивных решений, новых методов строительства (<i>новые типы оболочек, пневматические оболочки</i>); - разработка новых строительных материалов (<i>энергосберегающее стекло</i>). ● БИОФИЗИЧЕСКИЕ И БИОХИМИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ <ul style="list-style-type: none"> - разработка новых технологий восстановления или усиления функций тела (<i>экзоскелет</i>); - разработка новых принципов эффективного питания; - разработка новых методик пребывания человека в активных средах (<i>барокамера, аэротруба</i>); - разработка новых биологически активных добавок. ● НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ <ul style="list-style-type: none"> - разработка новых спортивных и фитнес программ; - подготовка квалифицированных тренеров и инструкторов по спортивным и фитнес направлениям; - адаптация различных физических практик в спортивные фитнес программы. 		
 <p>МЕДИЦИНСКИЕ ФАКТОРЫ – факторы направленные на поддержание и улучшения здоровья.</p>		
<ul style="list-style-type: none"> ● СПЕЦИАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА И ОТДЫХА <ul style="list-style-type: none"> - занятие фитнесом, как элемент медицинских процедур (<i>реабилитация, ЛФК</i>); - активный отдых в различных природных условиях (<i>канатные парки, батутные комплексы</i>); - назначение специализированных фитнес программ, как метода лечения. ● СПЕЦИАЛЬНЫЕ ГРУППЫ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ <ul style="list-style-type: none"> - потребители с вариантными физическими возможностями; - потребители с профессиями требующими высокой физической подготовки (<i>работники авиотранспорта, военнослужащие</i>); - потребители являющиеся профессиональными спортсменами. ● СПЕЦИАЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ПРОГРАММЫ <ul style="list-style-type: none"> - индивидуальные программы оздоровление с личным тренером; - спортивные программы для проведения фитнеса в социальных объектах (<i>больницы, санатории, детские образовательные учреждения</i>). - персональные спортивные программы для экстремальной профессиональной деятельности (<i>космонавты</i>). 		

Илл. 14

Глава 1. §1.2

Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров



СОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ – факторы выраженные в характеристиках потребителя.

- **ГРУППЫ НАСЕЛЕНИЯ ПО ДОХОДАМ**
 - малообеспеченные (*в рамках социальных программ*);
 - средний класс (*служащие, рабочие*);
 - обеспеченные (*бизнесмены, гос. чиновники*).
- **ГРУППЫ НАСЕЛЕНИЯ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**
 - учащиеся;
 - служащие;
 - рабочие;
 - пенсионеры;
 - специальные профессии.
- **СОЦИАЛЬНЫЙ ЗАПРОС, МОДА**
 - «философия успешного человека»;
 - новые спортивные и неспортивные услуги (*аэройога, соляная пещера*);
 - формирование эстетики красивого тела.



ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ – факторы влияющие на покупательную способность потребителей и структуру потребления.

- **РОСТ БЛАГОСОСТОЯНИЯ**
 - уровень безработицы;
 - уровень и темпы инфляции;
 - колебания курса рубля;
 - система налогообложения и кредитования.
- **УРОВЕНЬ СПРОСА И ПРЕДЛОЖЕНИЯ НА РЫНКЕ**
 - развитие отрасли (спортивных услуг);
 - поддержка правительства;
 - отстройка от конкурентов.
- **БИЗНЕС ТЕХНОЛОГИИ**
 - предложения новых спортивных и неспортивных услуг;
 - повышение эффективности работы персонала (*подготовка тренерского состава*);
 - разработка новых видов бизнес-стратегий (*объединения фитнес-центров с крупными спортивными и неспортивными агломерациями*).

Илл. 15

Глава 1. §1.2

Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров



ПРИРОДНО-ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ – факторы выраженные в зависимости архитектурно-планировочных решений от географических условий.

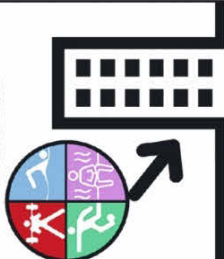


- **КЛИМАТ**
 - влияние на размещение различных типов открытых площадок (*каток, бассейны, скалодром*);
 - размещение фитнес-центров, как сопутствующей функции спортивно-развлекательных открытых центров (*фитнес-центр при яхт-клубах, при теннисных кортах, при горнолыжных курортах*);
 - использование климатических особенностей для решения инженерно-технических задач (*солнечная энергия*);
 - использование климатических особенностей для проведения оздоровительных процедур (*естественные термальные ванны, грязи*).
- **РЕЛЬЕФ**
 - влияние на создание концепции архитектурного образа;
 - использование особенностей рельефа для создания открытых спортивных площадок.
- **ГЕОГРАФИЧЕСКОЕ ПОЛОЖЕНИЕ**
 - использование местных географических особенностей;
 - расчет коэффициента естественного освещения;
 - расчет ветровых и снеговых нагрузок.



КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ – факторы выраженные в зависимости от традиций и национальных контекстов современного общества.

- **РЕЛИГИОЗНЫЕ ТРАДИЦИИ**
 - портрет потребителя;
 - влияние на распределение потребителей в функциональных зонах;
 - влияние на методы ведения спортивных занятий.
- **ИСТОРИКО-ЭТНОГРАФИЧЕСКИЕ ТРАДИЦИИ**
 - портрет потребителя;
 - формируют спрос на традиционные виды спорта данного региона;
 - использование традиционных архитектурных особенностей данного региона.

Илл. 16	Глава 1. §1.2	Основные факторы, влияющие на формирование фитнес-центров
<div data-bbox="264 356 461 546" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="507 376 1334 517" data-label="Section-Header"> <p>ДЕМОГРАФИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ – факторы выраженные в возрастном и гендерном составе потребителя.</p> </div>		
<ul style="list-style-type: none"> ● ВОЗРАСТНОЙ СОСТАВ <ul style="list-style-type: none"> - не влияет на состав функциональных зон; - влияет на типы спортивных программ; - влияет на режим работы фитнес-центров. ● ГЕНДЕРНЫЙ СОСТАВ <ul style="list-style-type: none"> - влияет на типы спортивных программ; - влияет на состав дополнительных неспортивных услуг; - влияет на наличие дополнительного сервиса (<i>детская комната</i>). 		
<div data-bbox="264 1182 461 1373" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="507 1205 1385 1346" data-label="Section-Header"> <p>СРЕДОВЫЕ ФАКТОРЫ – факторы формирующие новые условия для занятия спортом.</p> </div>		
<ul style="list-style-type: none"> ● НОВЫЕ ФОРМЫ РАЗВЛЕЧЕНИЙ <ul style="list-style-type: none"> - новые командные игры с испытаниями (<i>спортивно-интеллектуальные</i>); - варианты гольф-площадок; - конно-развлекательные центры. ● НОВЫЕ ОБЩЕСТВЕННЫЕ ПРОСТРАНСТВА <ul style="list-style-type: none"> - общедоступные тренажеры и спортивные площадки в открытых рекреационных зонах; - фитнес-центр, как новый общественно-деловой центр; - фитнес-центр дневного пребывания (<i>семейный спортивный отдых</i>); - велнесс-центры. ● ВИРТУАЛЬНЫЕ СИСТЕМЫ <ul style="list-style-type: none"> - киберспорт, киберпространства; - киберфитнес в условиях пандемии. 		

Илл. 17		Глава 1. §1.2		Социальная модель							
Характеристики Вид модели	I социальная модель «Базовая» 	II социальная модель «Многопрограммная» 	III социальная модель «Избирательная», «Специализированная» 	Возраст	Род занятий	Совместимость	Вовлеченность	Специальные группы	Уровень дохода	Фитнес-программы	
	7-80 лет	7-80 лет	Согласно медицинским показателям	- постоянные потребители; - новые потребители; - вынужденные потребители	- физическая форма; - ЗОЖ; - инвалиды; - профессиональная необходимость	- социальные; - специальные	- силовые кардио групповые на воде	- постоянные потребители; - новые потребители; - вынужденные потребители	- физическая форма; - ЗОЖ; - инвалиды; - профессиональная необходимость	- социальные; - специальные	- силовые кардио групповые на воде
	- семьи; - инвалиды; - посетители с ОФВ - ЗОЖ	- учащиеся; - служащие; - рабочие; - иждивенцы; - пенсионеры	- семьи; - инвалиды; - спец. группы; - посетители с ОФВ - ЗОЖ	- ЗОЖ; - постоянные потребители; - новые потребители; - вынужденные потребители; - потенциальные потребители; - фито-зависимые	- потребители по роду занятий; - потребители по медицинским показателям	- социальные; - специальные; - VIP клиенты	- силовые кардио групповые на воде игровые на открытом воздухе				

Илл. 18

Глава 1. §1.3

Современные требования к фитнесу.
Классификация потребителей фитнес-программ

КЛАССИФИКАЦИЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ

ВОЗРАСТНОЙ СОСТАВ:

- ОТ 0 - 6
- ОТ 7 - 17
- ОТ 18 - 25
- ОТ 26 - 35
- ОТ 36 - 45
- ОТ 46 - 60
- ОТ 61 - 100

РОД ЗАНЯТИЙ:

- УЧАЩИЕСЯ
- СЛУЖАЩИЕ
- РАБОЧИЕ
- ВОЕННЫЕ
- ПЕНСИОНЕРЫ

СОВМЕСТИМОСТЬ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ:

- СЕМЬЯ
- ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ
- КОМПАНИИ
- СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ГРУППЫ

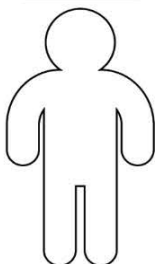
ВОВЛЕЧЕННОСТЬ:

- ПОСТОЯННЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ
- НОВЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ
- ПОТЕНЦИАЛЬНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ
- ВЫНУЖДЕННЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ГРУППЫ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ:

- ФИЗИЧЕСКАЯ ФОРМА
 - * ЗОЖ
 - * ФИТО-МОДЕЛЬ
 - * ИНВАЛИДЫ
- ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ НЕОБХОДИМОСТЬ
 - * ТРЕНЕРЫ
 - * СПОРТСМЕНЫ
 - * ЭКСТРЕННЫЕ СЛУЖБЫ (МВД, МИС, ОХРАНА)
- ТУРИСТЫ / ПУТЕШЕСТВЕННИКИ

М / Ж



УРОВЕНЬ ДОХОДА

Список иллюстраций к главе 2
Отечественный и зарубежный опыт проектирования и строительства
фитнес-центр

- Илл. 19. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр MFitness в Винер-Нойштадт, Австрия..... 27
- Илл. 20. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр для людей с ограниченными возможностями в Финикс, США 28
- Илл. 21. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр Moffet Gateway Club в Саннивейл, США..... 29
- Илл. 22. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр Estudio Preto в Порту-Алегри, Бразилия 30
- Илл. 23. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр в Алькобендас, Испания..... 31
- Илл. 24. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр в Тучэн, Тайланд 32
- Илл. 25. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр HectorBerlioz в Венсен, Франция 33
- Илл. 26. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр в составе спа-комплекса Les Bains Des Docks в Гавре, Франция 34
- Илл. 27. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр и спа загородного клуба Принца Уэльского с Сантьяго, Чили..... 35
- Илл. 28. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Международный опыт. Фитнес-центр Mercator в Амстердаме, Нидерланды..... 36
- Илл. 29. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр ZORGE FITNESS в Уфе..... 37

- Илл. 30. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр PUSHKIN в Уфе..... 38
- Илл. 31. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр в г. Руза, Московская область..... 39
- Илл. 32. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр WorldClass в ТЦ Метрополис в Москве 40
- Илл. 33. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр KometaBlack в ТЦ Неглинная Галерея в Москве 41
- Илл. 34. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр Pride Wellness club в КП Жуковка 21, Московская область 42
- Илл. 35. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр «Orange Fitness Gym» Нижнекамске 43
- Илл. 36. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр в г. Орел..... 44
- Илл. 37. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр Escalada в жилом доме в Москве 45
- Илл. 38. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт. Фитнес-центр в составе теннисного клуба в г. Истра, Московская область 46
- Илл. 39. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр Гуманитарного Университета Профсоюзов 47
- Илл. 40. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр в ТРК Адмирал на Малой Морской ул..... 48
- Илл. 41. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр на ул. Варшавская 49

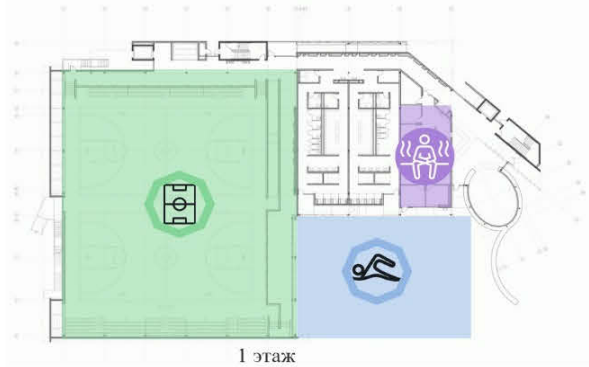
Илл. 42. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр на Левашевском пр.....	50
Илл. 43. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр в Ленинградской области	51
Илл. 44. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр Parus на ул. Парадная.....	52
Илл. 45. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр на Выборгском шоссе	53
Илл. 46. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр на ул. Шувалова.....	54
Илл. 47. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр в ТРК Гранд Каньон на прю Энгельса	55
Илл. 48. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции. Российский опыт на примере Санкт-Петербурга. Фитнес-центр на ул. Туристская.....	56
Илл. 49. Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции	57
Илл. 50. Сводная классификация фитнес-центров. Формирование классификации	58
Илл. 51. Сводная классификация фитнес-центров. Классификация признаков. 59	
Илл. 52. Сводная классификация фитнес-центров. Классификация признаков. 60	
Илл. 53. Сводная классификация фитнес-центров. Классификация признаков. 61	
Илл. 54. Сводная классификация фитнес-центров	62
Илл. 55. Положительные тенденции и нерешенные проблемы развития фитнес-центров в Санкт-Петербурге. SWOT-анализ	63
Илл. 56. Функциональная модель.....	64

Илл. 19

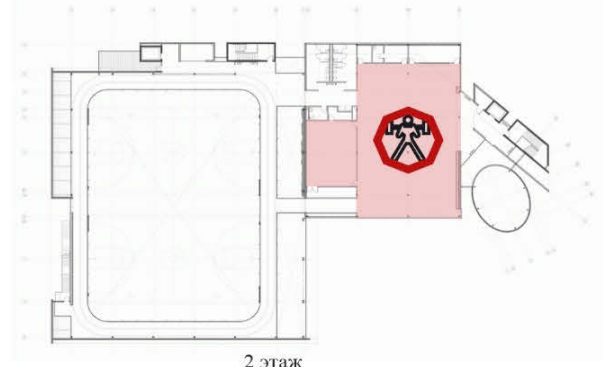
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ
Фитнес-центр для людей с ограниченными возможностями
в Финикс, США



1 этаж

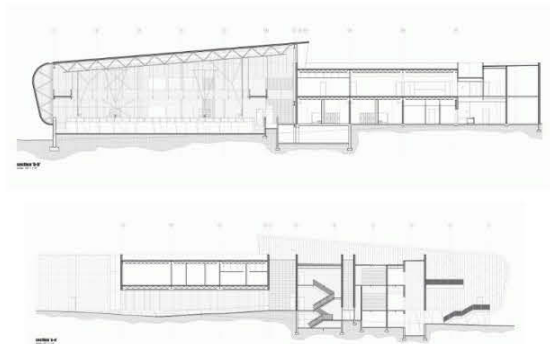


2 этаж

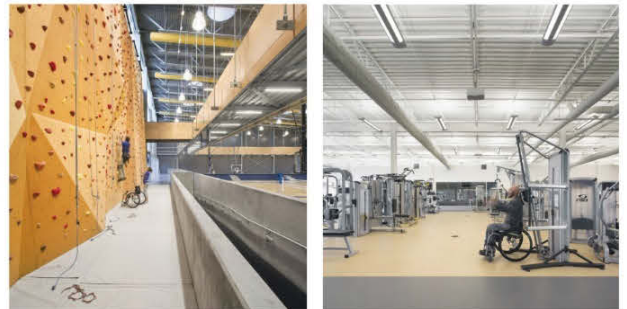
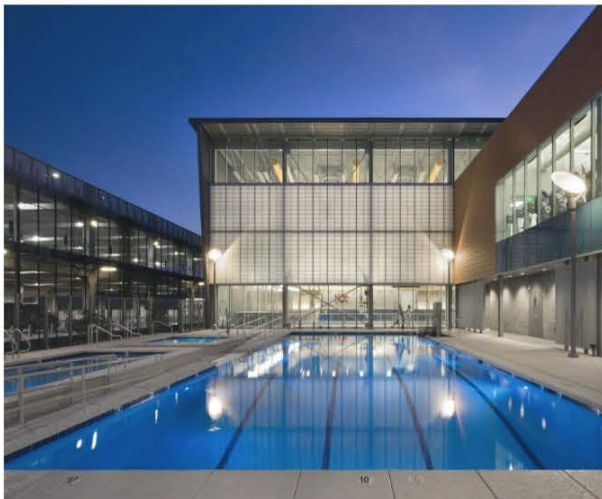
Студия Baldinger Architectural Studio.

Площадь: 4 180 м²

Год: 2012



силовые игровые на воде неспортивные



функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 20

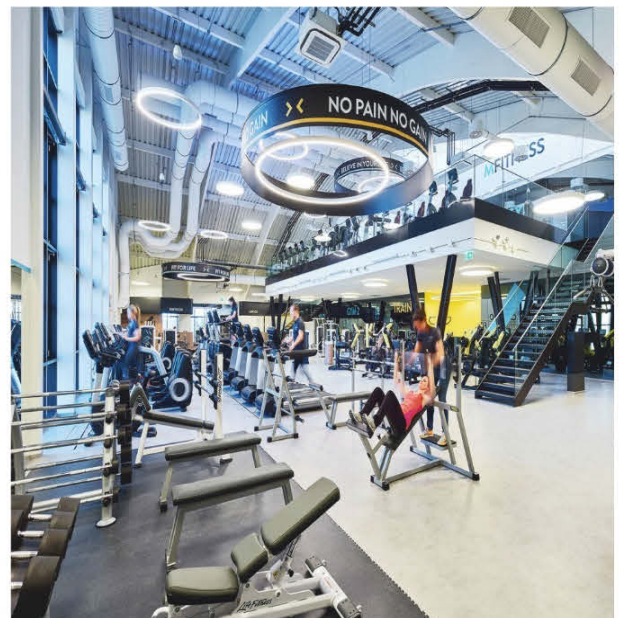
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ
Фитнес-центр MFitness в Винер-Нойштадт, Австрия



Архитекторы: Smertnik Kraut
Площадь: 2 430 м²
Год: 2015



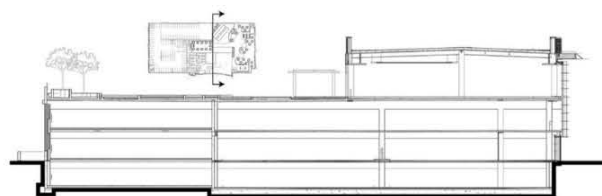
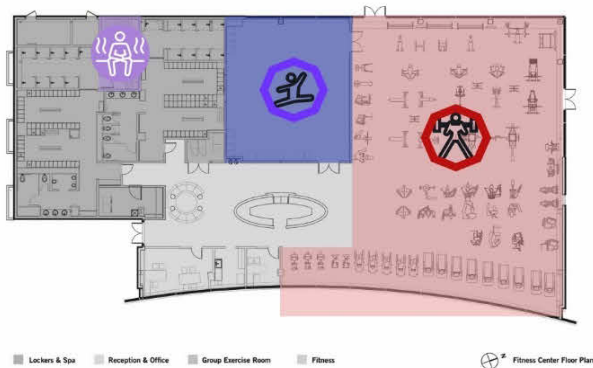
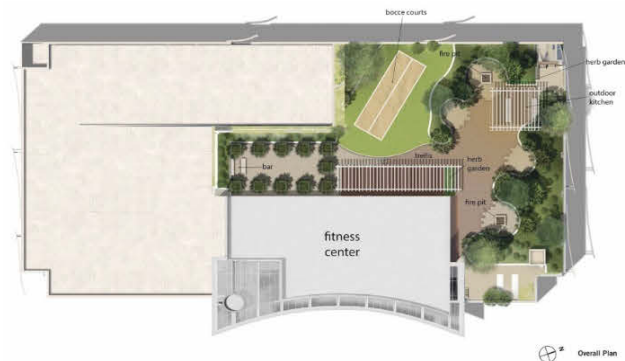
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное зонирование							
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 21

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

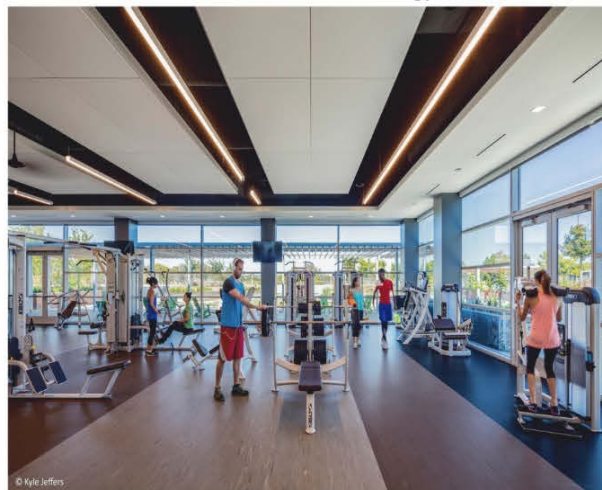
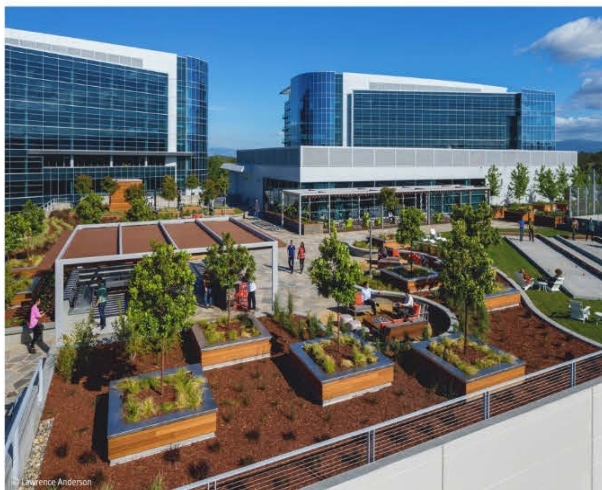
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ
Фитнес-центр Moffett Gateway Club в Саннивейл, США



Архитекторы: DES Architects + Engineers

Площадь: 1 400 м²

Год: 2016



функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры	■					■
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий		■				■
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 22

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

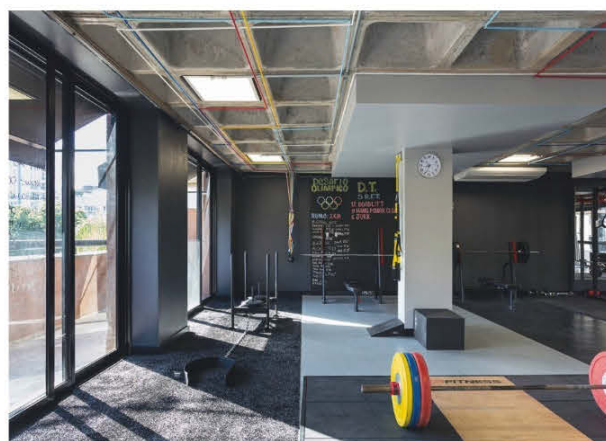
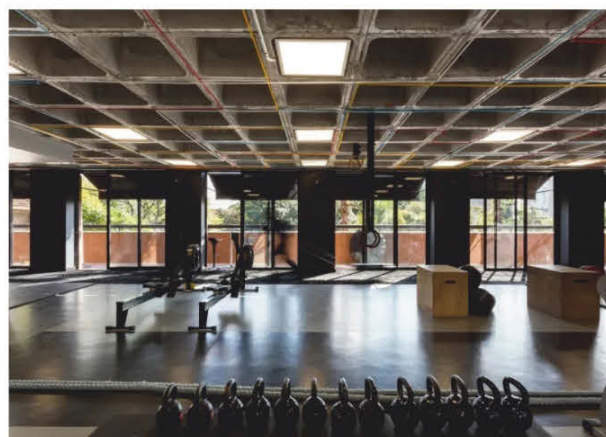
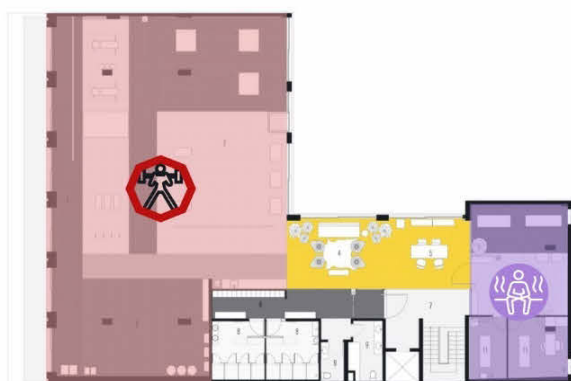
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ
Фитнес-центр Estúdio Pretto в Порту-Алегри, Бразилия



Архитекторы: Arquitetura Nacional
Площадь: 550 м²
Год: 2016



силовые неспортивные



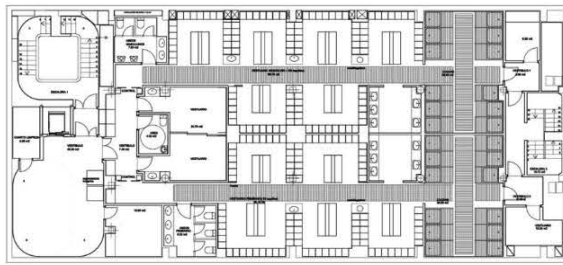
функциональное зонирование		фитнес-программа					открытые площадки	неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн			
силовые программы	силовые тренажеры							
	кардио тренажеры							
групповые программы	зал для групповых занятий							
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							

Илл. 23

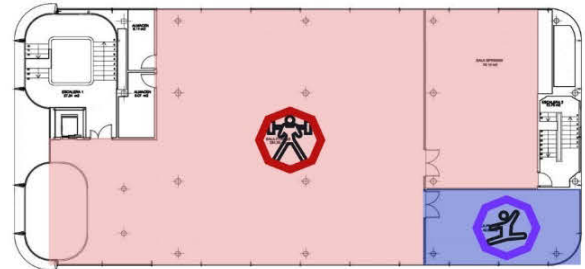
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

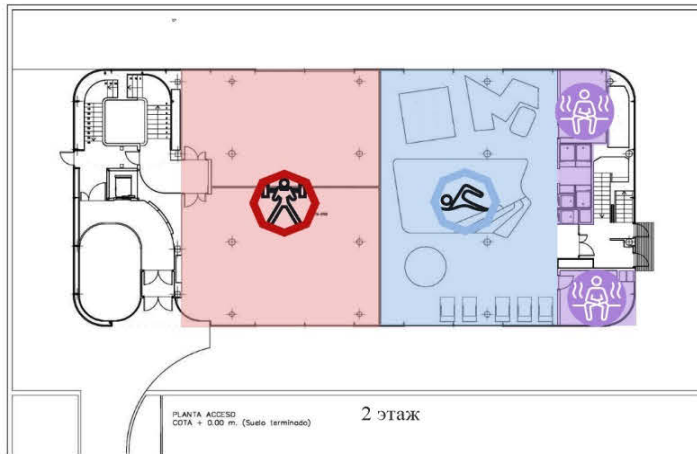
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ
Фитнес-центр в Алькобендас, Испания



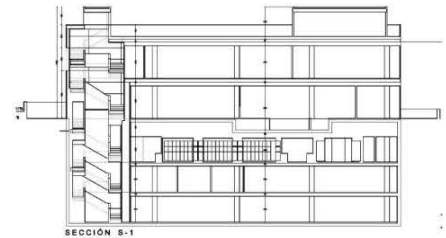
PLANTA VESTUARIOS
COTA + 4.50 m. (Suelo terminado)



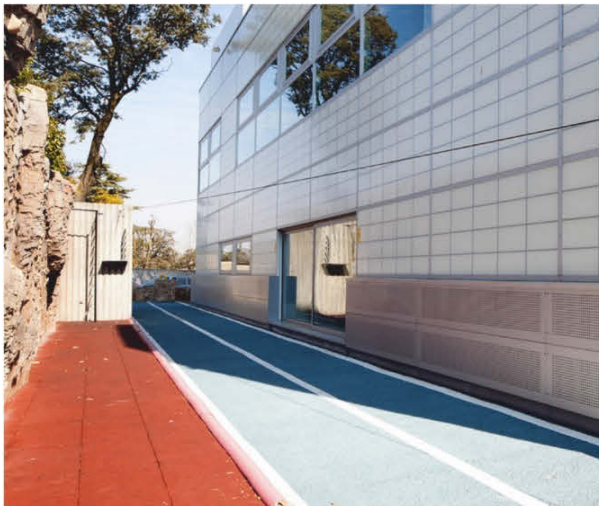
PLANTA PRIMERA
COTA + 4.20 m. (Suelo terminado)



PLANTA ACCESO
COTA + 0.00 m. (Suelo terminado) 2 этаж



Архитекторы: GEO Arquitectos
Площадь: 2570 м²
Год: 2011



функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 24

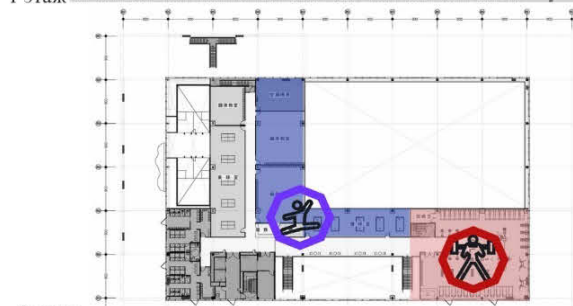
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

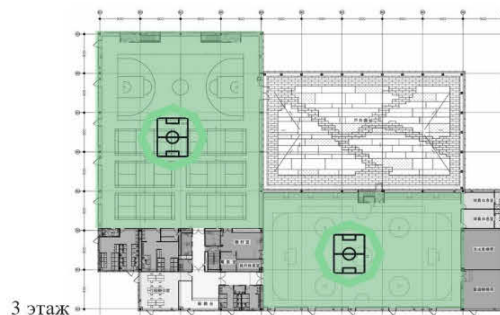
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ Фитнес-центр в Тучэн, Тайланд



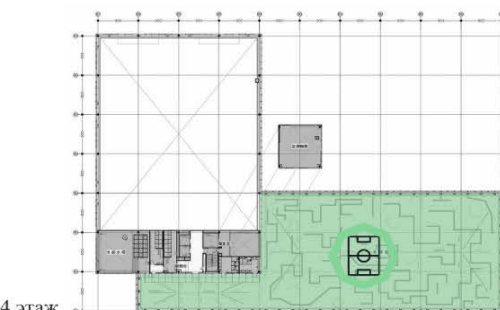
1 этаж



2 этаж



3 этаж



4 этаж



силовые

игровые

групповые

на воде

неспортивные

Архитекторы: Q-Lab
Площадь: 13 790 м²
Год: 2014



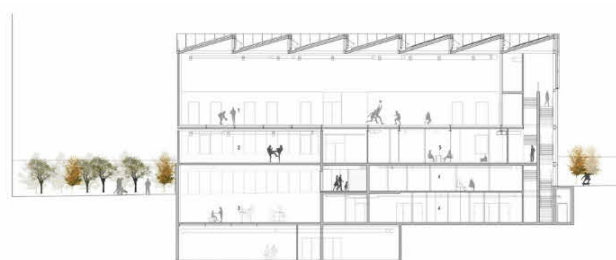
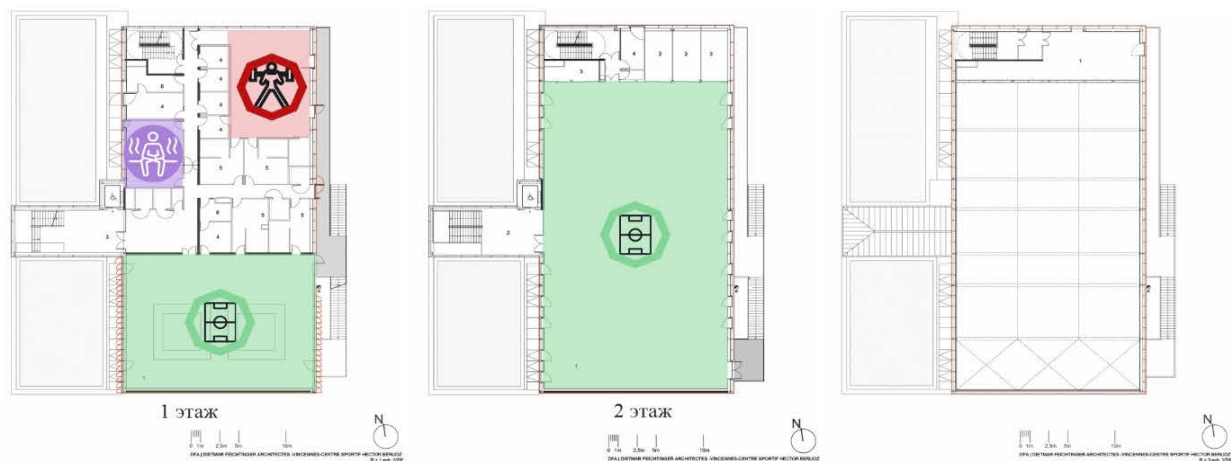
функциональное зонирование		фитнес-программа					спортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 25

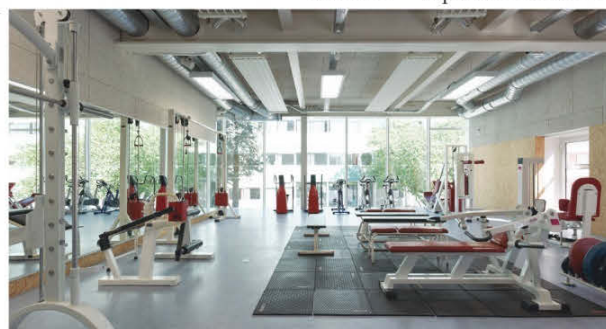
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ Фитнес-центр Hector Verlioz в Венсен, Франция



Архитекторы: Dietmar Feichtinger Architects
Площадь: 13 250 м²
Год: 2013



функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 26

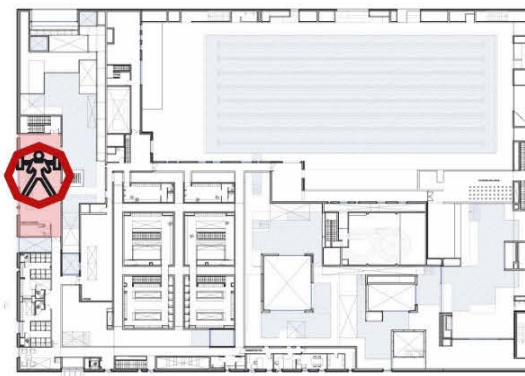
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ
Фитнес-центр в составе спа-комплекса Les Bains Des Docks в Гавре, Франция



1 этаж



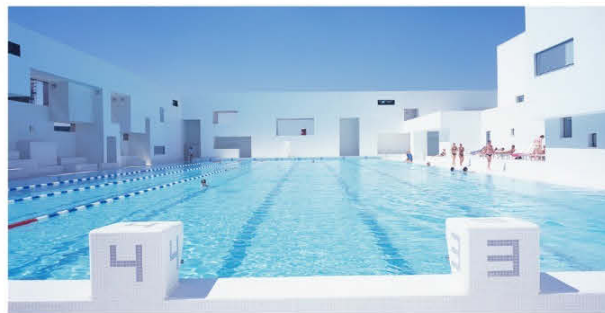
2 этаж



Архитекторы: Ateliers Jean Nouvel
Площадь: 12 000 м²
Год: 2008



силовые на воде неспортивные



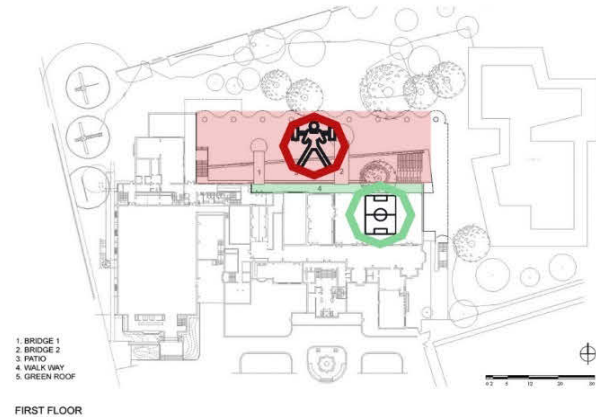
функциональное зонирование		фитнес-программа					открытые площадки	неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн			
силовые программы	силовые тренажеры							
	кардио тренажеры							
групповые программы	зал для групповых занятий							
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							

Илл. 27

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ
Фитнес-центр и Спа загородного клуба Принца Уэльского
в Сантьяго, Чили

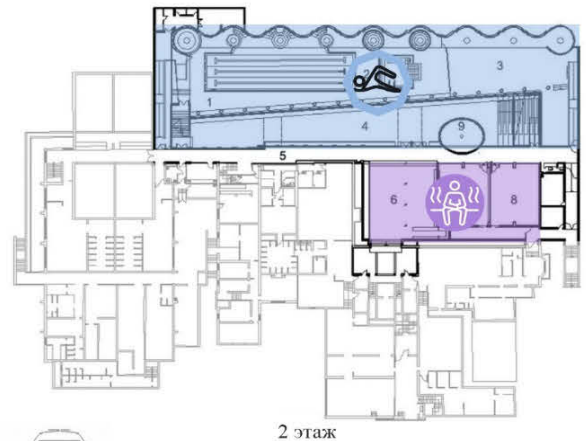


FIRST FLOOR

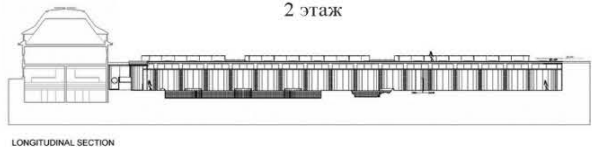
1 этаж

Архитекторы: Loroworks Architects,
PLAN Arquitectos

Год: 2005



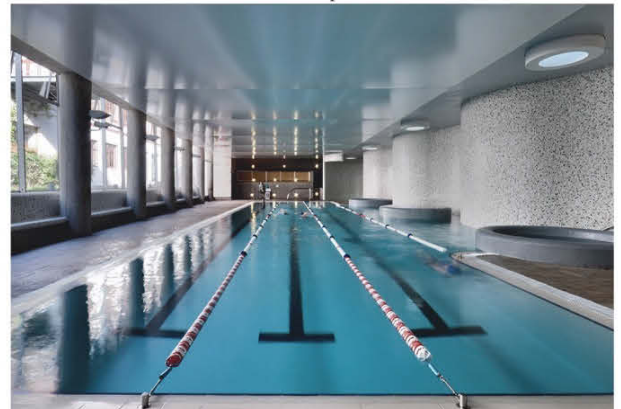
2 этаж



LONGITUDINAL SECTION



CROSS SECTION



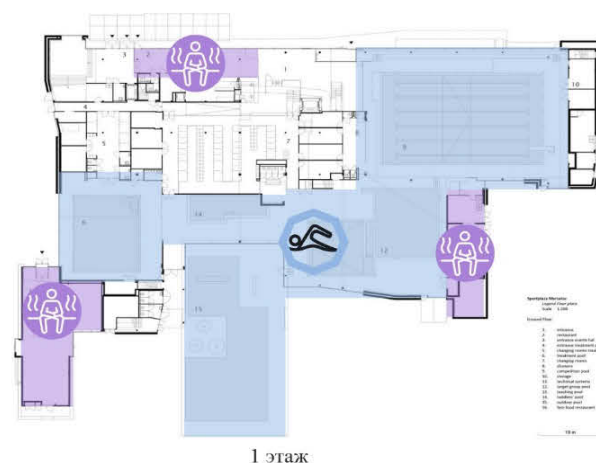
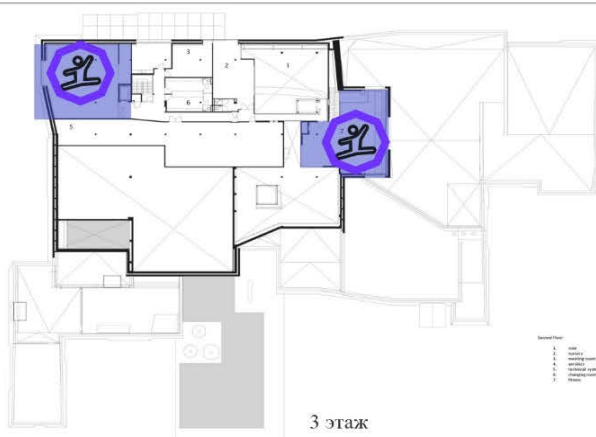
функциональное зонирование		фитнес-программа					открытые площадки	неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн			
силовые программы	силовые тренажеры							
	кардио тренажеры							
групповые программы	зал для групповых занятий							
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							

Илл. 28

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

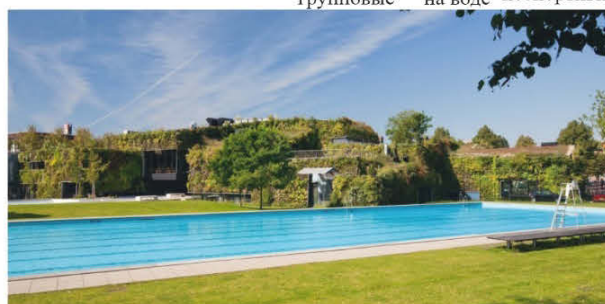
МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ Фитнес-центр Mercator в Амстердаме, Нидерланды



Архитекторы: VenhoevenCS

Площадь: 4 100 м²

Год: 2006



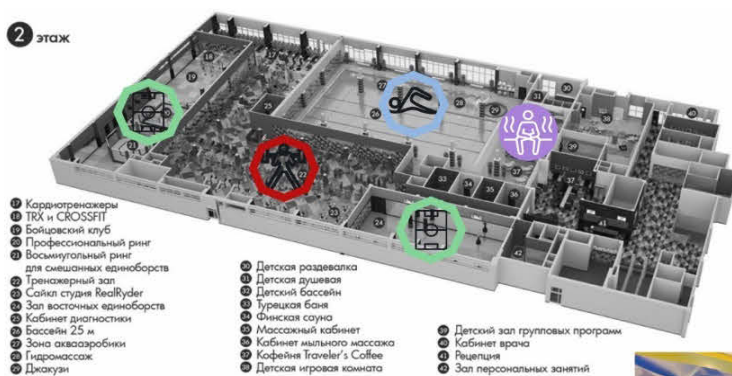
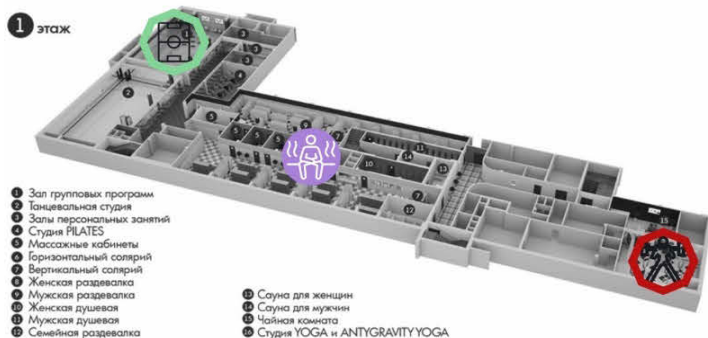
функциональное зонирование		фитнес-программа					открытые площадки	неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн			
силовые программы	силовые тренажеры							
	кардио тренажеры							
групповые программы	зал для групповых занятий							
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							

Илл. 29

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр ZORGE FITNESS в Уфе



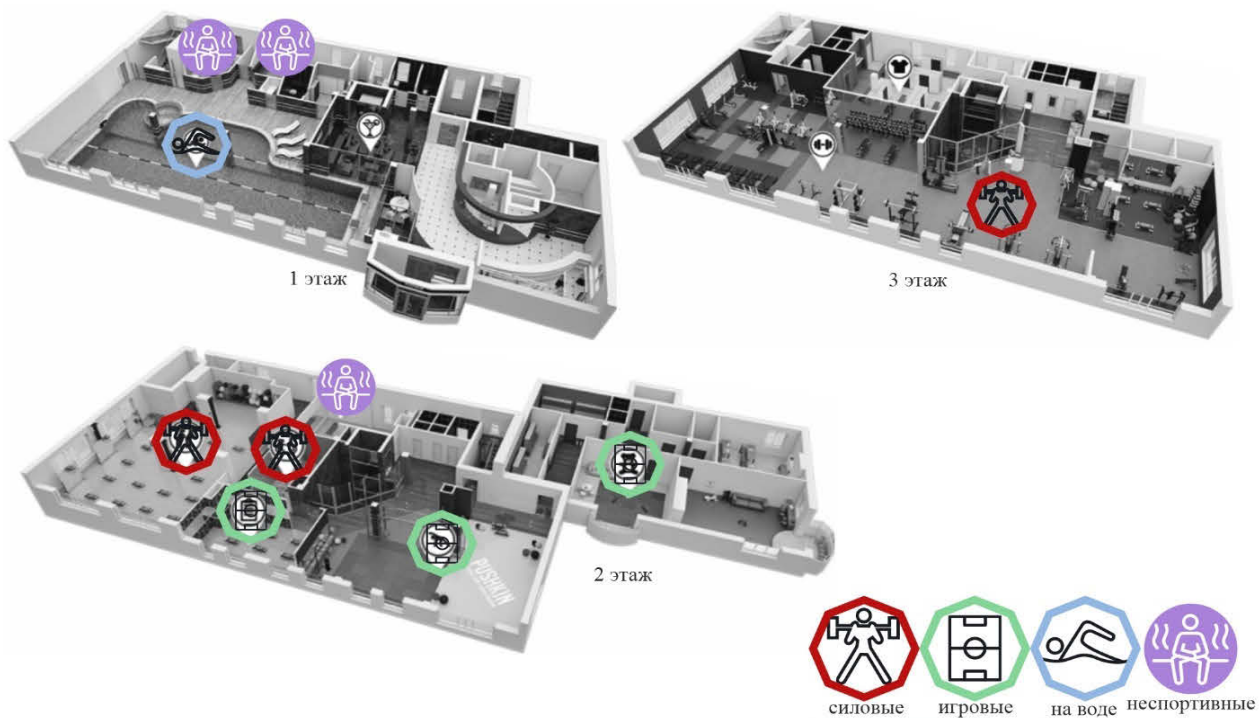
фитнес-программа		силловые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное зонирование	силловые программы						
	силловые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал,						
	многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн;						
	детский бассейн						

Илл. 30

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр PUSHKIN в Уфе



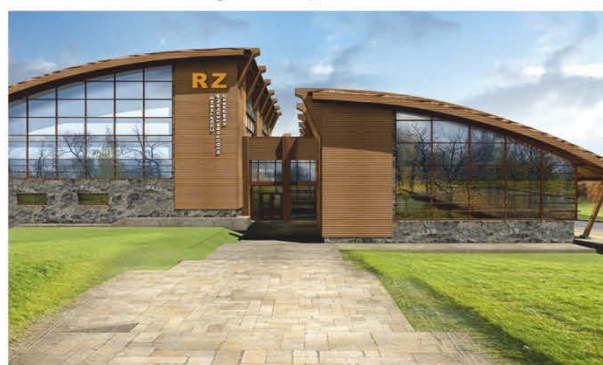
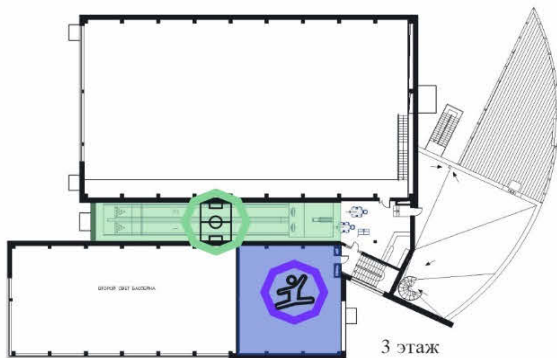
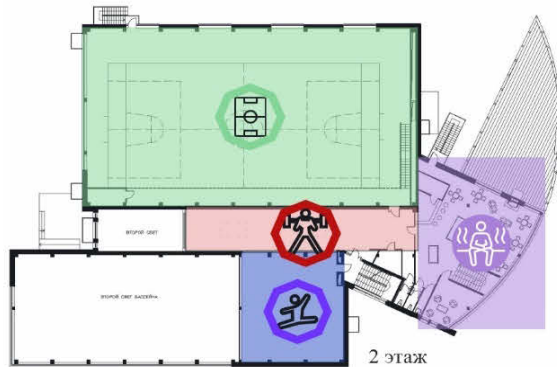
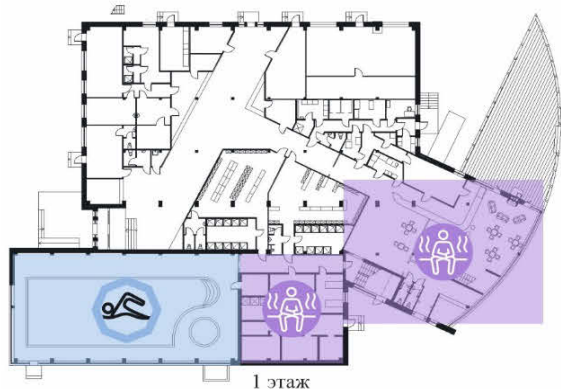
функциональное зонирование		фитнес-программа					спортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 31

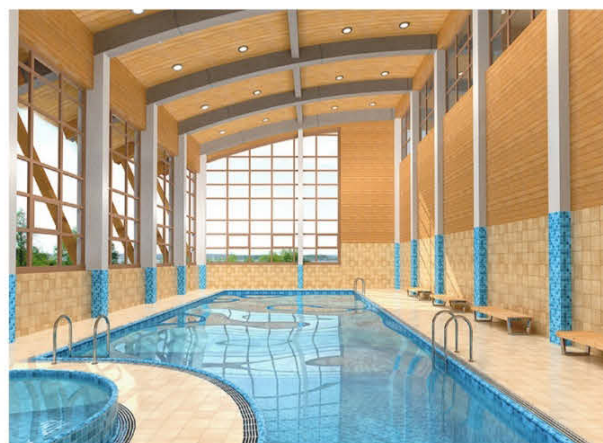
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр в г. Руза, Московская область



Архитекторы: Архитектурная группа «АРКА»
Площадь: 2 820 м²
Год: 2009



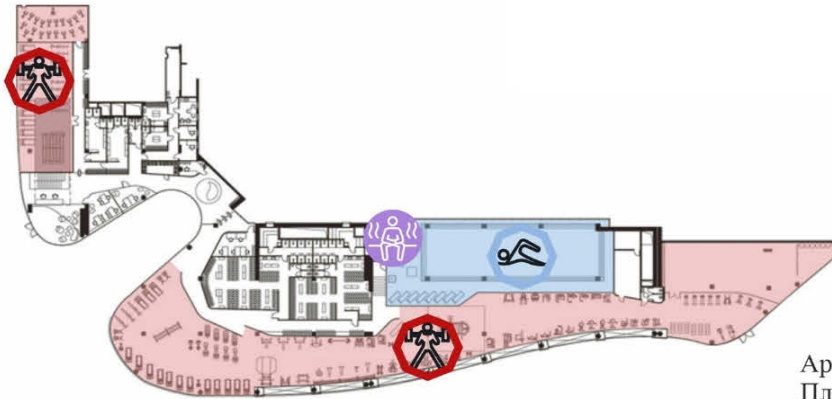
функциональное зонирование		фитнес-программа					открытые площадки	неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн			
силовые программы	силовые тренажеры							
	кардио тренажеры							
групповые программы	зал для групповых занятий							
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							

Илл. 32

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

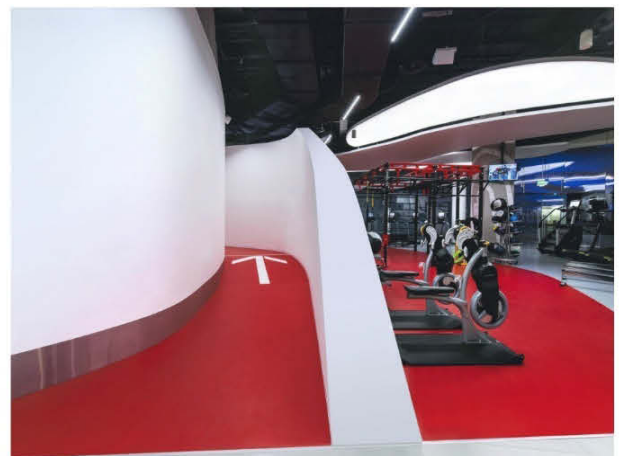
РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр World Class в ТЦ Метрополис в Москве



Архитекторы: VOX Architects
Площадь: 2 500 м²
Год: 2016



силовые на воде неспортивные



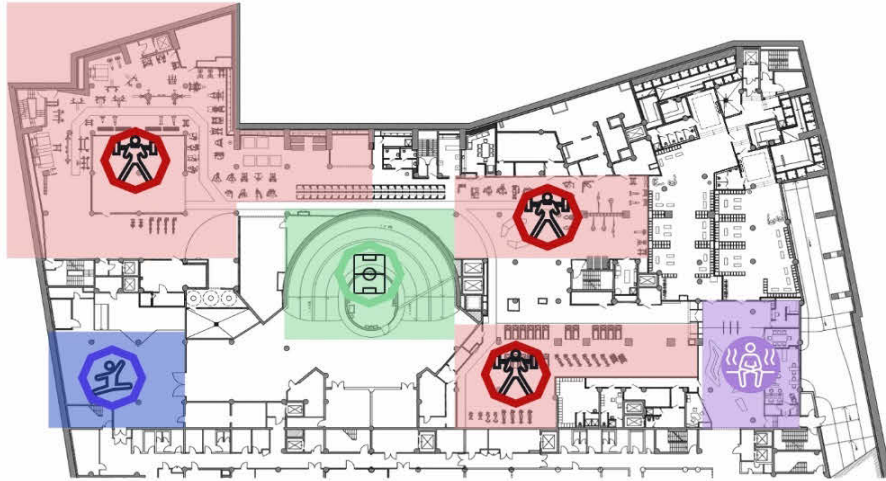
функциональное зонирование		фитнес-программа					открытые площадки	неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн			
силовые программы	силовые тренажеры							
	кардио тренажеры							
групповые программы	зал для групповых занятий							
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							

Илл. 33

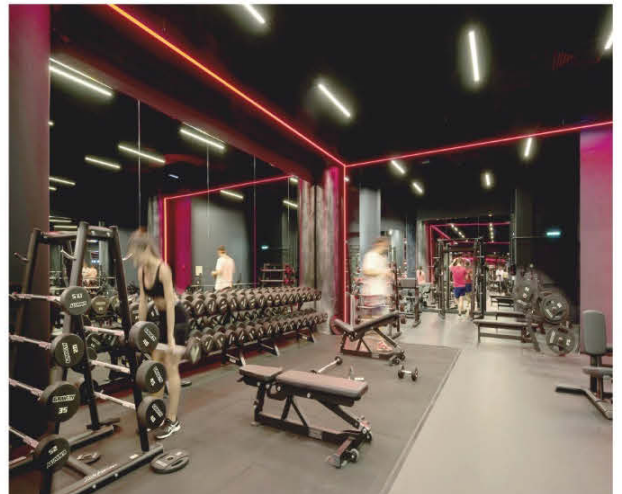
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр Комета Black в ТЦ Неглинная Галерея в Москве



Архитекторы: YoYo Bureau
Площадь: 3 000 м²
Год: 2019



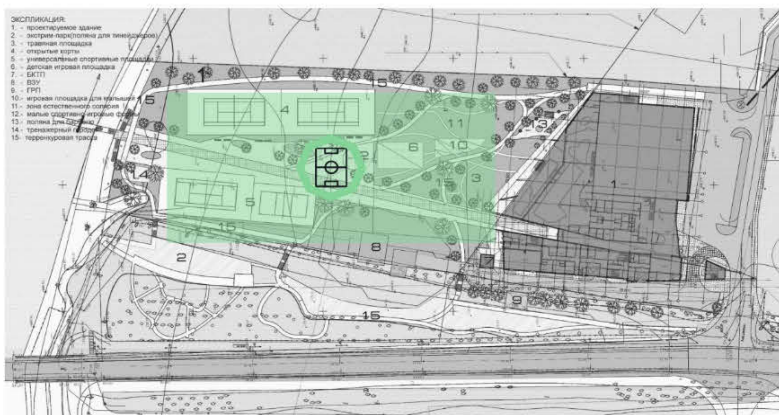
функциональное зонирование		фитнес-программа					неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	
силовые программы	силовые тренажеры	■					■
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал,			■			■
	многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 34

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

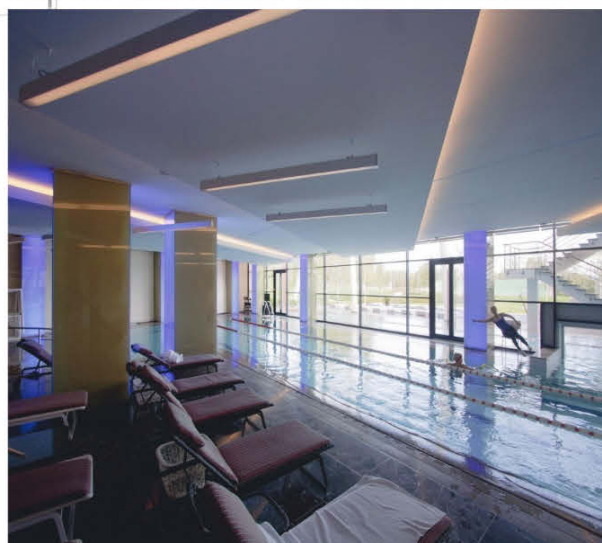
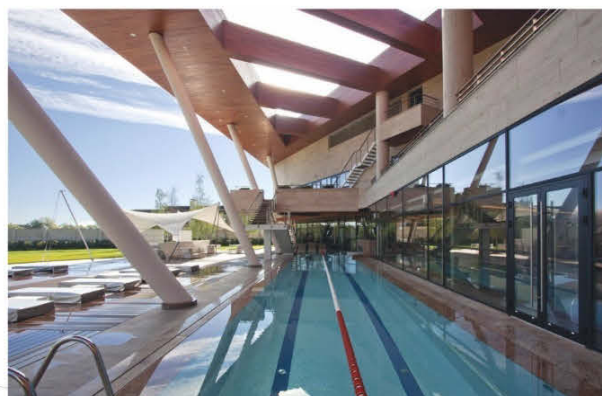
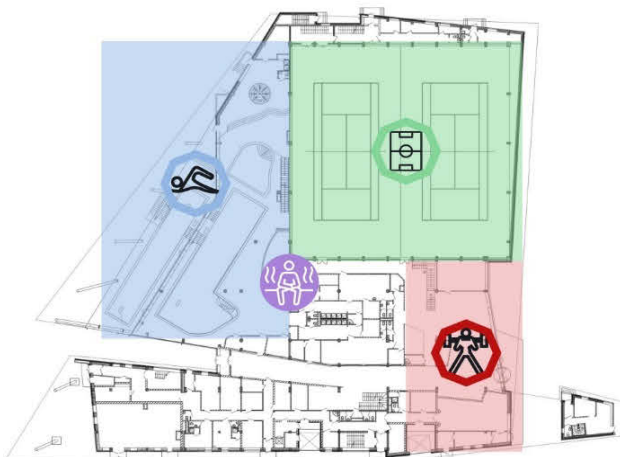
РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр Pride Wellness club в КП Жуковка 21, Московская область



Архитекторы: Asadov
Architectural Studio

Площадь: 5 980 м²

Год: 2011



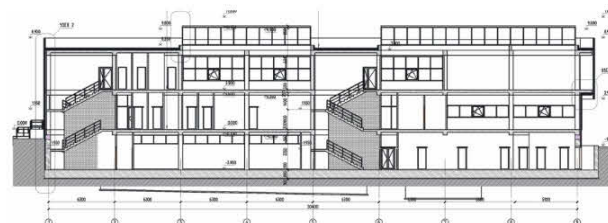
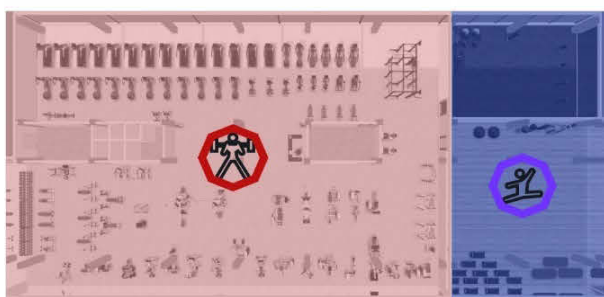
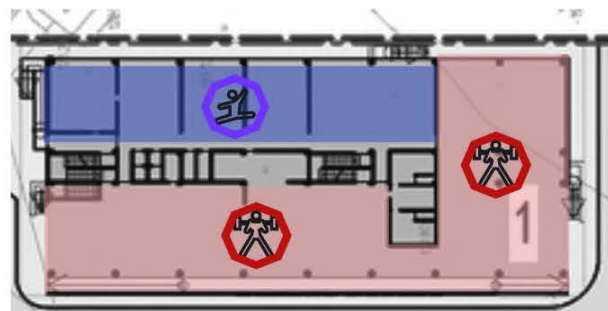
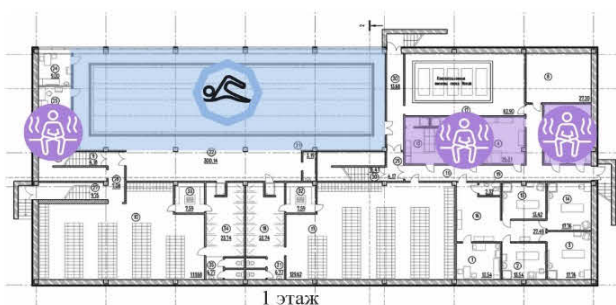
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 35

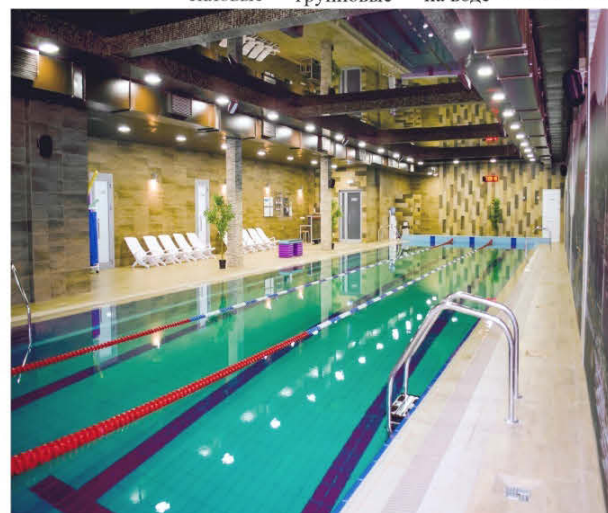
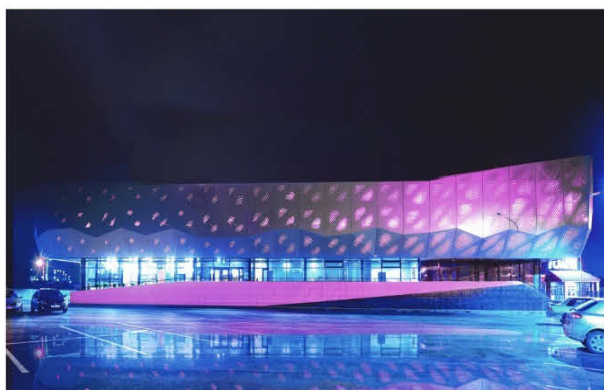
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр «Orange Fitness Gym» в Нижнекамске



Архитекторы: КМТ Проектный отдел
Площадь: 3 350 м²
Год: 2016



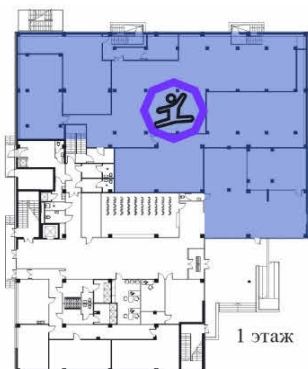
функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 36

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

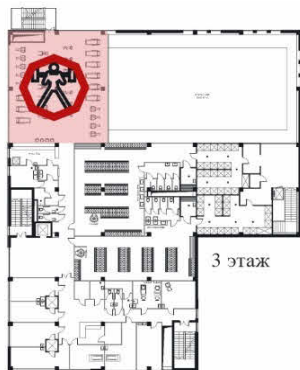
РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр в г. Орел



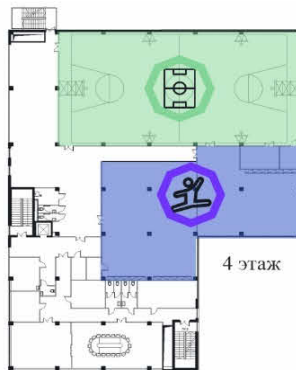
1 этаж



2 этаж



3 этаж



4 этаж



Архитекторы:
Архитектурная группа «АРКА»
Площадь: 5 135 м²
Год: 2012



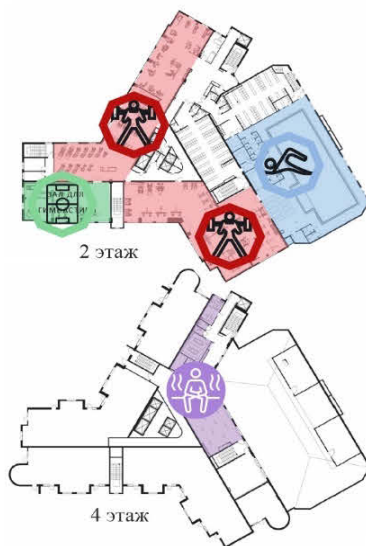
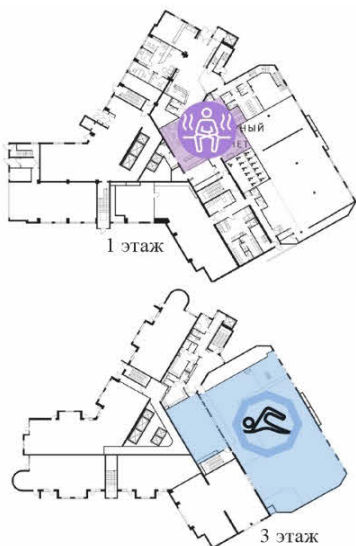
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное зонирование							
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 37

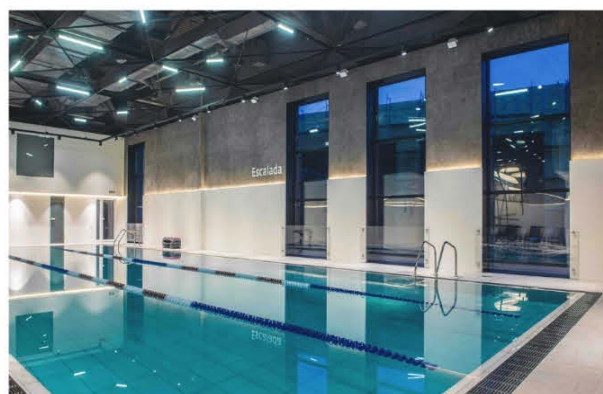
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ
Фитнес-центр Escalada в жилом доме в Москве



Площадь: 3 400 м²
Год: 2019



функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал,						
	многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						
	бассейн						

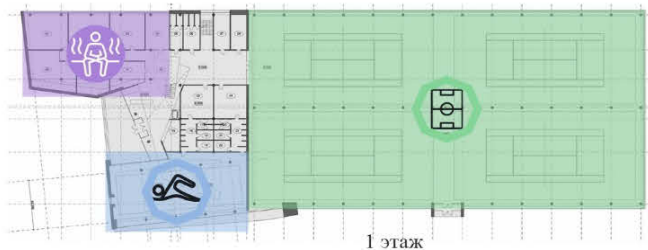
Илл. 38

Глава 2. §2.1

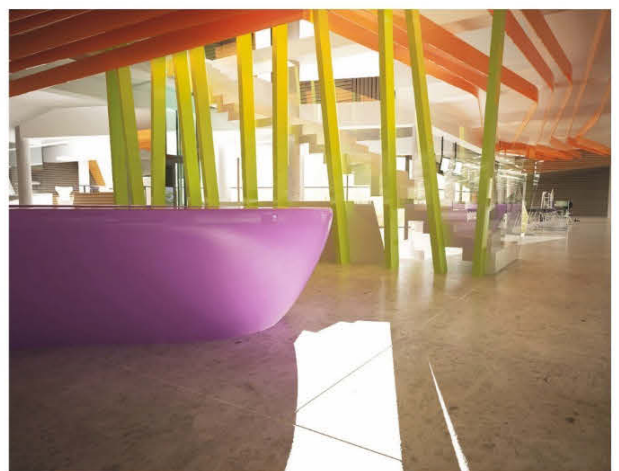
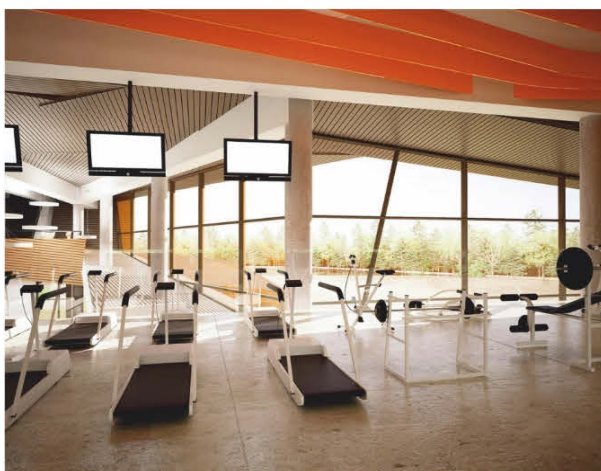
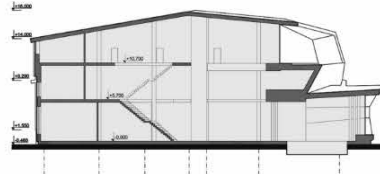
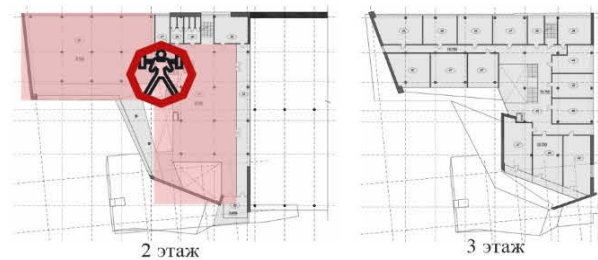
Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ

Фитнес-центр в составе теннисного клуба в г. Истра, Московская область



Архитекторы: Za Bor Architects
Площадь: 4 890 м²
Год: 2014



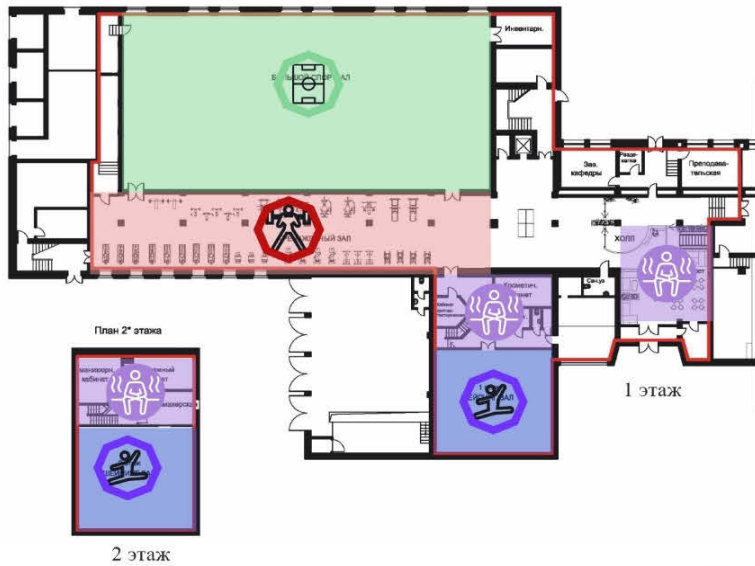
функциональное зонирование		фитнес-программа					неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	
силовые программы	силовые тренажеры	■					■
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
	игровые программы			■			■
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн				■		■

Илл. 39

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр Гуманитарного Университета Профсоюзов



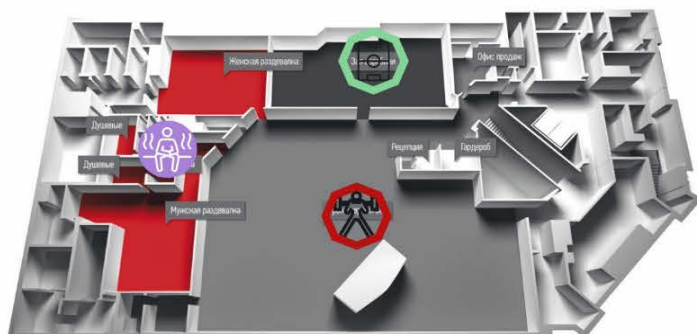
функциональное зонирование		фитнес-программа					открытые площадки	неспортивные занятия
		силовые	групповые	игровые	бассейн			
силовые программы	силовые тренажеры							
	кардио тренажеры							
групповые программы	зал для групповых занятий							
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал							
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн							

Илл. 40

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

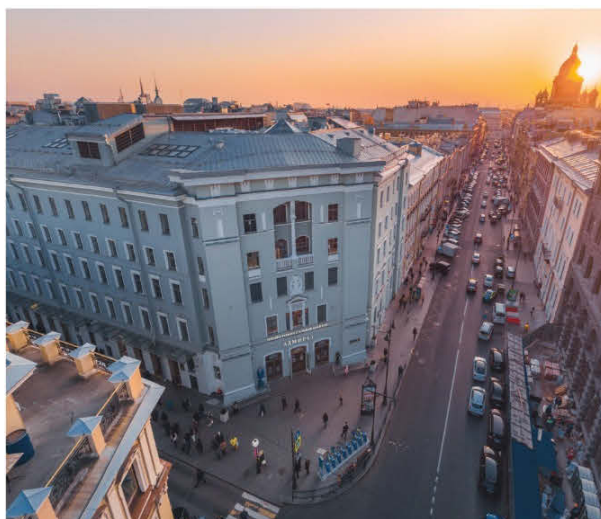
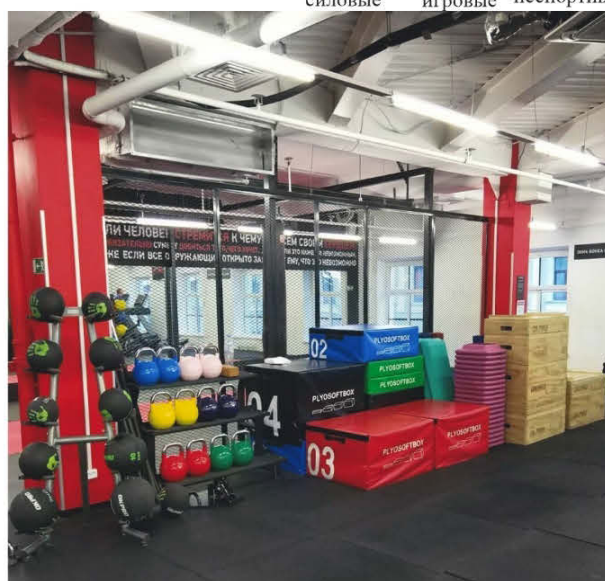
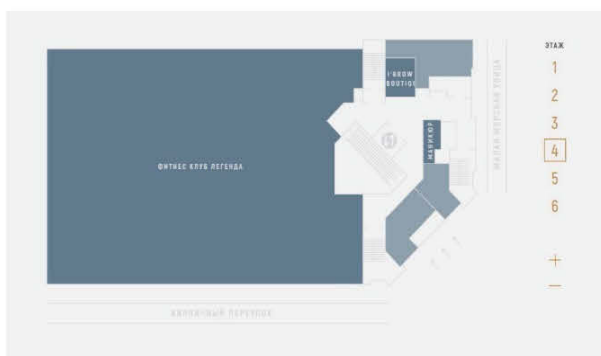
РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр в ТРК Адмирал на Малой Морской ул.



Площадь: 1 500 м²
Год: 2014



силовые игровые неспортивные



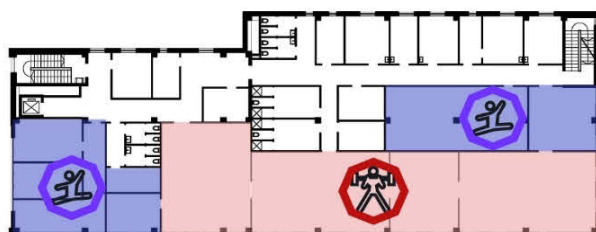
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное зонирование							
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 41

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

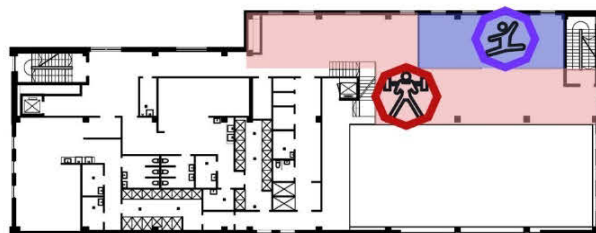
РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр на ул. Варшавская



5 этаж



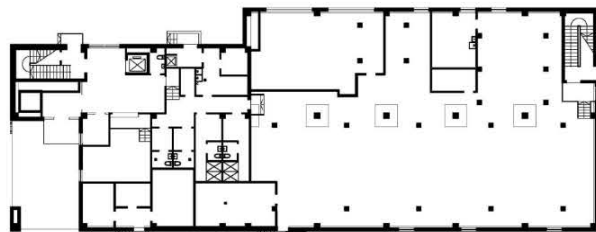
4 этаж



3 этаж

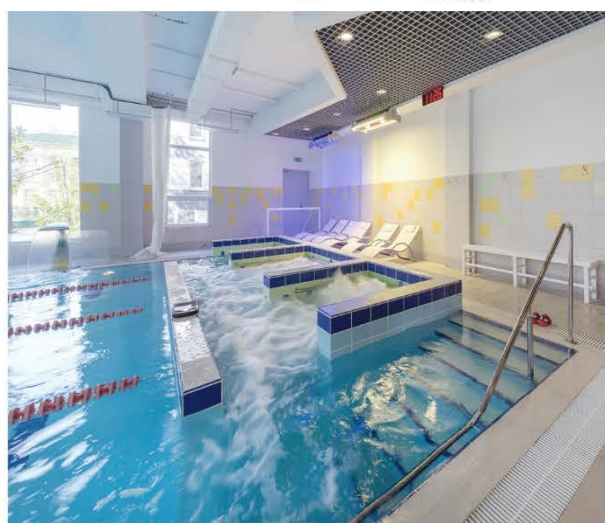


2 этаж



1 этаж

Архитекторы: Архитектурная группа «АРКА»
Площадь: 4 000 м²
Год: 2012



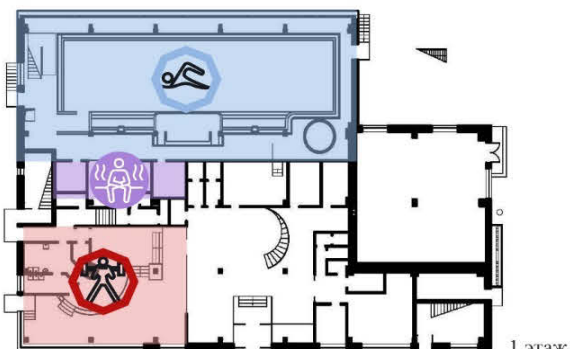
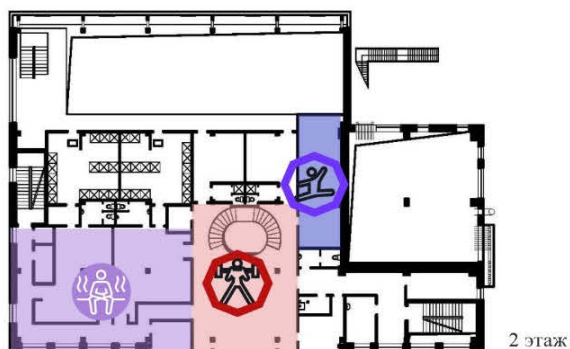
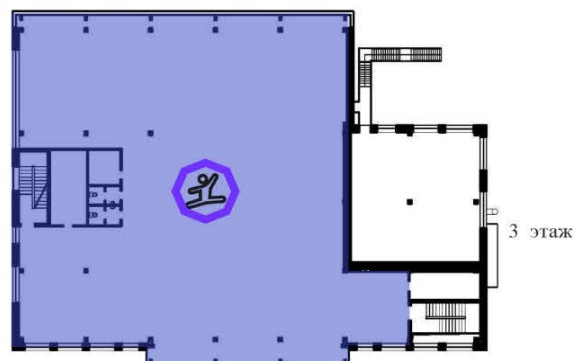
функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 42

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

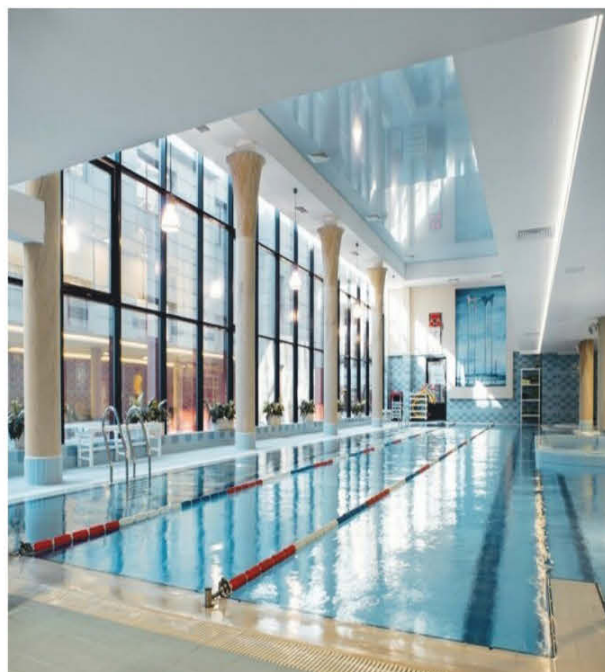
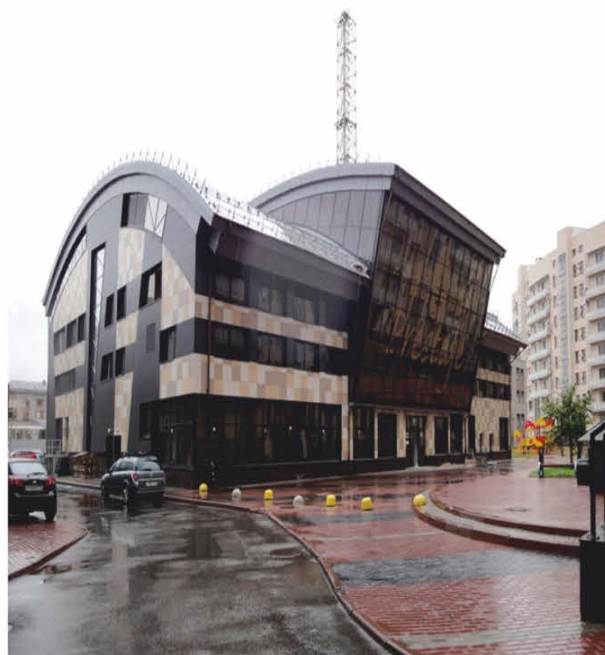
РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр на Левашовском пр.



Архитекторы: Архитектурная группа «АРКА»

Площадь: 3 060 м²

Год: 2011



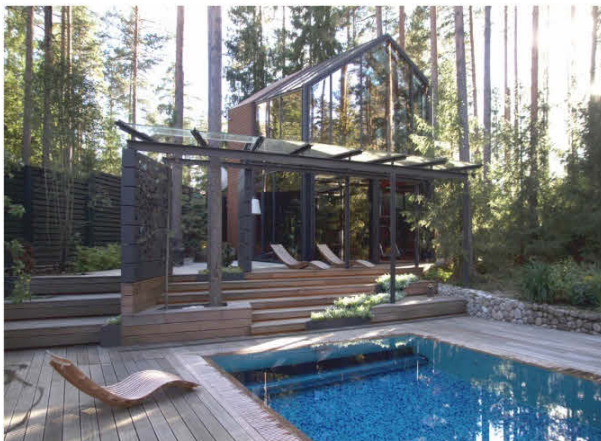
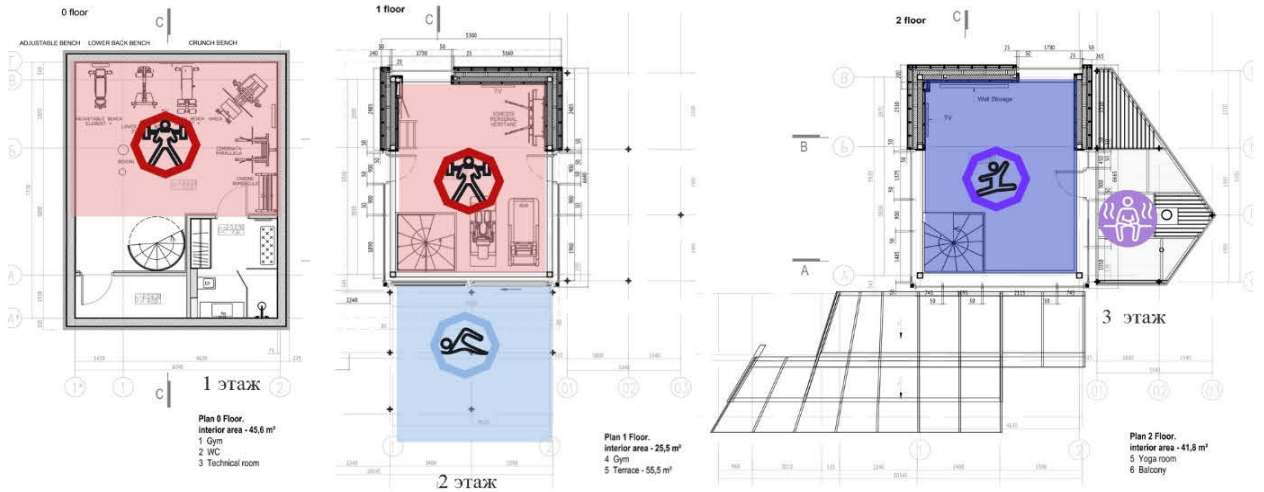
функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силловые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силловые программы	силловые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 43

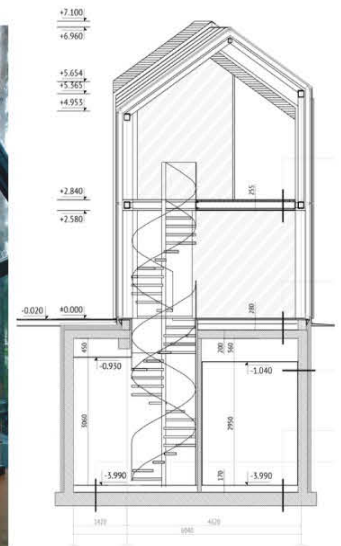
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр в Ленинградской области



Архитекторы: Норомystudio
Площадь: 113 м²
Год: 2015



функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 44

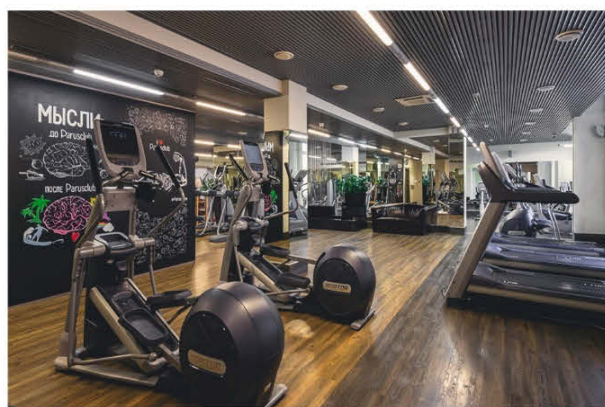
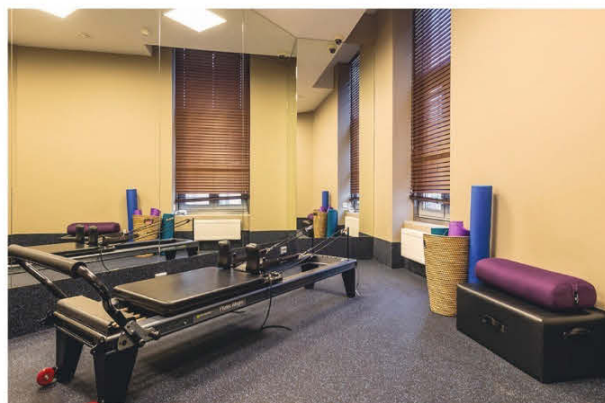
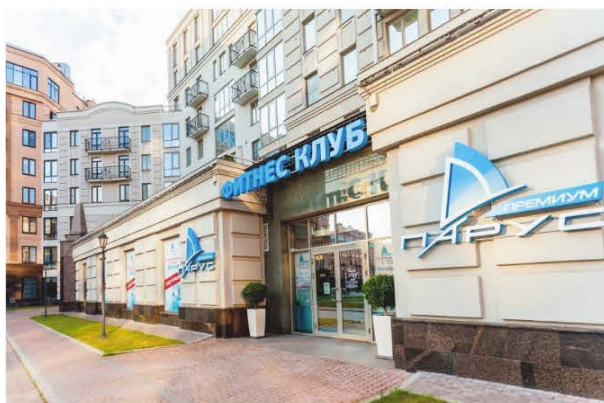
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр Parus на ул. Парадная

Площадь: 1 800 м²

Год: 2009



фитнес-программа		силловые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное зонирование							
силловые программы	силловые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

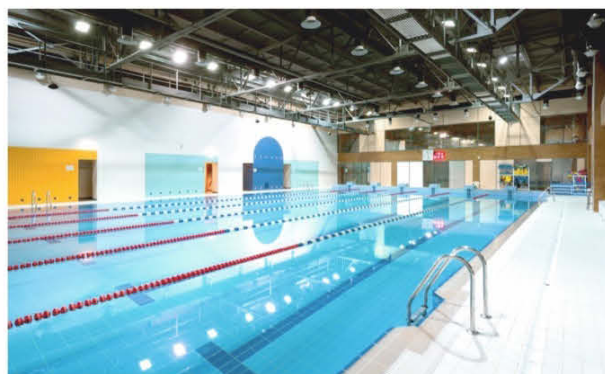
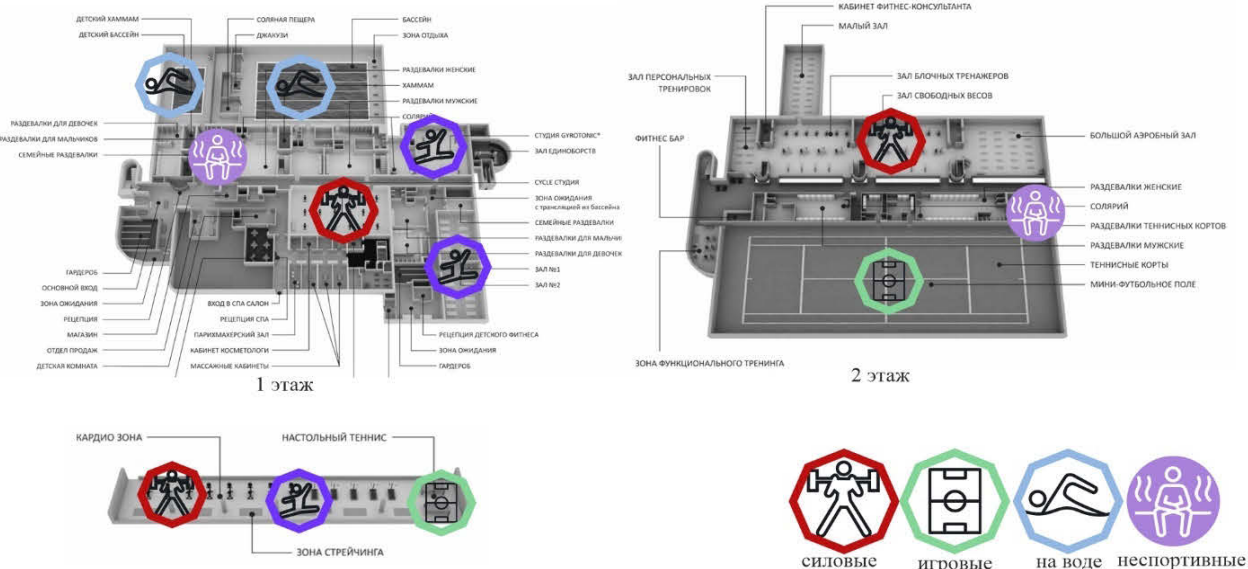
Илл. 45

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Фитнес-центр на Выборгском шоссе



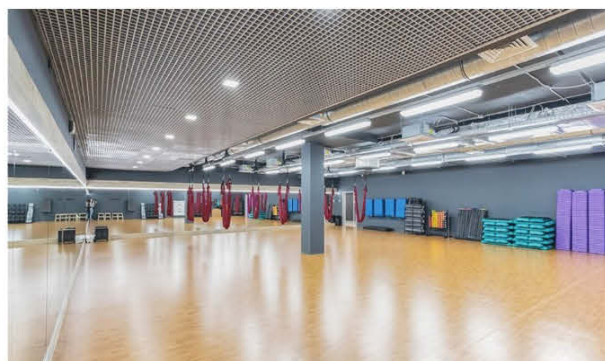
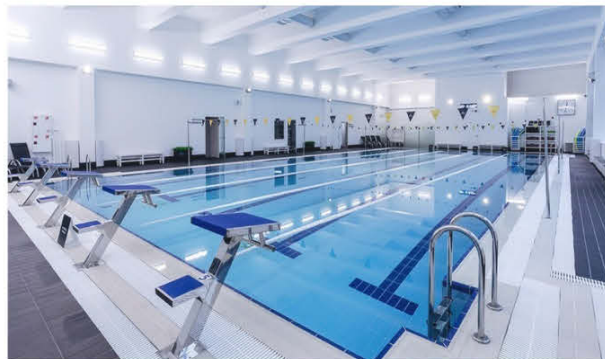
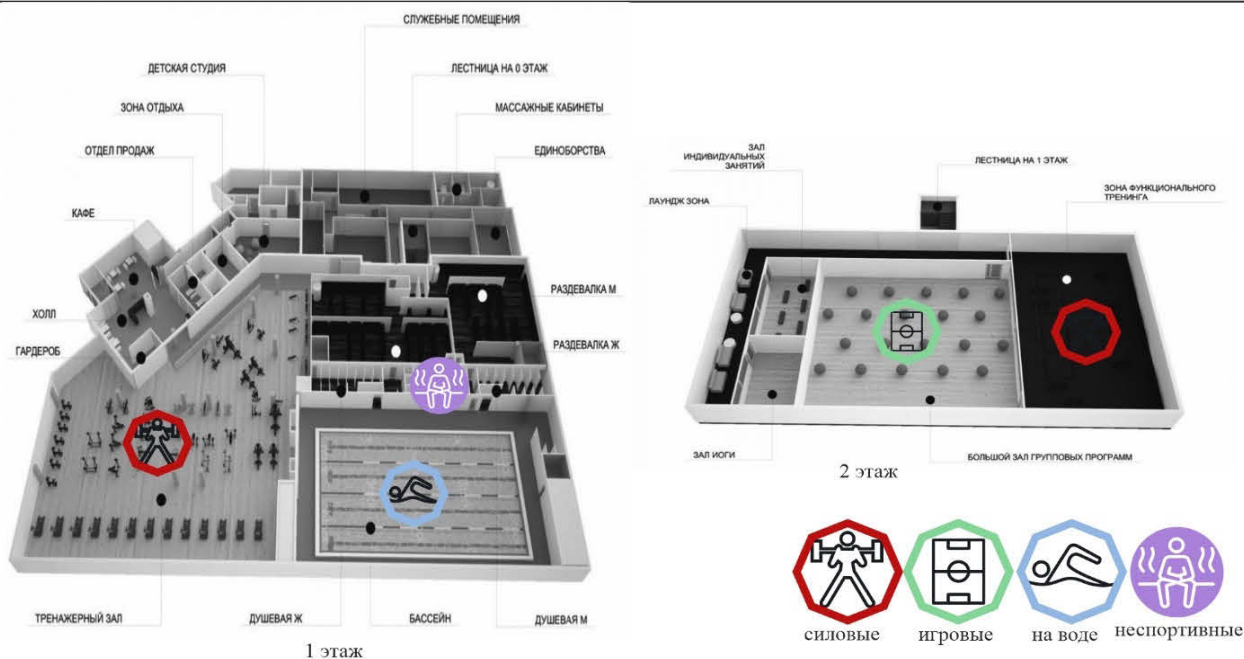
фитнес-программа		силловые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное зонирование							
силловые программы	силловые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 46

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр на ул. Шувалова



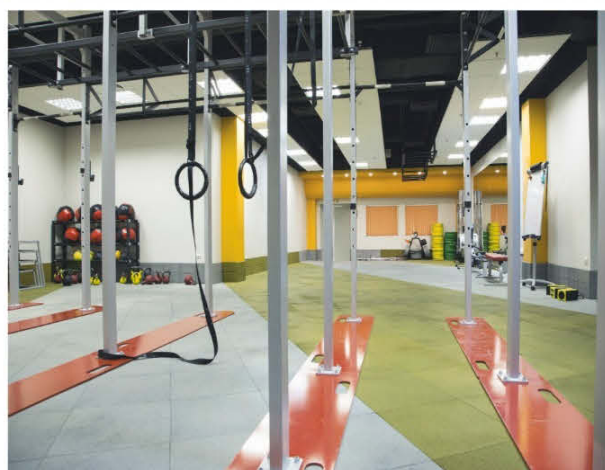
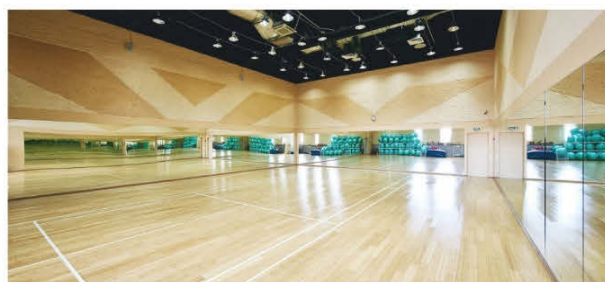
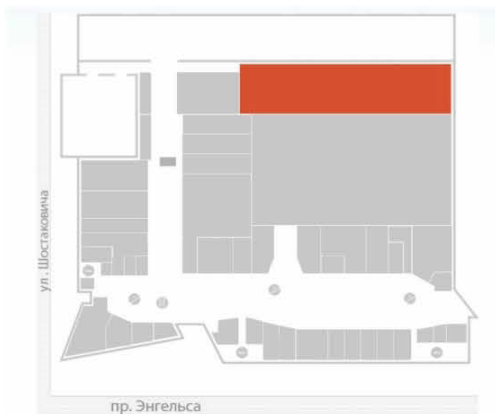
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное зонирование							
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 47

Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр в ТРК Гранд Каньон на пр. Энгельса



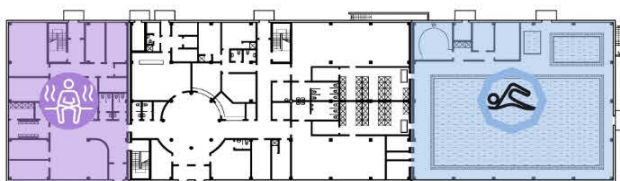
фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное заповивание							
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 48

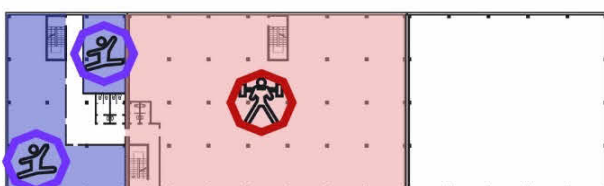
Глава 2. §2.1

Опыт проектирования современных фитнес-центров. Современные тенденции

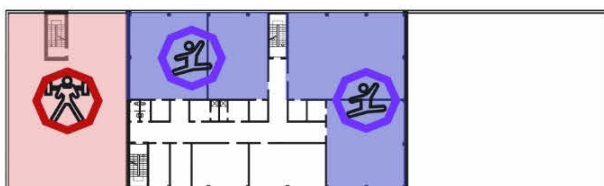
РОССИЙСКИЙ ОПЫТ НА ПРИМЕРЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Фитнес-центр на ул. Туристская



3 этаж



2 этаж



1 этаж

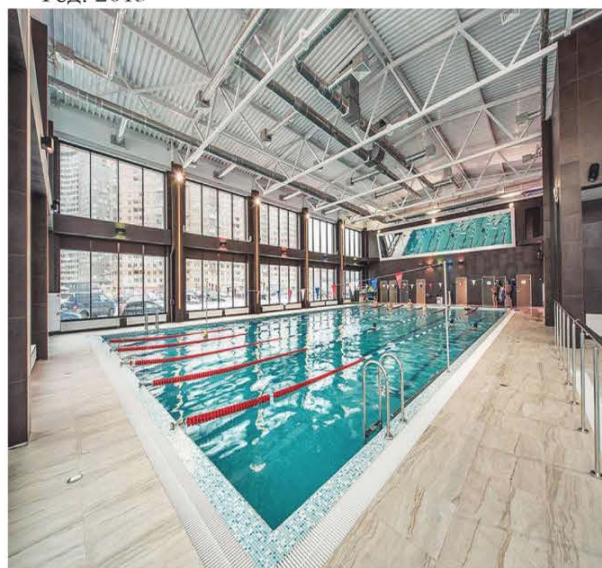


силовые групповые на воде неспортивные

Архитекторы: Архитектурная группа «АРКА»

Площадь: 4 840 м²

Год: 2013



функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 50

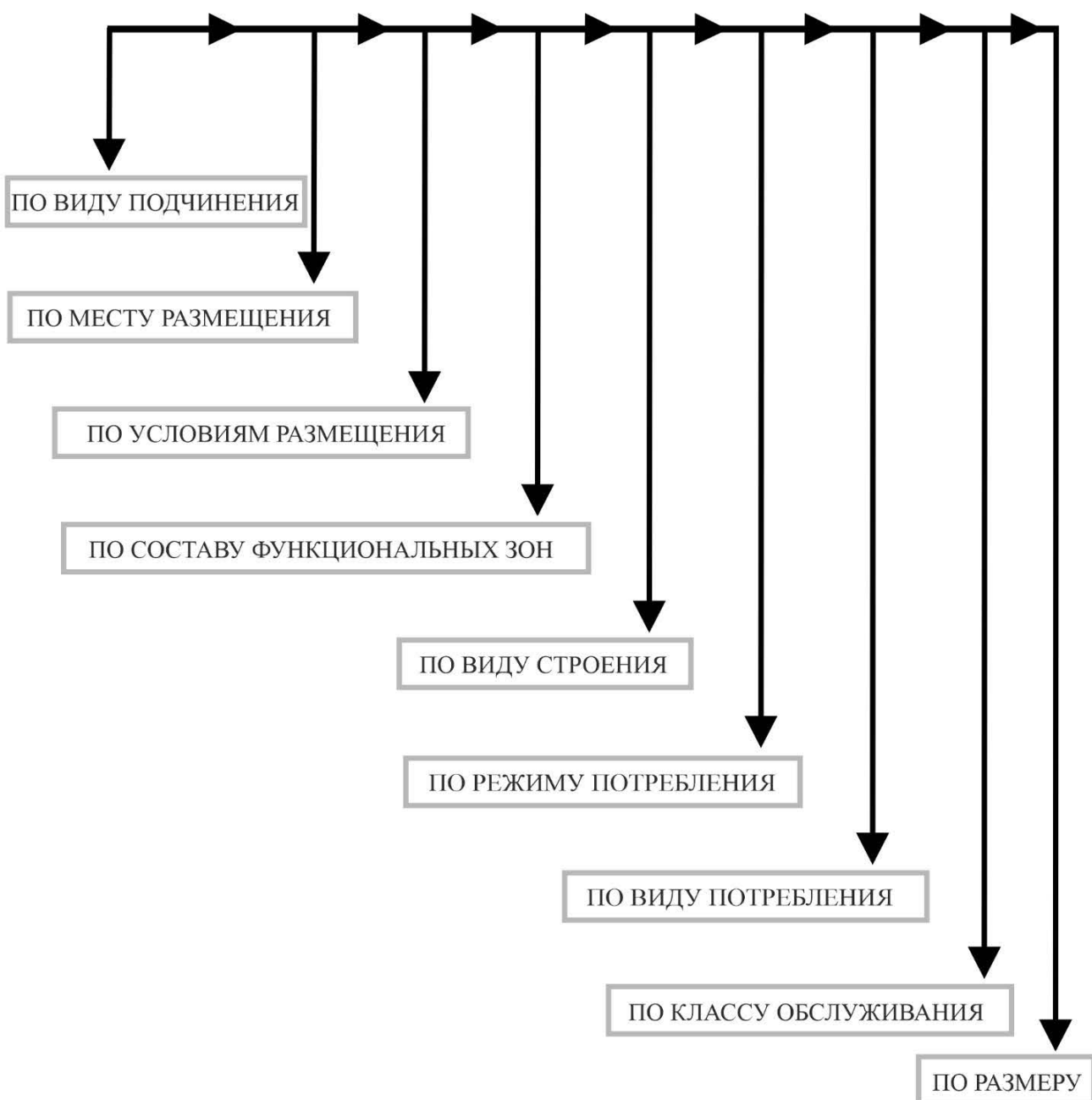
Глава 2. §2.2

Сводная классификация фитнес-центров

ФОРМИРОВАНИЕ КЛАССИФИКАЦИИ



ПОД ДЕЙСТВИЕМ ФАКТОРОВ ВЛИЯНИЯ
ПРОЯВЛЯЮТСЯ ТЕ ИЛИ ИНЫЕ ПРИЗНАКИ

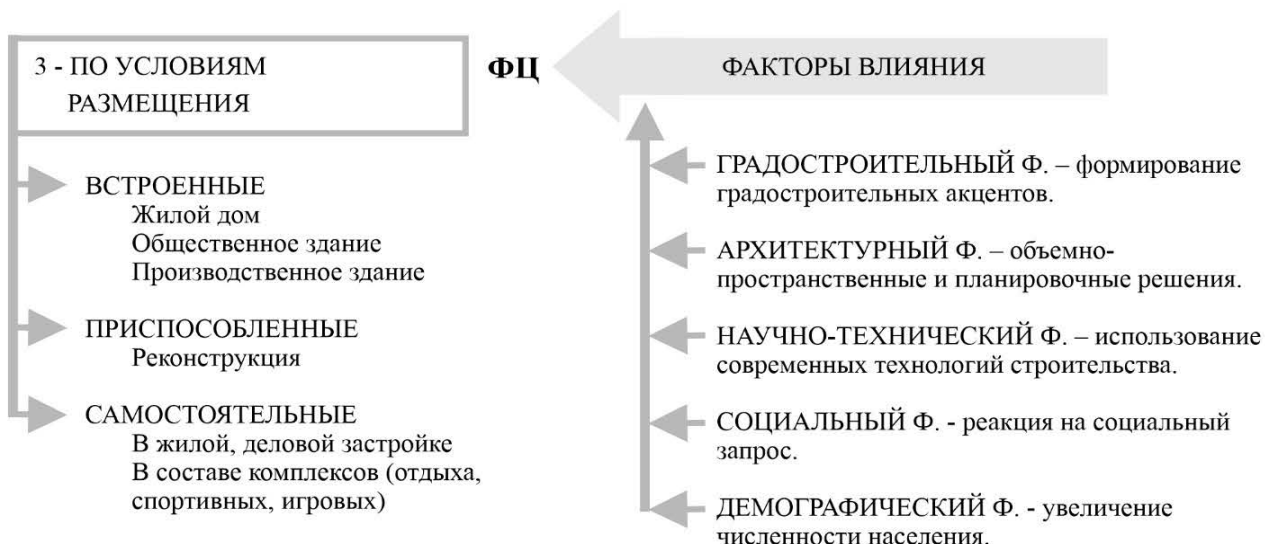


Илл. 51

Глава 2. §2.2

Сводная классификация фитнес-центров

КЛАССИФИКАЦИЯ ПРИЗНАКОВ



Илл. 52	Глава 2. §2.2	Сводная классификация фитнес-центров
КЛАССИФИКАЦИЯ ПРИЗНАКОВ		
<p>6 - ПО РЕЖИМУ ПОТРЕБЛЕНИЯ ФЦ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ РЕГУЛЯРНЫЕ ▶ ЭПИЗОДИЧЕСКИЕ 	<p>ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЙ Ф. – пешеходная доступность. ▶ ПРИРОДНО-ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ Ф – климатические условия. ▶ МЕДИЦИНСКИЙ Ф. – специальные программы оздоровления. ▶ СОЦИАЛЬНЫЙ Ф. - профессиональная необходимость. ▶ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ Ф. - индустрия красоты. 	
<p>7 - ПО ВИДУ ПОТРЕБЛЕНИЯ ФЦ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ СЕТЕВЫЕ ▶ ЛОКАЛЬНЫЕ 	<p>ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЙ Ф. – пешеходная доступность. ▶ ПРИРОДНО-ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ Ф – климатические условия. ▶ МЕДИЦИНСКИЙ Ф. – специальные программы оздоровления. ▶ СОЦИАЛЬНЫЙ Ф. - профессиональная необходимость. ▶ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ Ф. - индустрия красоты. 	
<p>8 - ПО КЛАССУ ОБСЛУЖИВАНИЯ ФЦ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ ВИП ▶ СОЦИАЛЬНОЕ ▶ МЕДИЦИНСКОЕ 	<p>ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЙ Ф. – местоположение. ▶ АРХИТЕКТУРНЫЙ Ф. – современный художественный образ. ▶ МЕДИЦИНСКИЙ Ф. – специальные спортивные программы. ▶ НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ Ф. - современные инженерные технологии. ▶ СОЦИАЛЬНЫЕ Ф. - доходы населения, профессиональная деятельность. ▶ ЭКОНОМИЧЕСКИЕ Ф. - изменение экономической ситуации. 	

Илл. 53

Глава 2. §2.2

Сводная классификация фитнес-центров

КЛАССИФИКАЦИЯ ПРИЗНАКОВ

4 - ПО СОСТАВУ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ЗОН

- ▶ БАССЕЙН
- ▶ СПОРТИВНЫЕ ЗАЛЫ
- ▶ ЗАЛ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ
- ▶ ЗАЛЫ ТРЕНАЖЕРОВ
- ▶ ОТКРЫТЫЕ ПЛОЩАДКИ
- ▶ ЗОНА НЕСПОРТИВНЫХ УСЛУГ

ФЦ

ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ

- ▶ АРХИТЕКТУРНЫЙ Ф. – объемно-пространственные и планировочные решения.
- ▶ МЕДИЦИНСКИЙ Ф. – специальные спортивные программы.
- ▶ НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ Ф. – исследования в области спорта.
- ▶ СОЦИАЛЬНЫЕ Ф. - реакция на социальный запрос.
- ▶ ЭКОНОМИЧЕСКИЕ Ф. - рост благосостояния.
- ▶ КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ Ф. - адаптация культурным традициям.

5 - ПО ВИДУ СТРОЕНИЯ

- ▶ МОБИЛЬНЫЕ
- ▶ СТАЦИОНАРНЫЕ

ФЦ

ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ

- ▶ ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЙ Ф. – место размещения - рекреации.
- ▶ СРЕДОВОЙ Ф. – создание дополнительных функций общественных пространств.
- ▶ ПРИРОДНО-ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ Ф – размещение в сложных природных условиях.
- ▶ НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ Ф. – новые строительные технологии и материалы.
- ▶ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ Ф. - быстрое удовлетворение потребительского спроса.

Илл. 55	Глава 2. §2.3	Положительные тенденции и не решенные проблемы развития фитнес-центров в Санкт-Петербурге. SWOT-АНАЛИЗ	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Наличие государственной программы развития физкультуры и спорта. 2. Наличие городской программы развития спортивных услуг в Санкт-Петербурге. 3. Оказание поддержки малому бизнесу в рамках программы борьбы с пандемией; 4. Универсальность в использовании фитнес-центров для развития физической культуры, медицинского и косметического оздоровления и отдыха. 5. Возможность посещения и использования фитнес программ потребителями всех возрастных категории и уровня физической подготовки. 6. Гибкая система компоновки функциональных зон, не зависит от района города и типа территории. 7. Фитнес-центр - самостоятельный тип спортивного сооружения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отсутствие специализированных норм и правил для проектирования фитнес-центров. 2. Зависимость комплектации фитнес-центров функциональными зонами от размещения. 3. Возможное доминирование неспортивных функций в составе фитнес-центра. 4. Зависимость от рынка спортивных услуг. 5. Соподчиненность государственным спортивным комплексам в связи с государственной поддержкой в развитии инфраструктуры современного города. 6. Трудности в получении государственной поддержки в виду; 7. Высокая степень зависимости от экономической конъюнктуры и доходов населения. 		
<ol style="list-style-type: none"> 1. «Размывание» понятия «фитнес-центра» и замена фитнес-центра упрощённой системой физкультурных занятий. 2. Уменьшение или отсутствие такого вида досуга, как занятие фитнесом. 3. Исключение фитнес-центров из перечня спортивных сооружений и перевод их в развлекательные. 4. Отсутствие развития нормативной базы. 5. Изменение градообразующих приоритетов в формировании современной городской среды. 6 Развитие кибер пространства, кибер спорта, дистанционные занятия фитнесом. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание сбалансированной государственной программы. 2. Разработка самостоятельной нормативной базы. 3. Расширение количества посетителей. 4. Разработка типологии Ф-Ц в соответствии с потребностями основных групп потребителей. 5. Включение Ф-Ц в перечень обязательных объектов при разработке инфраструктуры новых и реконструируемых районов города. 		

Илл. 56

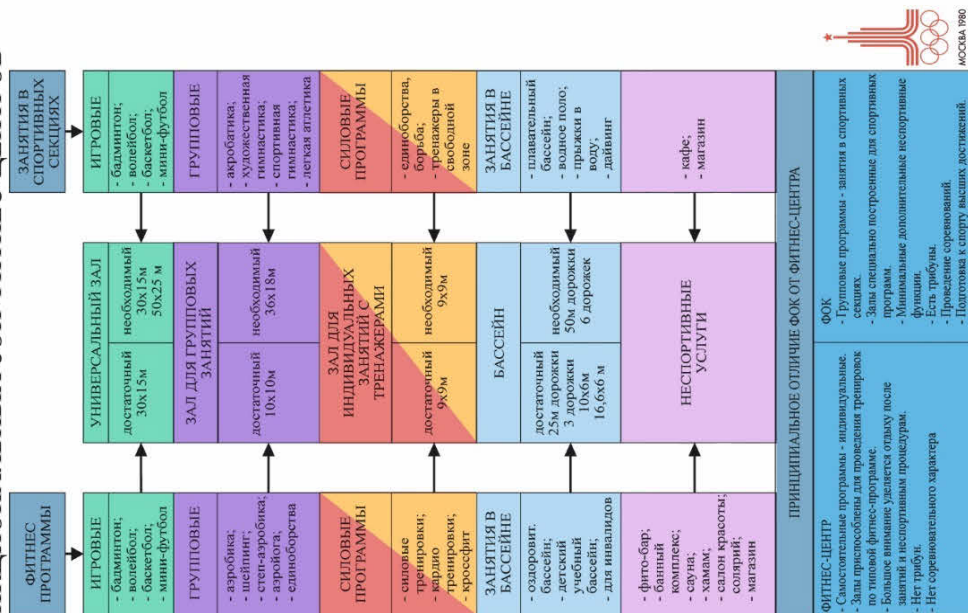
Глава 2. §2.3

Функциональная модель

ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ

Характеристики	Фитнес-программы	Неспортивные услуги	Социальная модель	Функциональные зоны
Вид модели I функциональная модель «Основная» II функциональная модель «Много-функциональная» III функциональная модель «Специализированная»	СИЛОВЫЕ кардио групповые		«Бюловая» «Многопрогр. рамная» «Специализированная»	Доминирующая функция и постоянная СИЛОВЫЕ кардио групповые
	СИЛОВЫЕ кардио групповые игровые на воде		«Бюловая» «Многопрогр. рамная» «Специализированная»	Постоянная функция на воде игровые кардио на открытом воздухе Доминирующая функция
	СИЛОВЫЕ кардио групповые игровые на воде на открытом воздухе		«Бюловая» «Многопрогр. рамная» «Специализированная»	Постоянная функция групповые на воде СИЛОВЫЕ на открытом воздухе кардио Доминирующая функция зависит от специальных показателей

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФОРМИРОВАНИЯ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ЗОН ФИТНЕС-ЦЕНТРОВ



Список иллюстраций к главе 3
Типология и принципы архитектурно-планировочной организации фитнес-центров

Илл. 58. Создание теоретической модели фитнес центров. Формирование фитнес-юнитов	68
Илл. 59. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-юнит. Сервисные услуги.....	69
Илл. 60. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-юниты. Вспомогательные помещения.....	70
Илл. 62. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-модуль 1	71
Илл. 62. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-модуль 2.....	72
Илл. 63. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-модуль 3.....	73
Илл. 64. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-модуль 4	74
Илл. 65. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-модуль 5.....	75
Илл. 66. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-модуль 6	76
Илл. 67. Создание теоретической модели фитнес центров. Фитнес-модуль 7.....	77
Илл. 68. Создание теоретической модели фитнес центров. Сводный модуль	78
Илл. 69. Формирование фитнес-модели	79
Илл. 70. Предложения по типологии фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга).....	80
Илл. 71. Предложения по типологии фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга)	81
Илл. 73. Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга).....	83
Илл. 74. Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга). Муниципальный Округ Лиговка-Ямская	84
Илл. 75. Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга). Муниципальный Округ Нарвский.....	85

- Илл. 76. Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга). Муниципальный Округ Южно-приморский 86
- Илл. 77. Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга). Муниципальный Округ Парголово 87
- Илл. 78. Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга). Муниципальный Округ Волковское 88
- Илл. 79. Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров..... 89
- Илл. 80. Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров..... 90
- Илл. 81. Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров. Тенденции развития принципов архитектурно планировочной организации фитнес-центров 91
- Илл. 82. Результаты исследования использованы: проектирование и строительство; дипломное проектирование..... 92
- Илл. 83. Результаты исследования использованы: проектирование и строительство; дипломное проектирование..... 93
- Илл. 84. Результаты исследования использованы: проектирование и строительство; дипломное проектирование..... 94
- Илл. 85. Результаты исследования использованы: проектирование и строительство; дипломное проектирование..... 95

Илл. 57

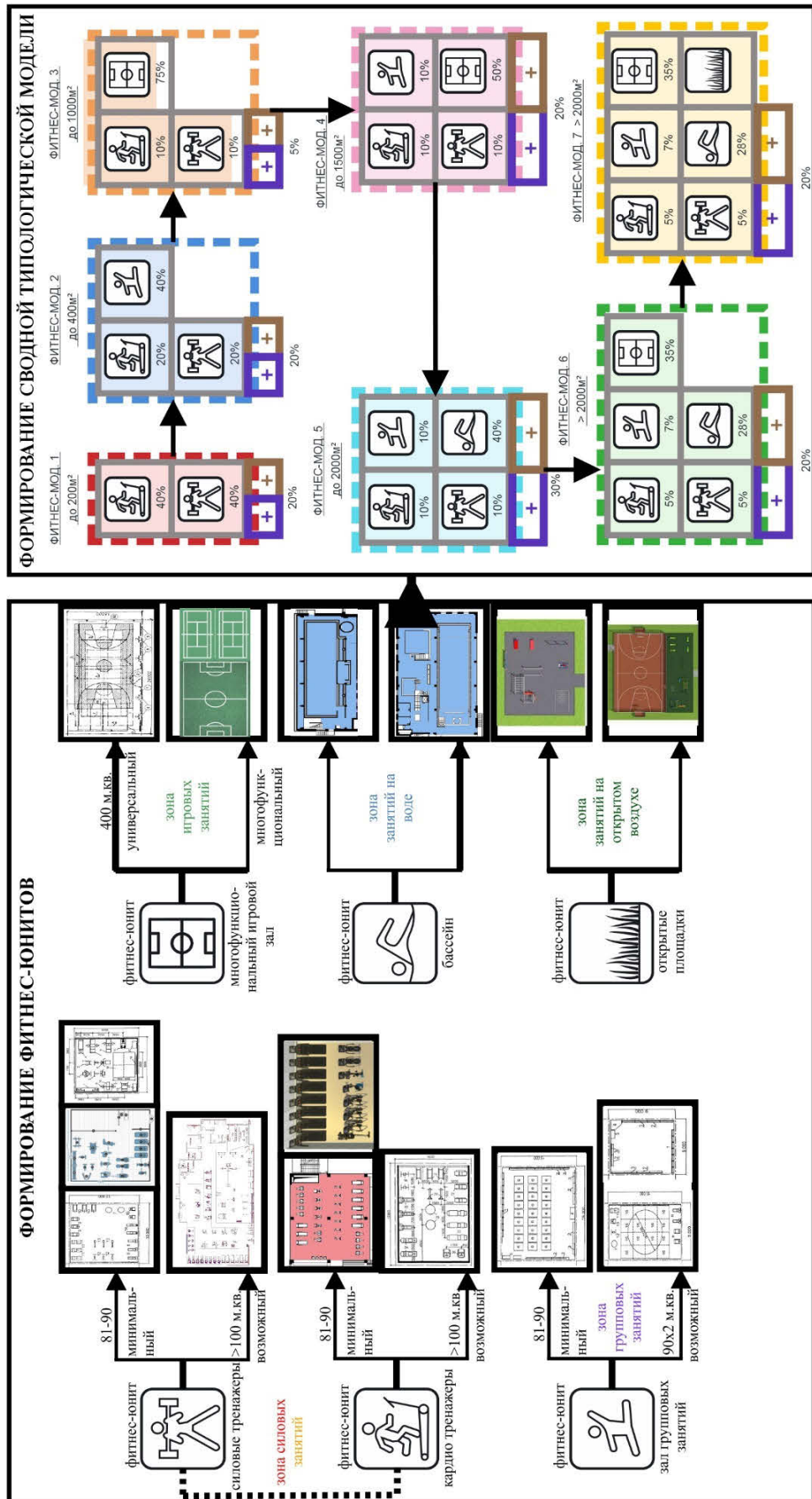
Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров**ФИТНЕС-ЮНИТЫ**

Илл. 58

Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели фитнес-центров

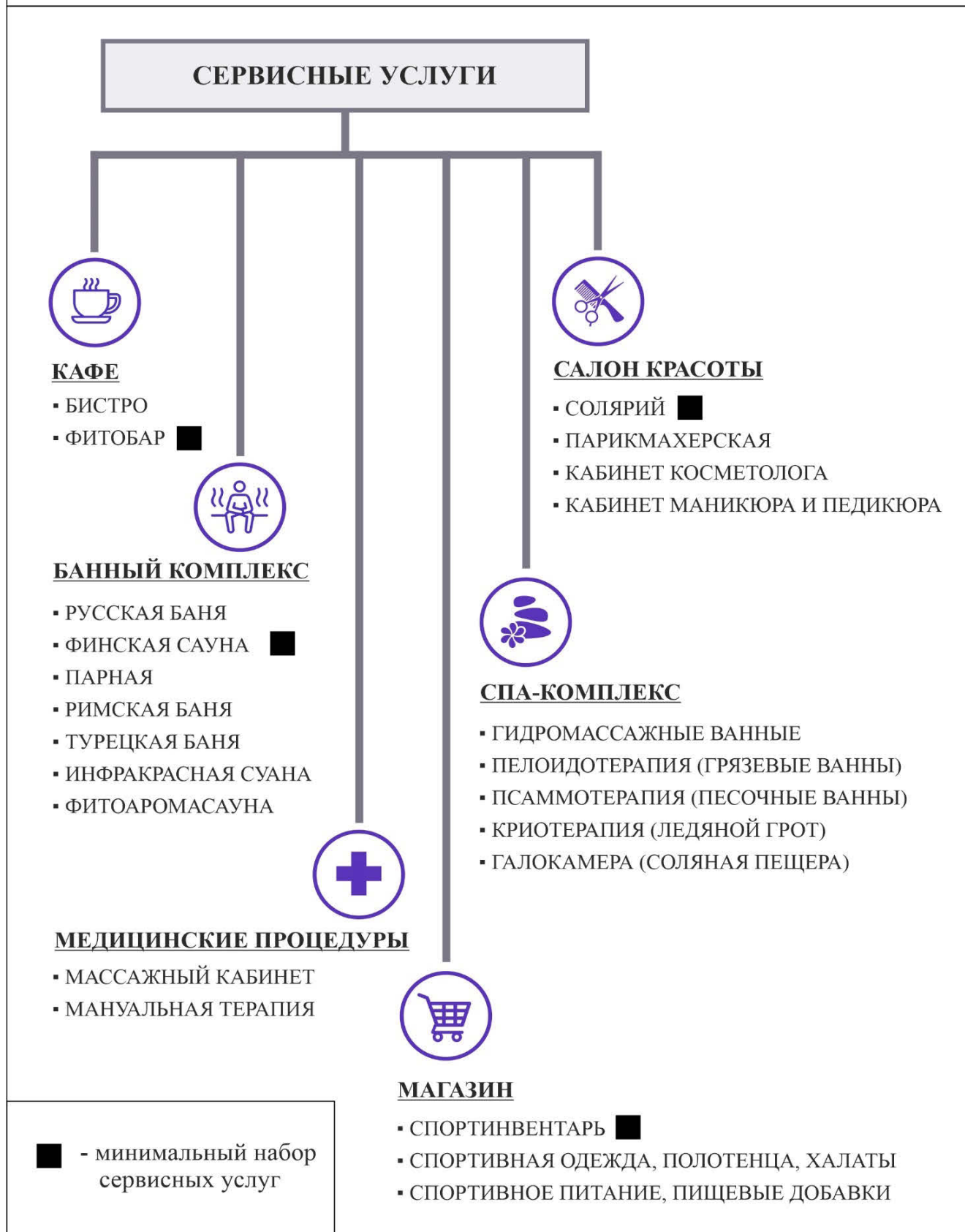


Илл. 59

Глава 3. §3.1

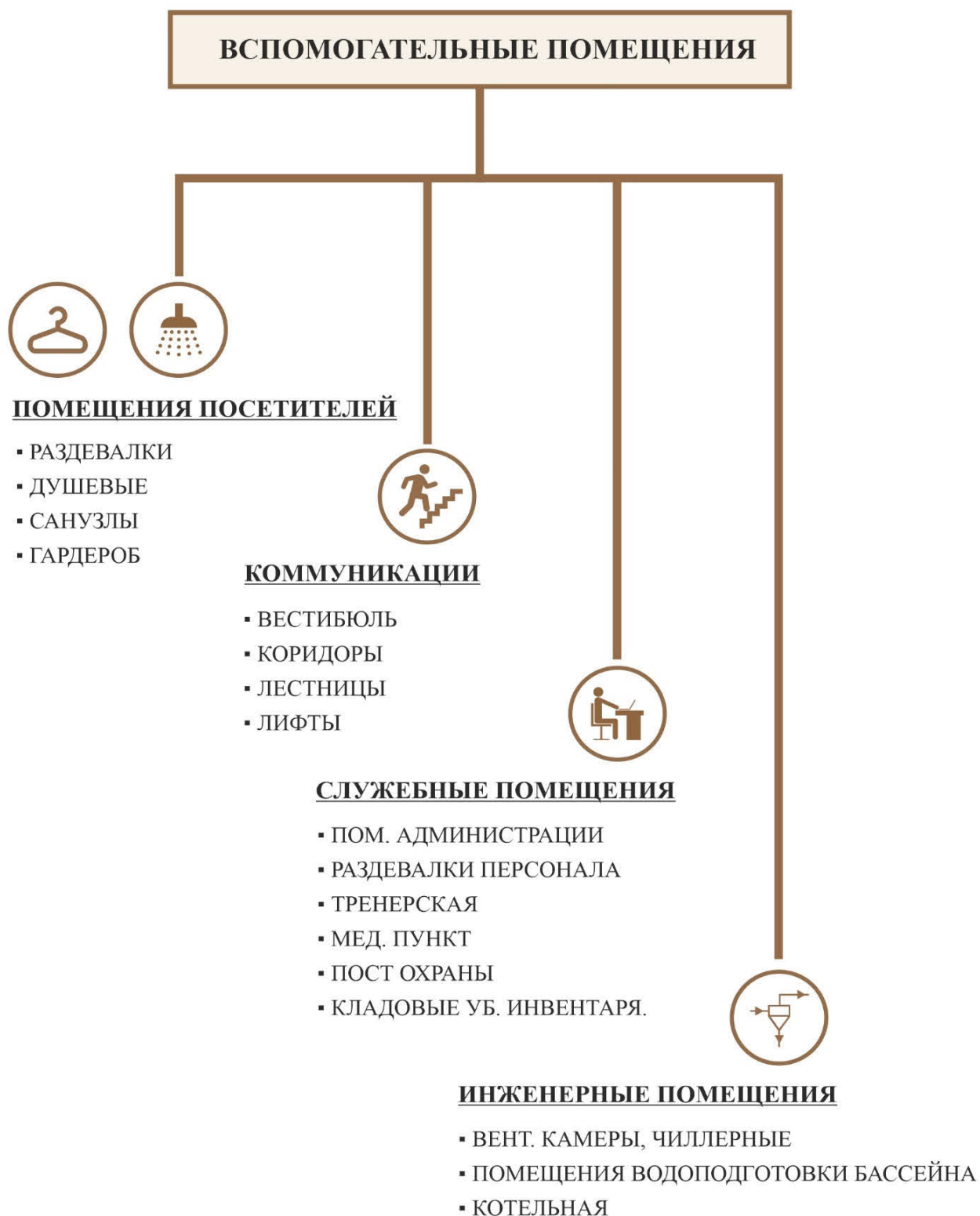
Создание теоретической модели
фитнес-центров

СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ



Илл. 60

Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров**ФИТНЕС-ЮНИТЫ**

Илл. 61

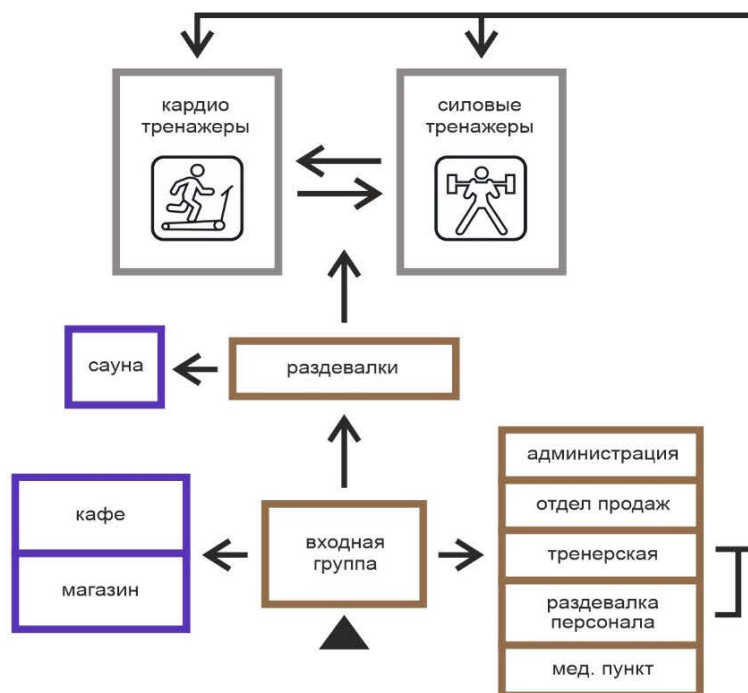
Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров

МОДУЛЬ 1



ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА



ФИТНЕС-ЮНИТЫ

- СИЛОВЫЕ ТРЕНАЖЕРЫ
- КАРДИО ТРЕНАЖЕРЫ

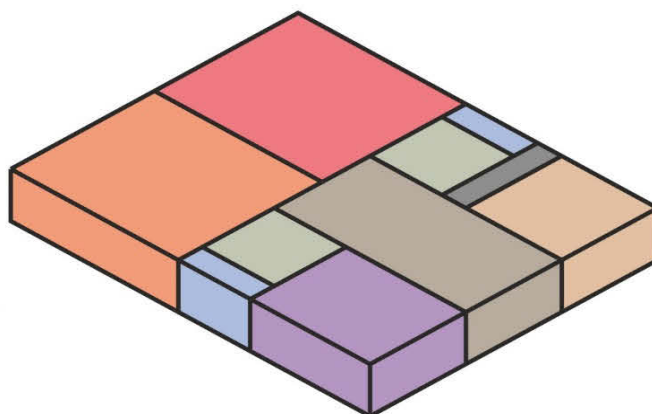
СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

- КАФЕ, МАГАЗИН
- САУНА

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ

- ИНЖЕНЕРНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ
- ПОМЕЩЕНИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
- КОММУНИКАЦИИ
- СЛУЖЕБНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ

ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СХЕМА

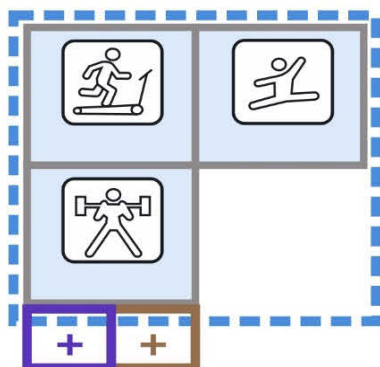


Илл. 62

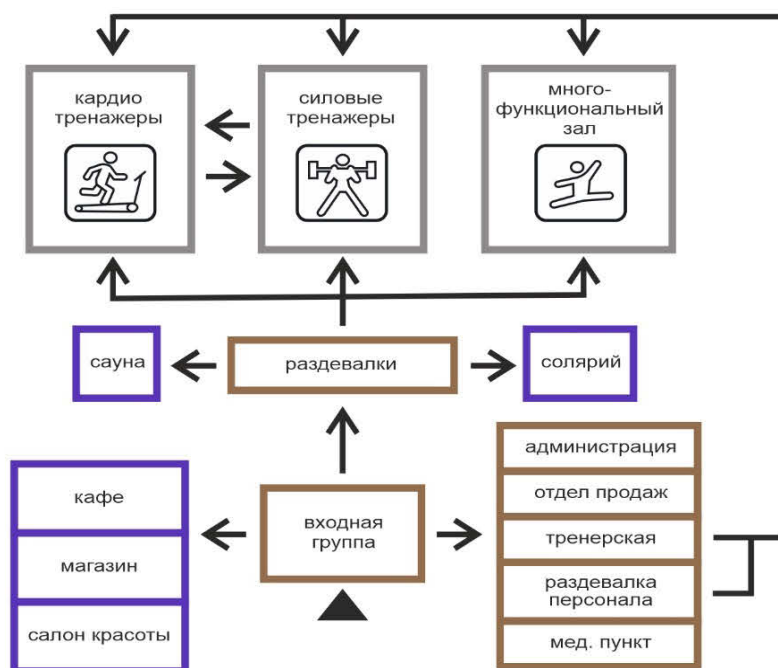
Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров

МОДУЛЬ 2



ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА



ФИТНЕС-ЮНИТЫ

- СИЛОВЫЕ ТРЕНАЖЕРЫ
- КАРДИО ТРЕНАЖЕРЫ
- МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ЗАЛ

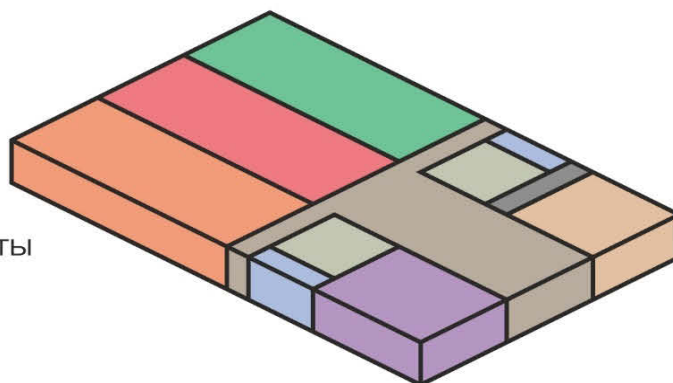
СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

- САУНА, СОЛЯРИЙ
- КАФЕ, МАГАЗИН, САЛОН КРАСОТЫ

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ

- ИНЖЕНЕРНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ
- ПОМЕЩЕНИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
- КОММУНИКАЦИИ
- СЛУЖЕБНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ

ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СХЕМА

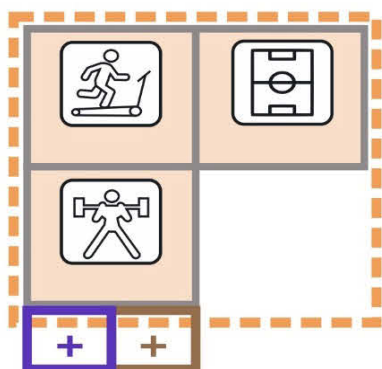


Илл. 63

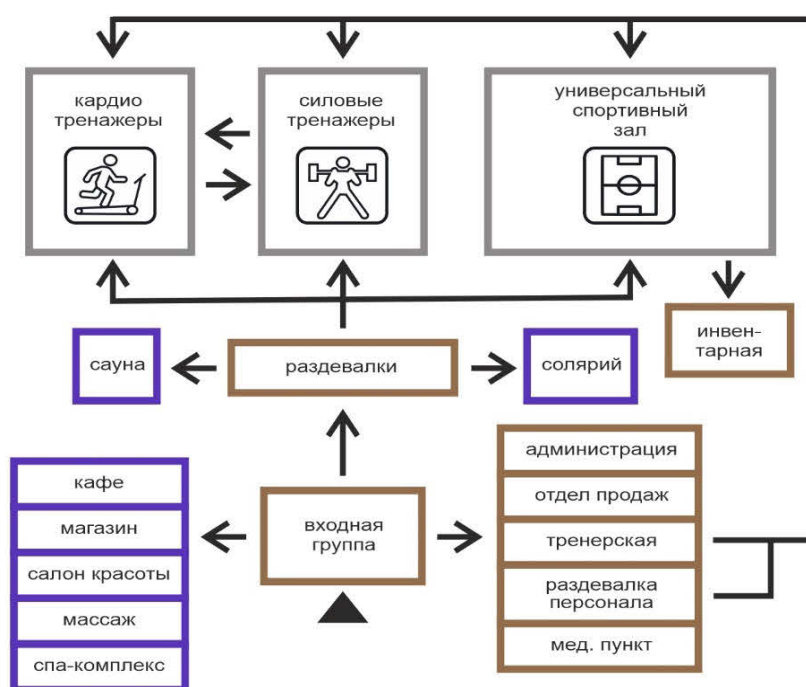
Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров

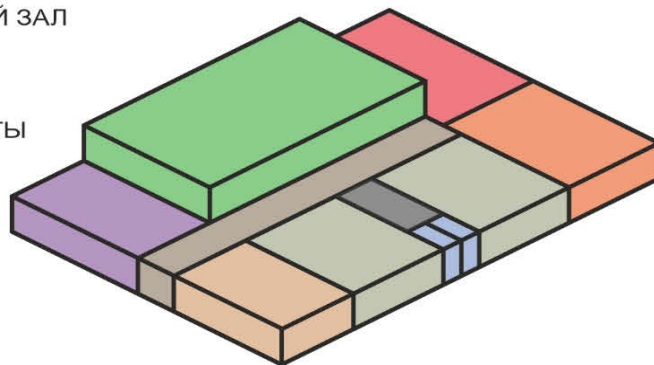
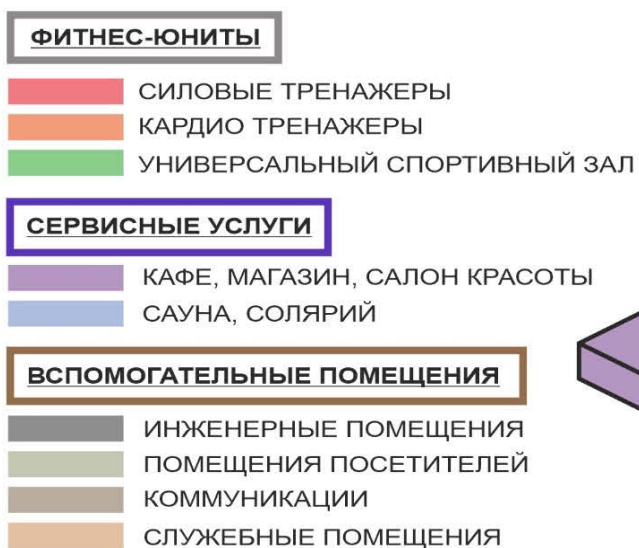
МОДУЛЬ 3



ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА



ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СХЕМА

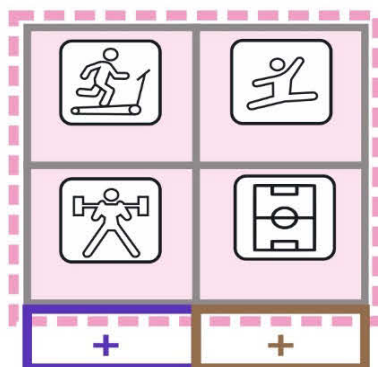


Илл. 64

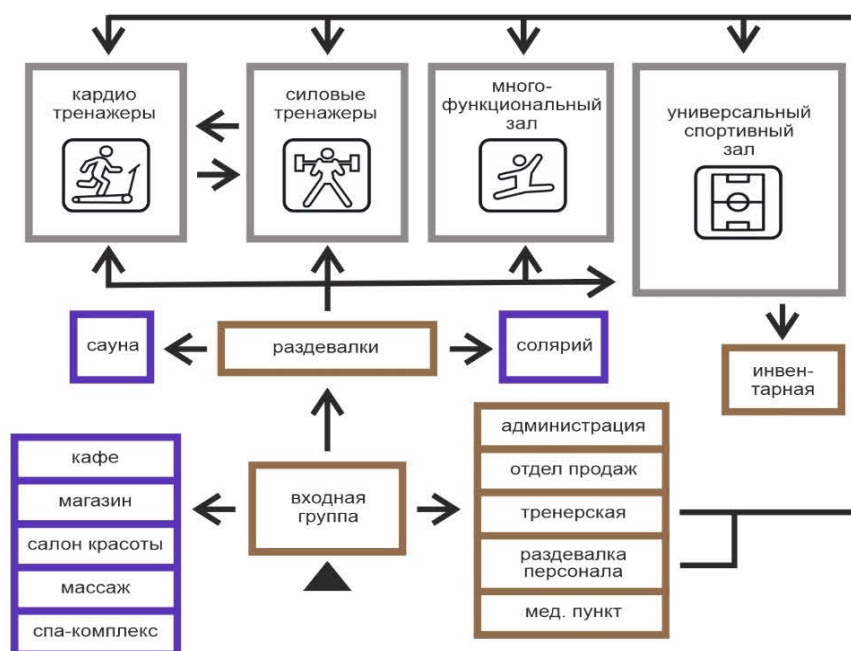
Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров

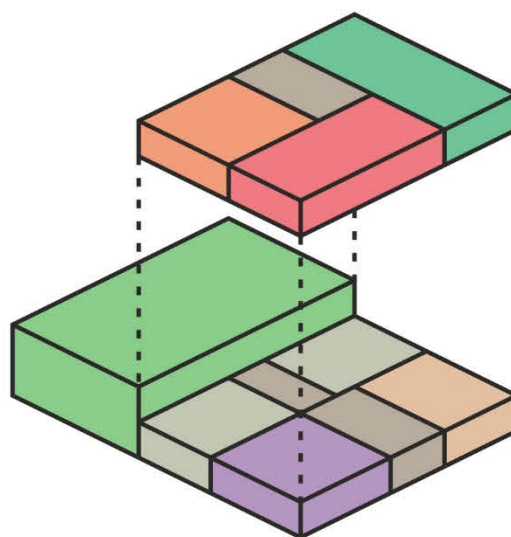
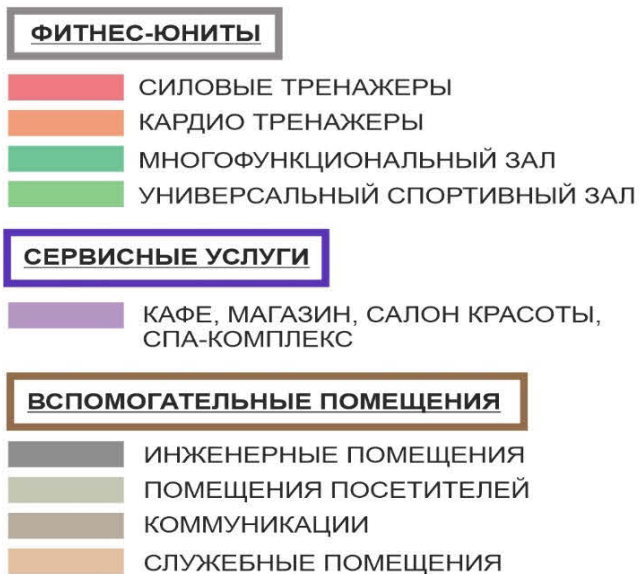
МОДУЛЬ 4



ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА



ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СХЕМА

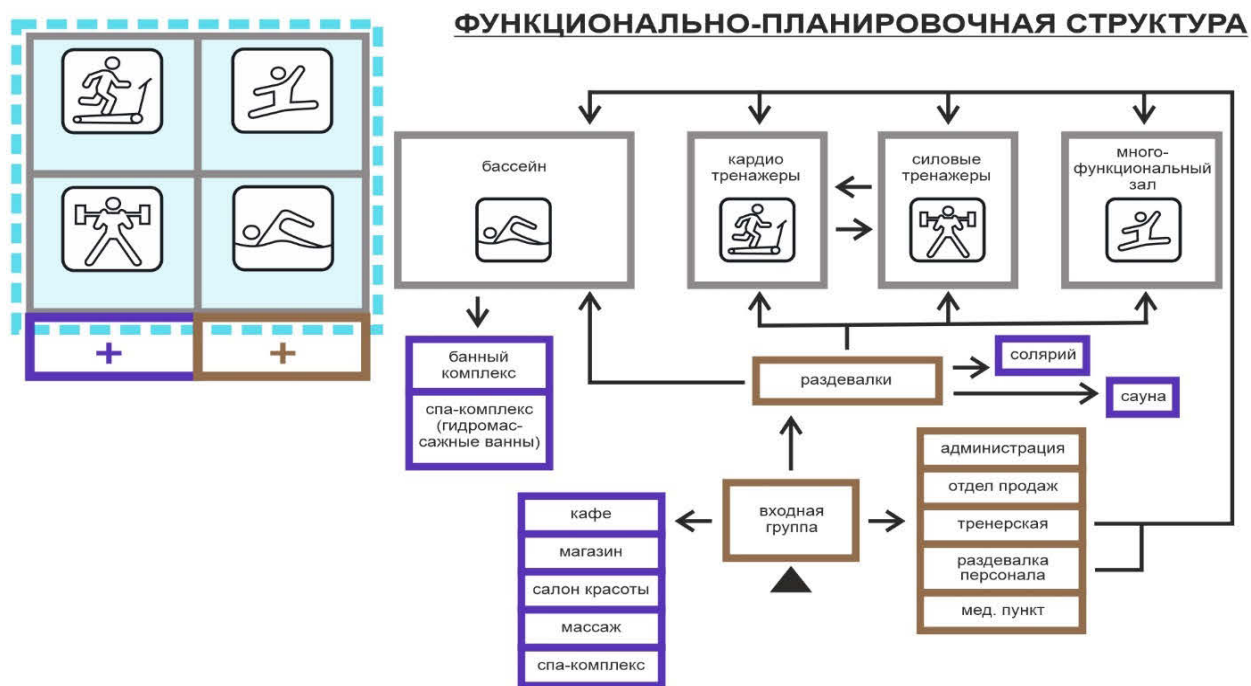
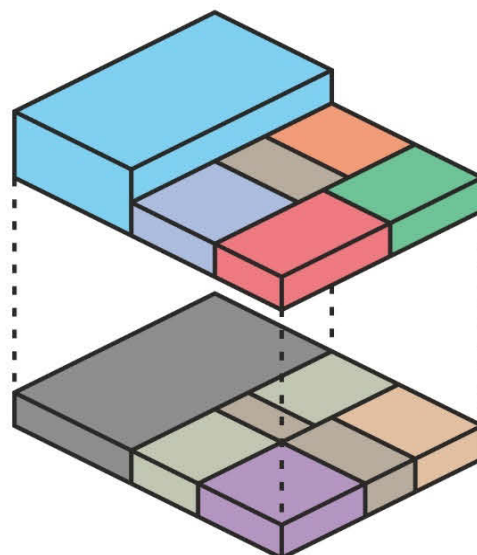
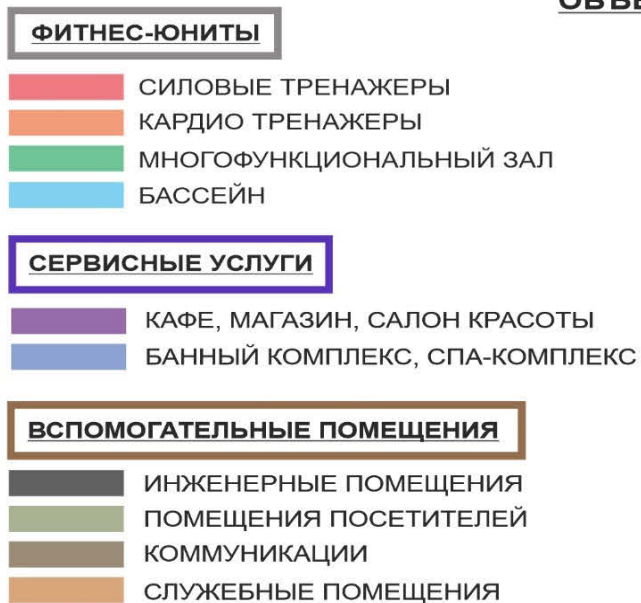


Илл. 65

Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров

МОДУЛЬ 5

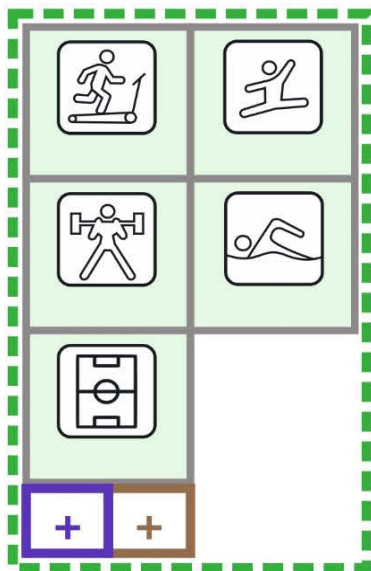
**ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СХЕМА**

Илл. 66

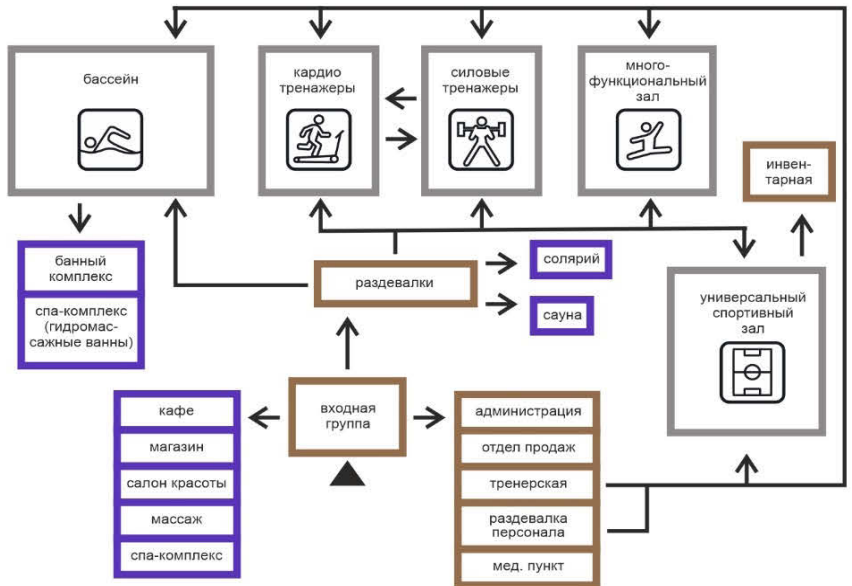
Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели фитнес-центров

МОДУЛЬ 6

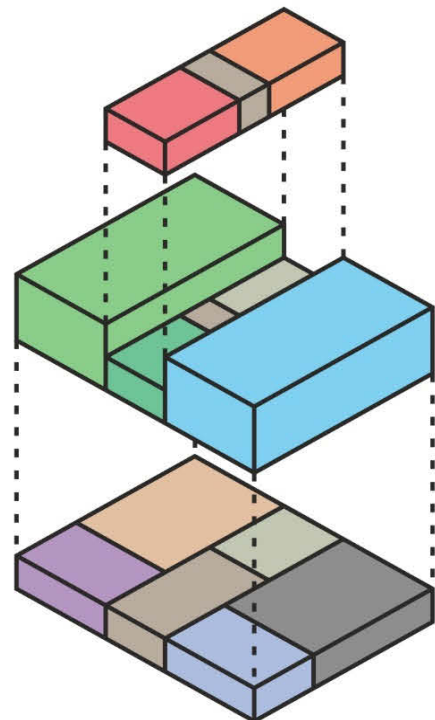


ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА



ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СХЕМА

- ФИТНЕС-ЮНИТЫ**
- СИЛОВЫЕ ТРЕНАЖЕРЫ
 - КАРДИО ТРЕНАЖЕРЫ
 - МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ЗАЛ
 - БАССЕЙН
 - УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ
- СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ**
- КАФЕ, МАГАЗИН, САЛОН КРАСОТЫ
 - БАННЫЙ КОМПЛЕКС, СПА-КОМПЛЕКС
- ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ**
- ИНЖЕНЕРНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ
 - ПОМЕЩЕНИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
 - КОММУНИКАЦИИ
 - СЛУЖЕБНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ

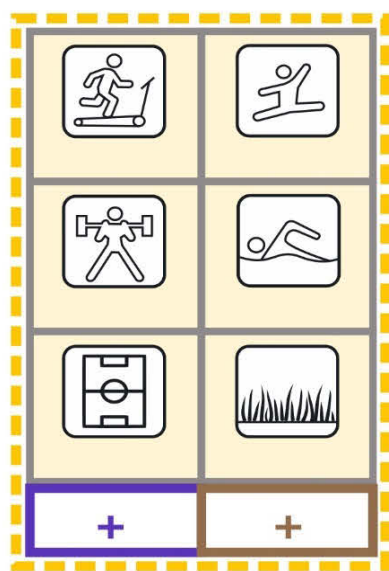


Илл. 67

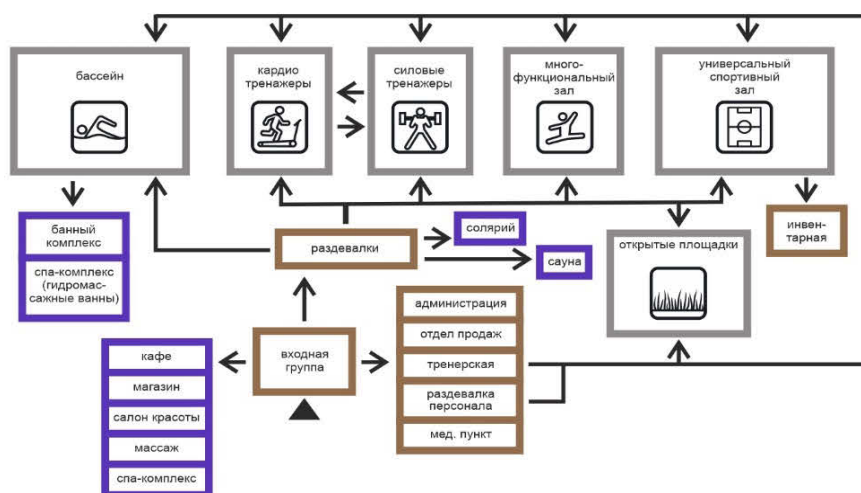
Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров

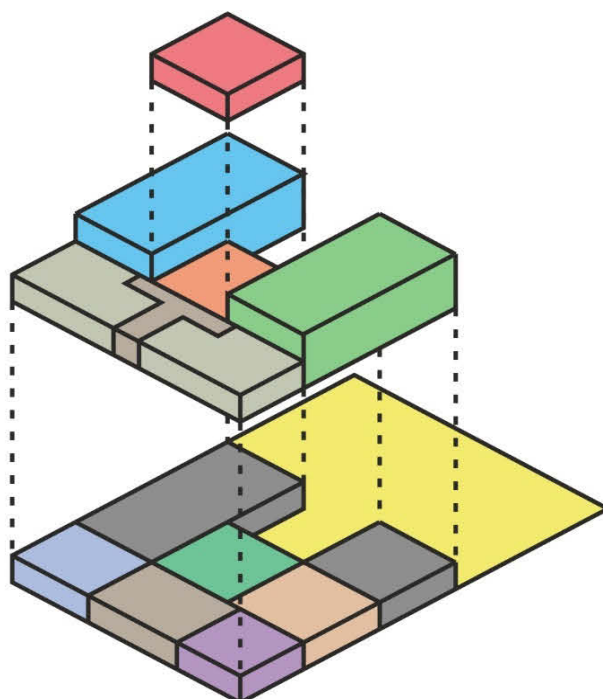
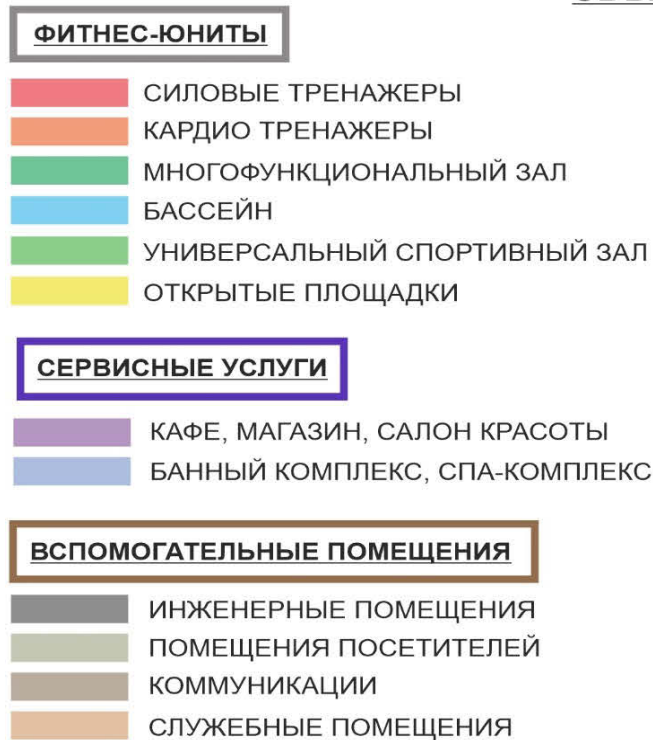
МОДУЛЬ 7



ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА



ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СХЕМА



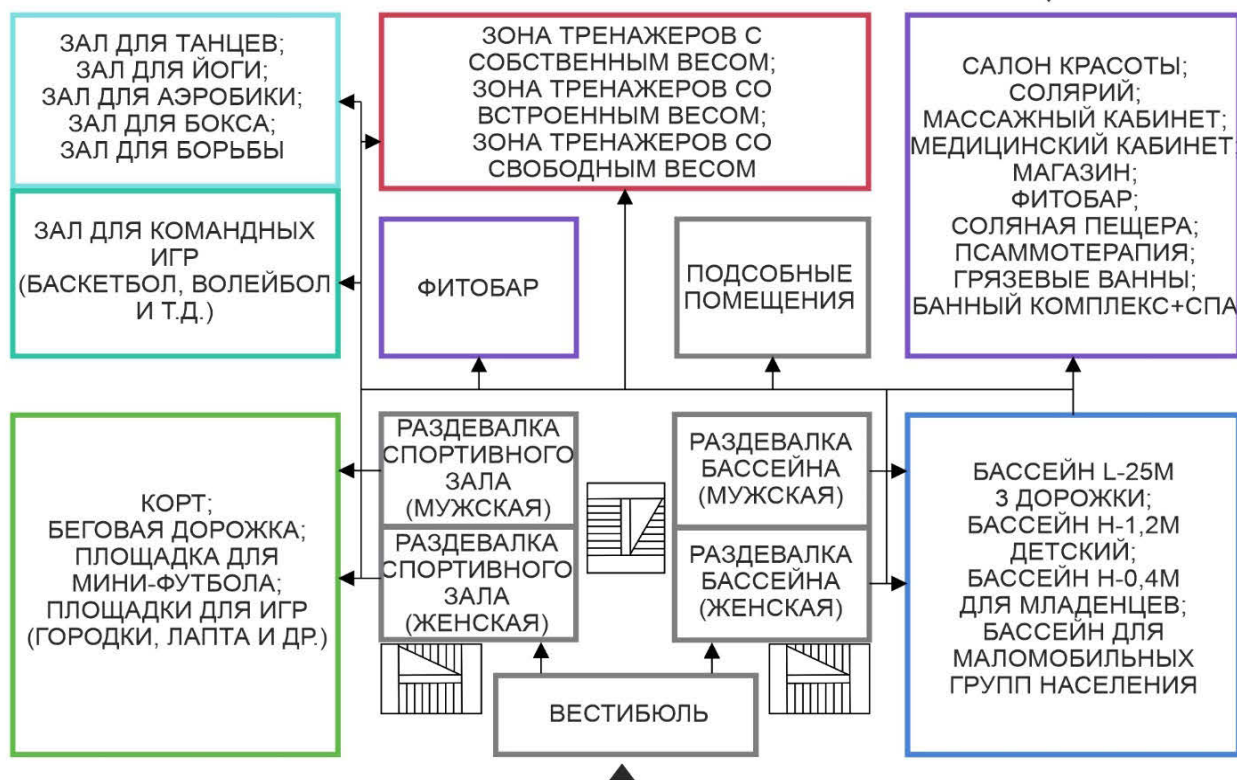
Илл. 68

Глава 3. §3.1

Создание теоретической модели
фитнес-центров

СВОДНЫЙ МОДУЛЬ

ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА ▼



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- КАРДИО ТРЕНАЖЕРЫ;
- СИЛОВЫЕ ТРЕНАЖЕРЫ;
- БАДЫ (НЕСПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ);
- БАССЕЙНЫ;
- ОТКРЫТЫЕ ПЛОЩАДКИ;
- УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ;
- МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ЗАЛ



Илл. 70	Глава 3. §3.2	Предложения по типологии фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга)							
<p>УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ФИТНЕС-ЮНИТ СИЛОВЫЕ - ФИТНЕС-ЮНИТ КАРДИО - ФИТНЕС-ЮНИТ ГРУППОВЫЕ - ФИТНЕС-ЮНИТ ИГРОВЫЕ - ФИТНЕС-ЮНИТ В БАССЕЙНЕ - ФИТНЕС-ЮНИТ НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ С - СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ И - ИНЖЕНЕРИЯ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА ОБЩЕСТВЕННОГО КАФЕ ПИТАНИЯ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА МАССАЖА - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА САУНЫ И БАНИ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА ЗАГАР В СОЛЯРИИ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА СПА-УСЛУГИ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА ТОРГОВЛЯ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА МЕДИЦИНСКИЕ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА КОСМЕТОЛОГИЧЕСКИЕ САЛОН ПРОЦЕДУРЫ КРАСОТЫ 	<p>ОПРЕДЕЛЕНИЕ</p> <p>УНИВЕРСАЛЬНЫЙ</p> <p>ФИТНЕС-ЦЕНТР ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЙ ОСНОВНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ В ФИТНЕС УСЛУГАХ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ - ТОРГОВО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ЦЕНТРЫ - ЖИЛЫЕ ДОМА - ОБЩЕСТВЕННО-ДЕЛОВЫЕ ЦЕНТРЫ <p>ХАРАКТЕРИСТИКИ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ПО ВИДУ ПОДЧИНЕНИЯ - ГОСУДАРСТВЕННЫЕ, ЧАСТНЫЕ; - ПО ВИДУ СТРОЕНИЯ - СТАЦИОНАРНЫЕ; - ПО РЕЖИМУ ПОТРЕБЛЕНИЯ - РЕГУЛЯРНЫЕ, ЭПИЗОДИЧЕСКИЕ; - ПО КЛАССУ ОБСЛУЖИВАНИЯ - СОЦИАЛЬНЫЕ, МЕДИЦИНСКИЕ; - ПО ГРУППАМ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ - ВСЕ ГРУППЫ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ ВСЕХ ВОЗРАСТОВ. 	<p>РАЗМЕЩЕНИЕ</p> <p>ОБ.-ПРОСТР. РЕШ.</p> <p>ЖИЛОЙ ДОМ ВСТРОЕННЫЙ</p>	<p>МОДУЛЬ</p> <p>M2</p> <p>M1</p> <p>M3</p>	<p>ВИДЫ ПРОГРАММ И УСЛУГ</p> <p>БИЗНЕС ЦЕНТР ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР РЕКОНСТРУИРУЕМЫЙ</p> <p>БИЗНЕС ЦЕНТР ВСТРОЕННЫЙ</p>					
					<p>МОДУЛЬ 1</p> <p>ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p>	<p>МОДУЛЬ 2</p> <p>ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p>	<p>МОДУЛЬ 3</p> <p>ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p>		

Илл. 71

Глава 3. §3.2

Предложения по типологии фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга)

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ	ФИТНЕС-ЦЕНТР	МОДУЛЬ	РАЗМЕЩЕНИЕ ОБ-ПРОСТР. РЕШ.	ВИДЫ ПРОГРАММ И УСЛУГ	ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА	Изображения зданий
<ul style="list-style-type: none"> Фитнес-юнит Словесные Фитнес-юнит кардио Фитнес-юнит групповые Фитнес-юнит игровые Фитнес-юнит в бассейне Фитнес-юнит на открытом воздухе Сервисные услуги Инженерия Сервисная услуга общественного кафе/питания Сервисная услуга массаж Сервисная услуга сауны и бани Сервисная услуга солярий Сервисная услуга СПА-услуги Сервисная услуга торговли Сервисная услуга медицинских услуг Сервисная услуга косметологические салоны процедуры красоты 	<p>ОПРЕДЕЛЕНИЕ МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ФИТНЕС-ЦЕНТР ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ МАКСИМАЛЬНО ШИРОКИЙ ВЫБОР СПОРТИВНЫХ И НЕСПОРТИВНЫХ (СЕРВИСНЫХ) УСЛУГ. - СПОРТИВНЫЕ КЛАСТЕРЫ</p> <p>ОТДЕЛЬНОСТояЩИЕ СООРУЖЕНИЯ</p> <p>ХАРАКТЕРИСТИКИ - ПО ВИДУ ПОДЧИНЕНИЯ - ЧАСТНЫЕ, СМЕШАННЫЕ; - ПО ВИДУ СТРОЕНИЯ - СТАЦИОНАРНЫЕ; - ПО ВИДУ ПОТРЕБЛЕНИЯ - СЕТЕВЫЕ, ЛОКАЛЬНЫЕ; - ПО РЕЖИМУ ПОТРЕБЛЕНИЯ - РЕГУЛЯРНЫЕ, ЭПИЗОДИЧЕСКИЕ; - ПО КЛАССУ ОБСЛУЖИВАНИЯ - ВИП, СОЦИАЛЬНОЕ; - ПО ГРУППАМ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ - ВСЕ ГРУППЫ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ ВСЕХ ВОЗРАСТОВ.</p>	<p>М 5</p> <p>М 6</p> <p>М 7</p>	<p>САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ</p> <p>РЕКОНСТРУИРУЕМЫЙ</p> <p>САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ</p>		<p>МОДУЛЬ 5 ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p> <p>МОДУЛЬ 6 ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p> <p>МОДУЛЬ 7 ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p>	

Илл. 72

Глава 3. §3.2

Предложения по типологии фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга)

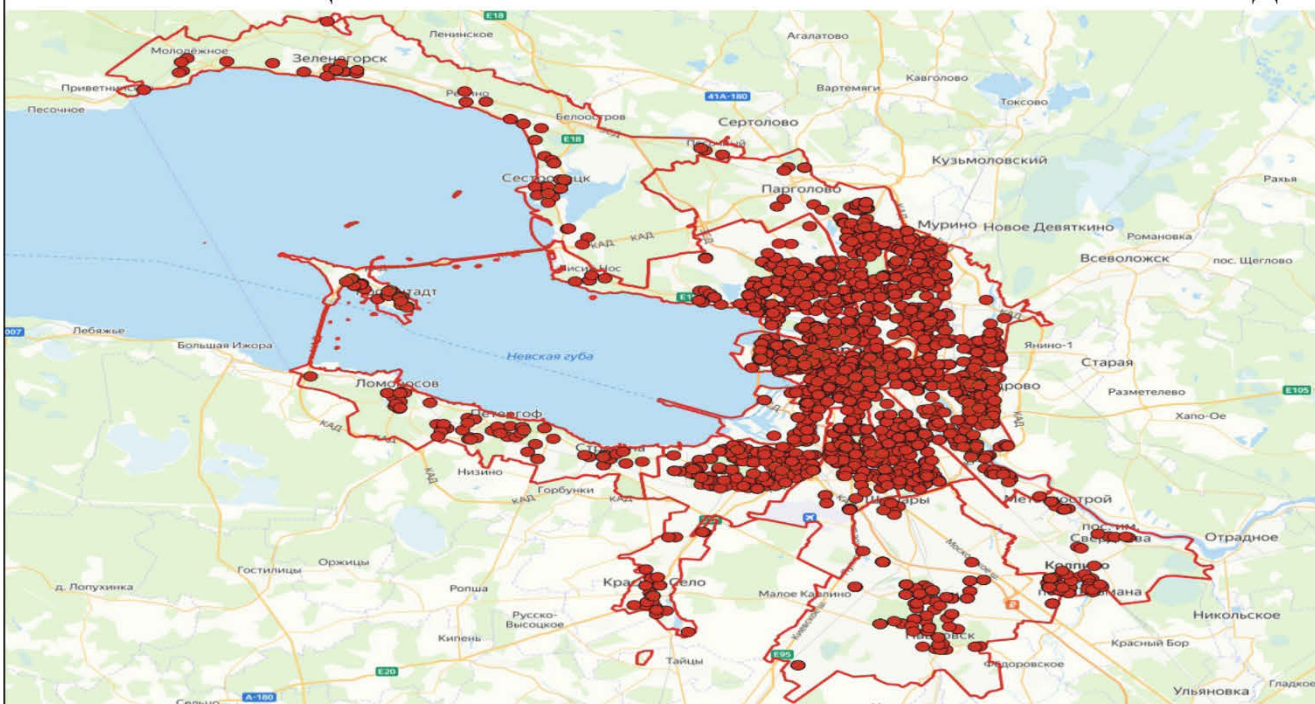
УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ	СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ			ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА			
	ОПРЕДЕЛЕНИЕ	ХАРАКТЕРИСТИКИ	РАЗМЕЩЕНИЕ ОБЪ-ПРОСТР. РЕШ.	ВИДЫ ПРОГРАММ И УСЛУГ	МОДУЛЬ 2	МОДУЛЬ 4	МОДУЛЬ 5
<ul style="list-style-type: none"> - ФИТНЕС-ЮНИТ СИЛОВЫЕ - ФИТНЕС-ЮНИТ КАДИО - ФИТНЕС-ЮНИТ ГРУППОВЫЕ - ФИТНЕС-ЮНИТ ИГРОВЫЕ - ФИТНЕС-ЮНИТ В БАССЕЙНЕ - ФИТНЕС-ЮНИТ НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ - СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ - ИНЖЕНЕРИЯ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА ОБЩЕСТВЕННОГО КАФЕ ПИТАНИЯ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА МАССАЖА - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА САУНА - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА ЗАГР В СОЛЯРИИ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА СПА-УСЛУГИ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА ТОРГОВЛИ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА МЕДИЦИНСКИЕ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА КОСМЕТОЛОГИЧЕСКИЕ - СЕРВИСНАЯ УСЛУГА САЛОН ПРОЦЕДУРЫ КРАСОТЫ 	<p>ОПРЕДЕЛЕНИЕ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ФИТНЕС-ЦЕНТРЫ ПРЕДНАЗНАЧЕННЫЕ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕННОГО ТИПА ПОТРЕБИТЕЛЕЙ. - МЕДИЦИНСКИЕ УчРЕЖДЕНИЯ - САНАТОРИИ / ПРОФИЛАКТОРИИ - РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ ЦЕНТРЫ - ВОЕННЫЕ ЧАСТИ - ВЕДОМСТВЕННЫЕ УчРЕЖДЕНИЯ - ОБЪЕКТЫ ВОЗДУШНОГО И ВОДНОГО ТРАНСПОРТА - ТРЕНИРОВОЧНЫЕ БАЗЫ 	<p>ХАРАКТЕРИСТИКИ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ПО ВИДУ ПОДЧИНЕНИЯ - ГОСУДАРСТВЕННЫЕ; - ПО МЕСТУ РАЗМЕЩЕНИЯ - СПЕЦИАЛЬНЫЕ; - ПО УСЛОВИЯМ РАЗМЕЩЕНИЯ - ВСТРОЕННЫЕ, ПРИСПОСОБЛЕННЫЕ, САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ; - ПО ВИДУ СТРОЕНИЯ - СТАЦИОНАРНЫЕ, МОБИЛЬНЫЕ; - ПО ВИДУ ПОТРЕБЛЕНИЯ - ЛОКАЛЬНЫЕ; - ПО РЕЖИМУ ПОТРЕБЛЕНИЯ - РЕГУЛЯРНЫЙ; - ПО КЛАССУ ОБСЛУЖИВАНИЯ - СОЦИАЛЬНО-МЕДИЦИНСКОЕ; - ГРУППЫ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ - СПЕЦИАЛЬНЫЕ ГРУППЫ 	<p>РАЗМЕЩЕНИЕ ОБЪ-ПРОСТР. РЕШ.</p> <ul style="list-style-type: none"> САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ РЕКРЕАЦИОННЫЙ ВСТРОЕННЫЙ 	<p>ВИДЫ ПРОГРАММ И УСЛУГ</p> <ul style="list-style-type: none"> Фитнес-юнит Силовые Кардио Групповые Игровые В бассейне На открытом воздухе Сервисные услуги Инженерия Сервисная услуга общественного кафе питания Сервисная услуга массажа Сервисная услуга сауна Сервисная услуга загар в солярии Сервисная услуга спа-услуги Сервисная услуга торговли Сервисная услуга медицинские Сервисная услуга косметологические Сервисная услуга салон процедуры красоты 	<p>МОДУЛЬ 2 ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p>	<p>МОДУЛЬ 4 ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p>	<p>МОДУЛЬ 5 ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА</p>

Илл. 73

Глава 3. §3.3

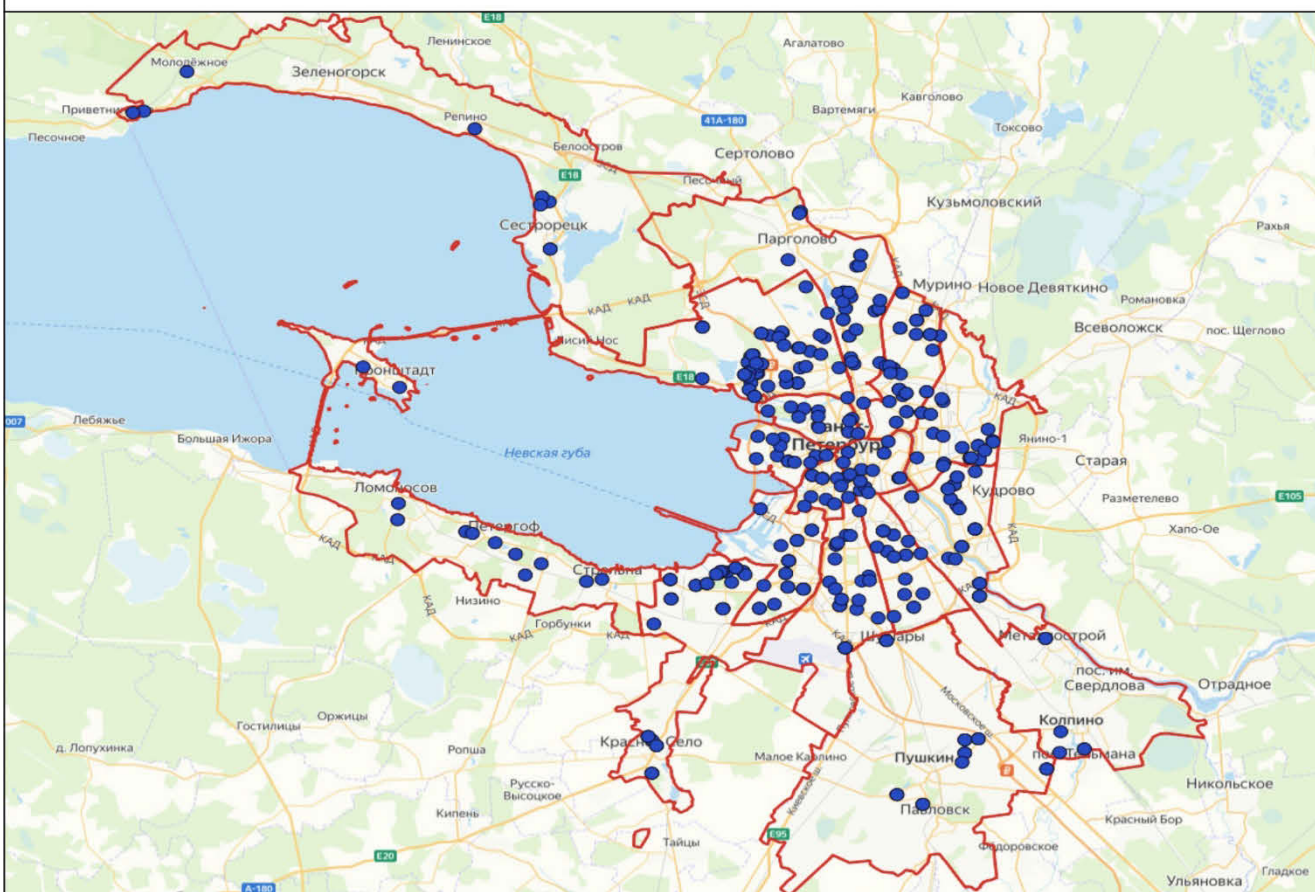
Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров
(на примере Санкт-Петербурга)

СХЕМА РАЗМЕЩЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ЗАЛОВ В СТРУКТУРЕ ГОРОДА



● - спортивные-центры

СХЕМА РАЗМЕЩЕНИЯ БАССЕЙНОВ В СТРУКТУРЕ ГОРОДА



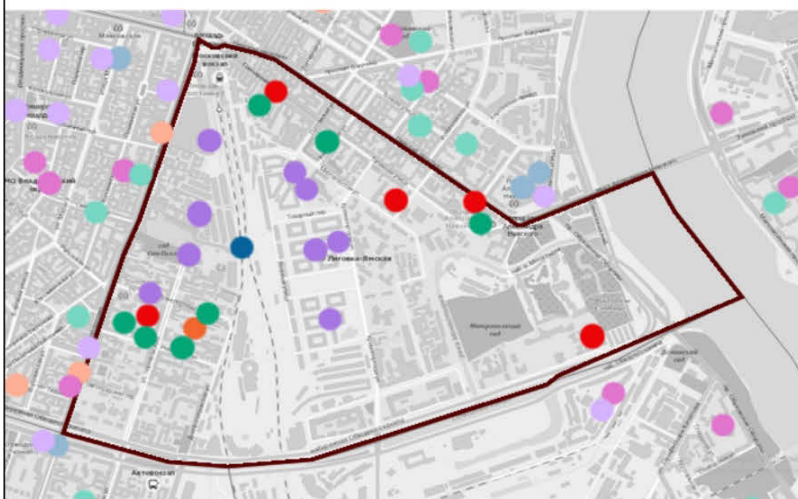
● - бассейны

Илл. 74

Глава 3. §3.3

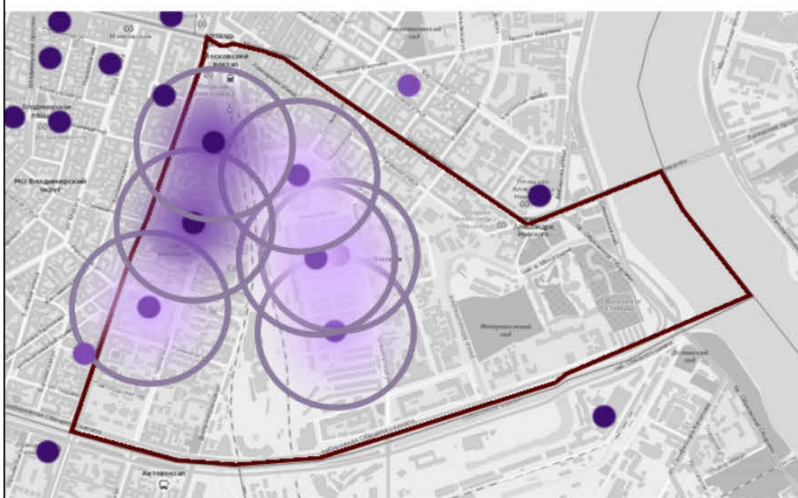
Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров
(на примере Санкт-Петербурга)

Муниципальный Округ Лиговка-Ямская



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- - Общегородские спортивные объекты;
- - Бассейны;
- - Спортивные залы;
- - Плоскостные спортивные сооружения;
- - Фитнес-центры;
- - Общегородской спортивный объект соседних МО;
- - Бассейны соседних МО;
- - Спортивные залы соседних МО;
- - Плоскостные спортивные сооружения соседних МО;
- - Фитнес-центры соседних МО



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

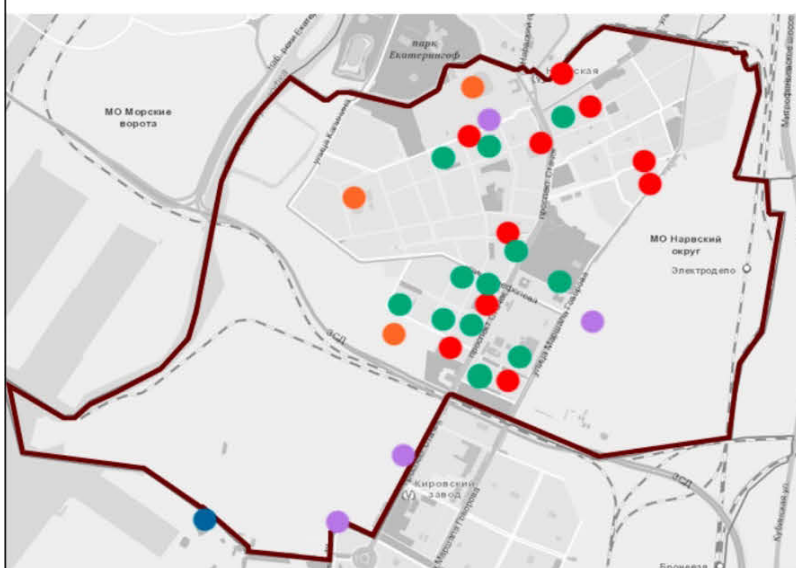
- - Фитнес-центры с радиусом доступности (30 мин.) 500 м;
- - Специализированные фитнес-центры (тренировки по персональной программе, тренировки только для женской аудитории);
- - Фитнес-центры соседних МО;
- - Специализированные фитнес-центры соседних МО

Илл. 75

Глава 3. §3.3

Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга)

Муниципальный Округ Нарвский



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- - Общегородские спортивные объекты;
- - Бассейны;
- - Спортивные залы;
- - Плоскостные спортивные сооружения;
- - Фитнес-центры;
- - Общегородской спортивный объект соседних МО;
- - Бассейны соседних МО;
- - Спортивные залы соседних МО;
- - Плоскостные спортивные сооружения соседних МО;
- - Фитнес-центры соседних МО



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

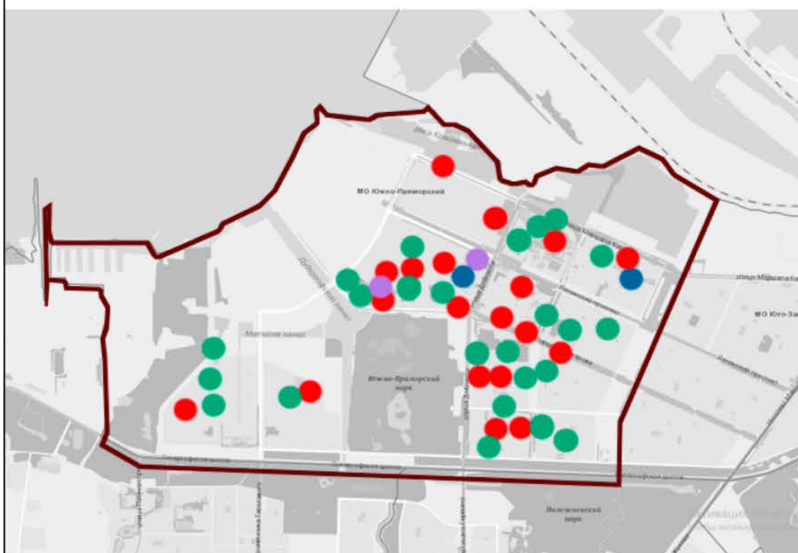
- - Фитнес-центры с радиусом доступности (30 мин.) 500 м;
- - Специализированные фитнес-центры (тренировки по персональной программе, тренировки только для женской аудитории);
- - Фитнес-центры соседних МО;
- - Специализированные фитнес-центры соседних МО

Илл. 76

Глава 3. §3.3

Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга)

Муниципальный Округ Южно-Приморский



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- - Общегородские спортивные объекты;
- - Бассейны;
- - Спортивные залы;
- - Плоскостные спортивные сооружения;
- - Фитнес-центры;
- - Общегородской спортивный объект соседних МО;
- - Бассейны соседних МО;
- - Спортивные залы соседних МО;
- - Плоскостные спортивные сооружения соседних МО;
- - Фитнес-центры соседних МО



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

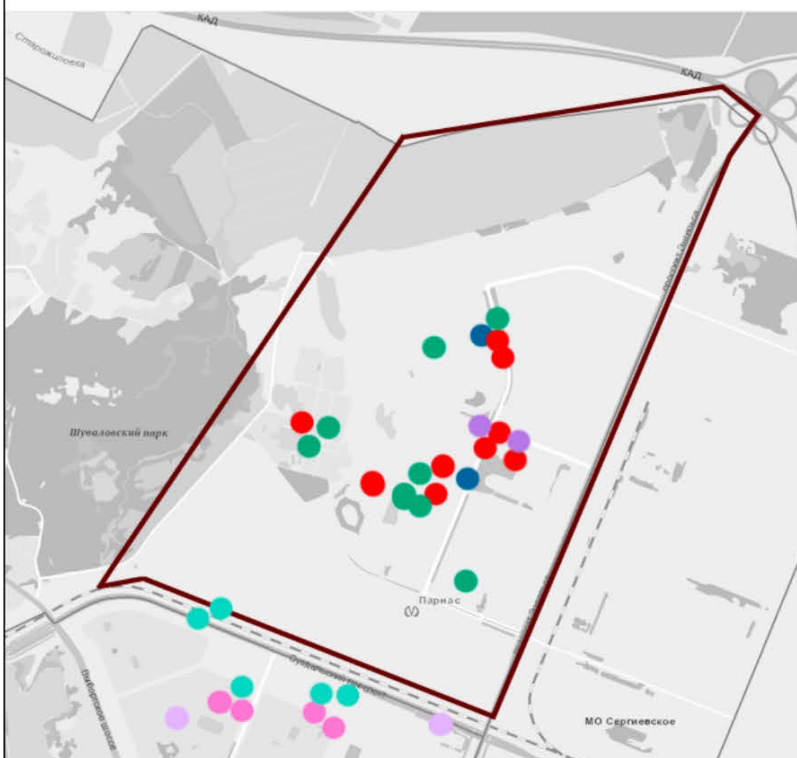
- - Фитнес-центры с радиусом доступности (30 мин.) 500 м;
- - Специализированные фитнес-центры (тренировки по персональной программе, тренировки только для женской аудитории);
- - Фитнес-центры соседних МО;
- - Специализированные фитнес-центры соседних МО

Илл. 77

Глава 3. §3.3

Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга)

Муниципальный Округ Парголово



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- - Общегородские спортивные объекты;
- - Бассейны;
- - Спортивные залы;
- - Плоскостные спортивные сооружения;
- - Фитнес-центры;
- - Общегородской спортивный объект соседних МО;
- - Бассейны соседних МО;
- - Спортивные залы соседних МО;
- - Плоскостные спортивные сооружения соседних МО;
- - Фитнес-центры соседних МО



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

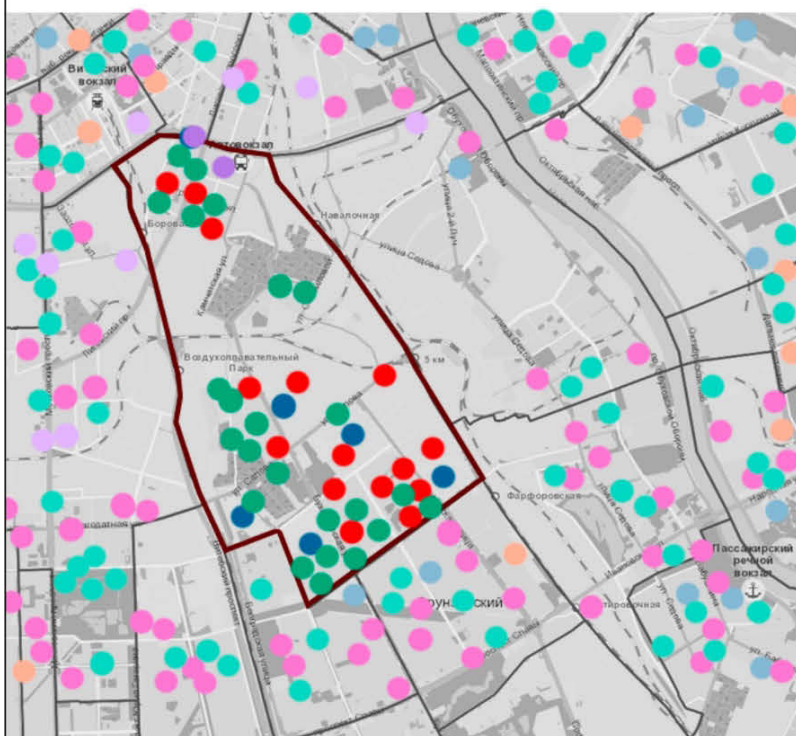
- - Фитнес-центры с радиусом доступности (30 мин.) 500 м;
- - Специализированные фитнес-центры (тренировки по персональной программе, тренировки только для женской аудитории);
- - Фитнес-центры соседних МО;
- - Специализированные фитнес-центры соседних МО

Илл. 78

Глава 3. §3.3

Критерии и оценка территории для размещения фитнес-центров
(на примере Санкт-Петербурга)

Муниципальный Округ Волковское



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- - Общегородские спортивные объекты;
- - Бассейны;
- - Спортивные залы;
- - Плоскостные спортивные сооружения;
- - Фитнес-центры;
- - Общегородской спортивный объект соседних МО;
- - Бассейны соседних МО;
- - Спортивные залы соседних МО;
- - Плоскостные спортивные сооружения соседних МО;
- - Фитнес-центры соседних МО



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:

- - Фитнес-центры с радиусом доступности (30 мин.) 500 м;
- - Специализированные фитнес-центры (тренировки по персональной программе, тренировки только для женской аудитории);
- - Фитнес-центры соседних МО;
- - Специализированные фитнес-центры соседних МО

<p>Илл. 79</p>	<p>Глава 3. §3.4</p>	<p>Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров</p>
<p>ПРИНЦИП АВТОНОМНОСТЬ</p>	<p>ПРИНЦИП МОБИЛЬНОСТЬ</p>	<p>ПРИНЦИП АВТОНОМНОСТЬ</p>
<p>ПРИНЦИП МОБИЛЬНОСТЬ</p>	<p>ПРИНЦИП АВТОНОМНОСТЬ</p>	<p>ПРИНЦИП МОБИЛЬНОСТЬ</p>

ПРИНЦИП АВТОНОМНОСТЬ

Фитнес-центр на Левашовском пр. МНОТОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ТИП Архитекторы: Архитектурная группа «АРКА» Площадь: 3 060 м²

Иконки: силовые, кардио, групповые, на воде, игровые, на открытом воздухе.

ПРИНЦИП МОБИЛЬНОСТЬ

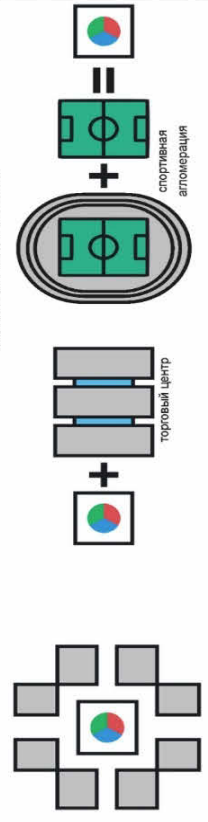
Иконки: силовые, кардио, групповые, на воде, игровые, на открытом воздухе.

Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров

ОПРЕДЕЛЕНИЕ
 ПРИНЦИП ФОРМИРОВАНИЯ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫХ РЕШЕНИЙ ФИТНЕС-ЦЕНТРА КАК ОБОСЛЕННОГО СООРУЖЕНИЯ С ВОЗМОЖНОСТЬЮ РАЗМЕЩЕНИЯ НА СОБСТВЕННОЙ ТЕРРИТОРИИ ИЛИ В СОСТАВЕ КРУПНЫХ КОМПЛЕКСОВ В КАЧЕСТВЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ОБЪЕКТА.

СХЕМА

самостоятельная автономность (в составе микрорайона)

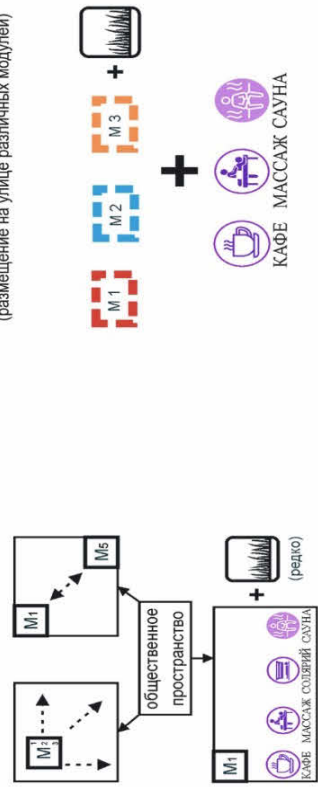


ТИПЫ
 МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ

ОПРЕДЕЛЕНИЕ
 ПРИНЦИП ФОРМИРОВАНИЯ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫХ РЕШЕНИЙ ФИТНЕС-ЦЕНТРА С ПОМОЩЬЮ ПЕРЕДВИЖНЫХ И БЫСТРОВОЗВОДИМЫХ КОНСТРУКТИВНЫХ МОДУЛЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ И ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫХ УСЛОВИЙ.

СХЕМА

внешняя мобильность (размещение на улице различных модулей)



ТИПЫ
 УНИВЕРСАЛЬНЫЕ, СПЕЦИАЛЬНЫЕ

ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НОВЫХ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫХ РЕШЕНИЙ НА ОСНОВАНИИ ВЫЯВЛЕННЫХ ПРИНЦИПОВ

<p>Илл. 81</p>	<p>Глава 3. §3.4</p>	<p>Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров</p>	
	<p>ПРИНЦИП ВКЛЮЧЕНИЕ</p> <p>ПРИНЦИП СМЕШИВАНИЕ</p>	<p>П. ВКЛЮЧЕНИЕ = П. МОБИЛЬНОСТЬ + П. ПУЛЬСАЦИЯ</p> <p>«ФИТНЕС-ПАРК»</p> <p>- СОЗДАНИЕ НОВЫХ ГОРОДСКИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ ПРОСТРАНСТВ</p> <p>- РЕВИТАЛИЗАЦИЯ РЕКРЕАЦИОННЫХ И КУРОРТНЫХ ЗОН (ПАРК ДУБКИ, ПЛЯЖ ДЮНЫ, ПАРК АЛЕКСАНДРИЯ И ТД)</p> <p>«ФИТНЕС-ТОЧКА»</p> <p>- РАЗМЕЩЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ФИТНЕС-ЮНИТОВ В ХОЛЛАХ ОБЩЕСТВЕННЫХ ЗДАНИЙ</p> <p>- ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ЭЛЕМЕНТ БЛАГОУСТРОЙСТВА ДОРОЖНОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ</p>	<p>П. СМЕШИВАНИЕ = П. МОБИЛЬНОСТЬ + П. ТРАНСФОРМАЦИЯ</p> <p>«ФИТНЕС-ПРОСТРАНСТВО»</p> <p>- ВОЗМОЖНОСТЬ СОЗДАВАТЬ РАЗЛИЧНЫЕ СОЧЕТАНИЯ ФИТНЕС-ЮНИТОВ</p> <p>- ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ВАРИАТИВНОСТИ</p> <p>- «СЕМЕЙНЫЙ ОТДЫХ ВСЬ ДЕНЬ»</p> <p>- НОВЫЕ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫЕ РЕШЕНИЯ</p>

Илл. 82

Глава 3. §3.4

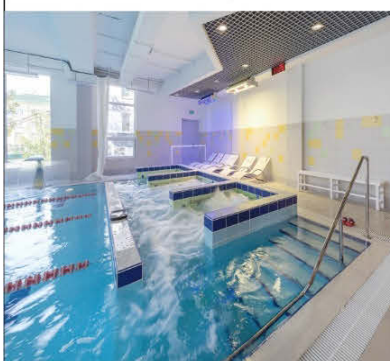
Результаты исследования использованы:
проектирование и строительство;
дипломное проектирование

Фитнес-центр на ул. Варшавская

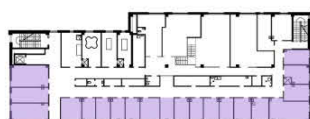
Архитекторы:
Архитектурная группа
«АРКА»

Площадь: 4 000 м²

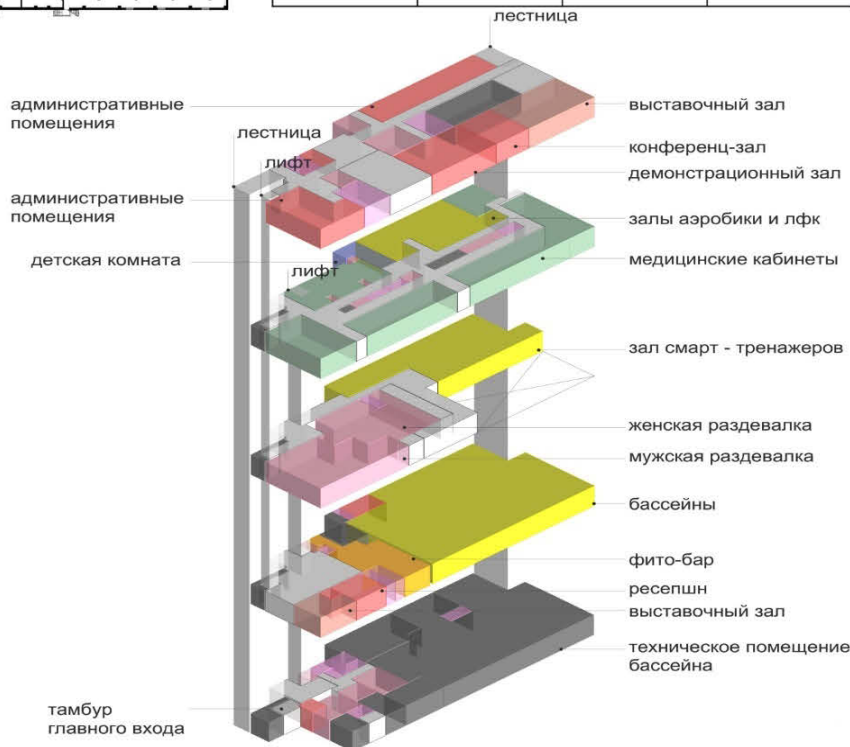
ПРИНЦИП ПУЛЬСАЦИЯ



	транзитная
	техническая
	административная
	санитарно-бытовая
	хранения
	занятий спортом
	выставочная
	общественного питания
	оказания медицинских услуг
	детская



Функциональные зоны	Фитнес юниты (кол-во)	Фитнес программы	Структурные элементы (кол-во)
Гренажерные залы	 14 шт	Силовые тренажеры Бег, ходьба	min 80-90 м.кв. 252 шт
Бассейны	 2 шт	Тренировки Обучение Оздоровление	min 500 м.кв. 100 шт
Зал групповых занятий	 4 шт	Активные Пассивные	min 80-90 м.кв. 90 шт
Зал игровых занятий	 0 шт	Универсальный зал Многофункциональный зал	min 384 м.кв. 0 шт
Сервисная зона			
Инженерная зона			



фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	вспортивные занятия
функциональное зонирование	силовые программы						
	групповые программы						
занятия на воде							

Илл. 83

Глава 3. §3.4

**Результаты исследования использованы:
проектирование и строительство;
дипломное проектирование**

Фитнес-центр на ул. Туристская

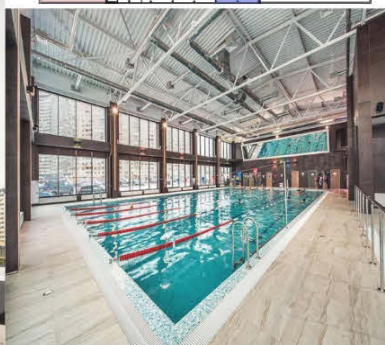
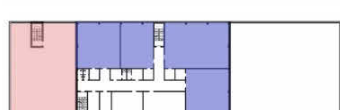
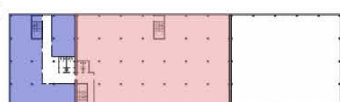
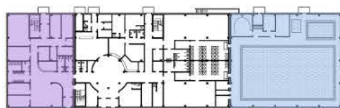
Архитекторы:
Архитектурная группа
«АРКА»

Площадь: 4 840 м²

ПРИНЦИП ТРАНСФОРМАЦИЯ



силовые на воде групповые



Функциональные зоны	Фитнес юниты (кол-во)	Фитнес программы	Структурные элементы (кол-во)
Тренажерные залы	 16 шт	Силовые тренажеры Бег, ходьба	min 80-90 м.кв. 288 шт
Бассейны	 1 шт	Тренировки Обучение Оздоровление	min 500 м.кв. 50 шт
Зал групповых занятий	 6 шт	Активные Пассивные	min 80-90 м.кв. 135 шт
Зал игровых занятий	 0 шт	Универсальный зал Многофункциональный зал	min 384 м.кв. 0 шт
Сервисная зона			
Инженерная зона			

Основные функциональные зоны

Фитнес юниты:

- Силовые тренажеры
- + кардио тренажеры
- Бассейн
- Многофункциональные залы
- Залы аэробики

Вспомогательные функциональные зоны

Сервисные услуги:

- Кафе
- СПА салон
- Салон красоты
- Массажный кабинет
- Детский клуб – детская йога, кроссфит, развивающие классы (с использованием полос препятствий), фитнес-аэробика, обучение плаванию, единоборства

Инженерные помещения:

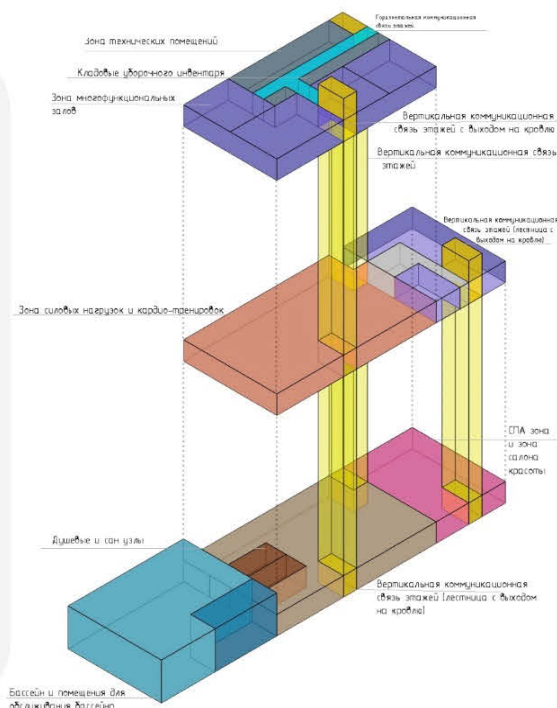
- Помещения водоподготовки бассейна
- Вент. камеры

Служебные помещения:

- Пом. администрации
- Раздевалки персонала
- Кладовые уб. инвентаря

Помещения посетителей:

- Раздевалки
- Сан узлы
- Душевые



фитнес-программа		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
функциональное зонирование							
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

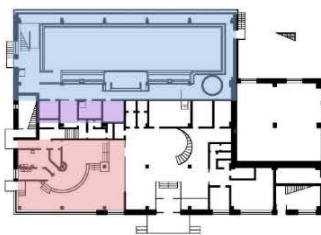
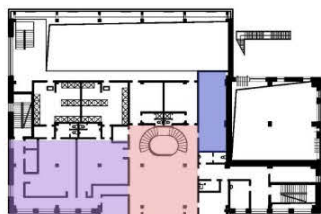
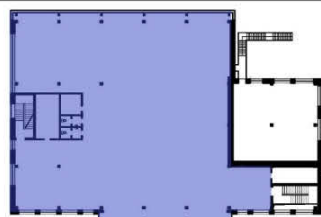
Илл. 84

Глава 3. §3.4

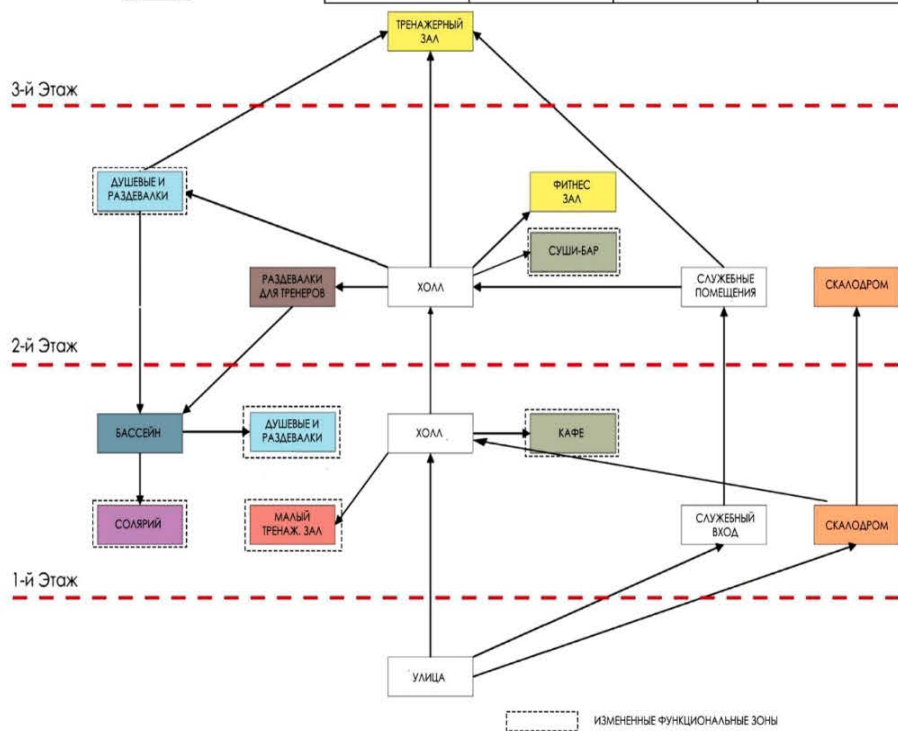
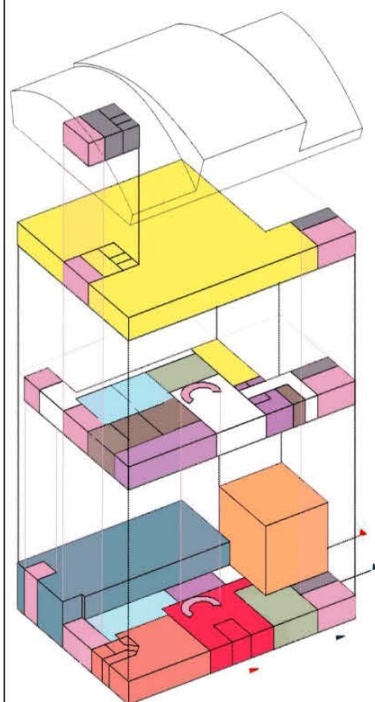
Результаты исследования использованы: проектирование и строительство; дипломное проектирование

Фитнес-центр на Левашовском пр.

Архитекторы:
Архитектурная группа
«АРКА»
Площадь: 3 060 м²
ПРИНЦИП ВКЛЮЧЕНИЕ



Функциональные зоны	Фитнес юниты (кол-во)	Фитнес программы	Структурные элементы (кол-во)
Тренажерные залы	 4 шт	Силовые тренажеры Бег, ходьба	min 80-90 м.кв. 72 шт
Бассейны	 1 шт	Тренировки Обучение Оздоровление	min 500 м.кв. 50 шт
Зал групповых занятий	 15 шт	Активные Пассивные	min 80-90 м.кв. 337 шт
Зал игровых занятий	 0 шт	Универсальный зал Многофункциональный зал	min 384 м.кв. 0 шт
Сервисная зона			
Инженерная зона			

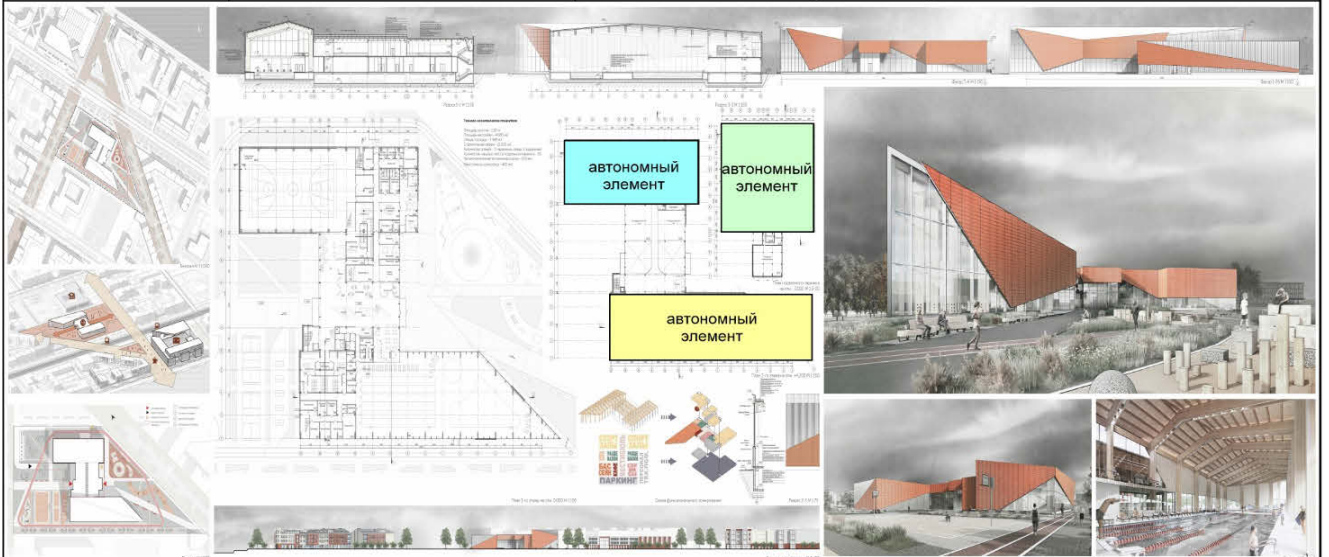


функциональное зонирование		фитнес-программа					
		силовые	групповые	игровые	бассейн	открытые площадки	неспортивные занятия
силовые программы	силовые тренажеры						
	кардио тренажеры						
групповые программы	зал для групповых занятий						
игровые программы	универсальный зал, многофункциональный зал						
занятия на воде	оздоровительный бассейн; детский бассейн						

Илл. 85

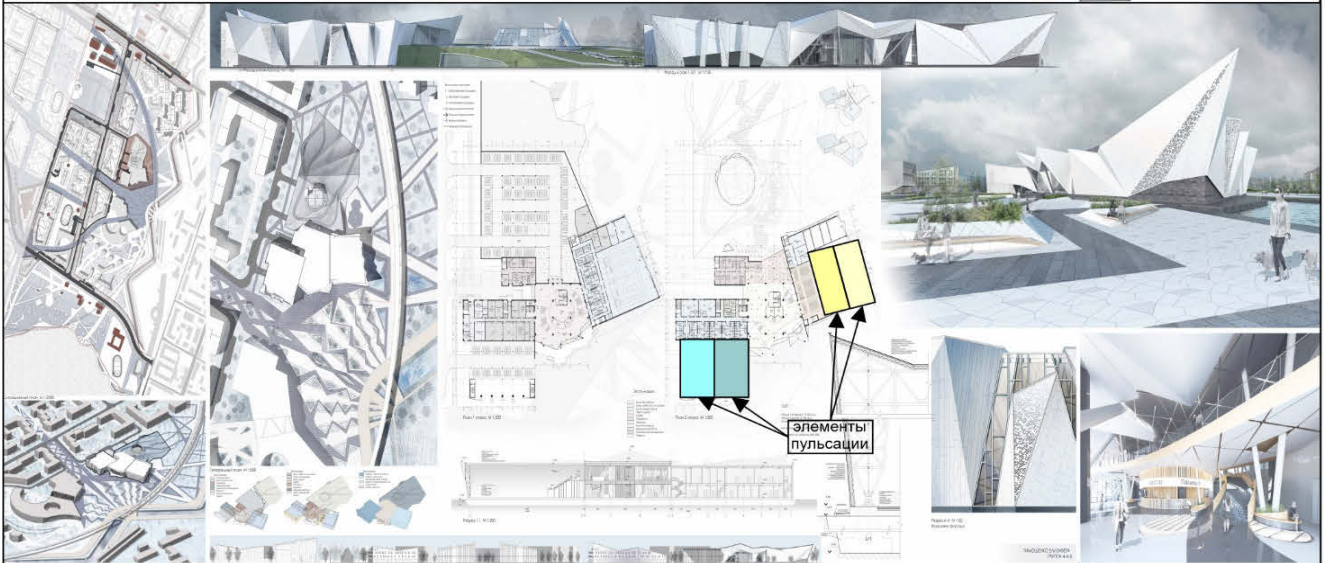
Глава 3. §3.4

Результаты исследования использованы: проектирование и строительство; дипломное проектирование



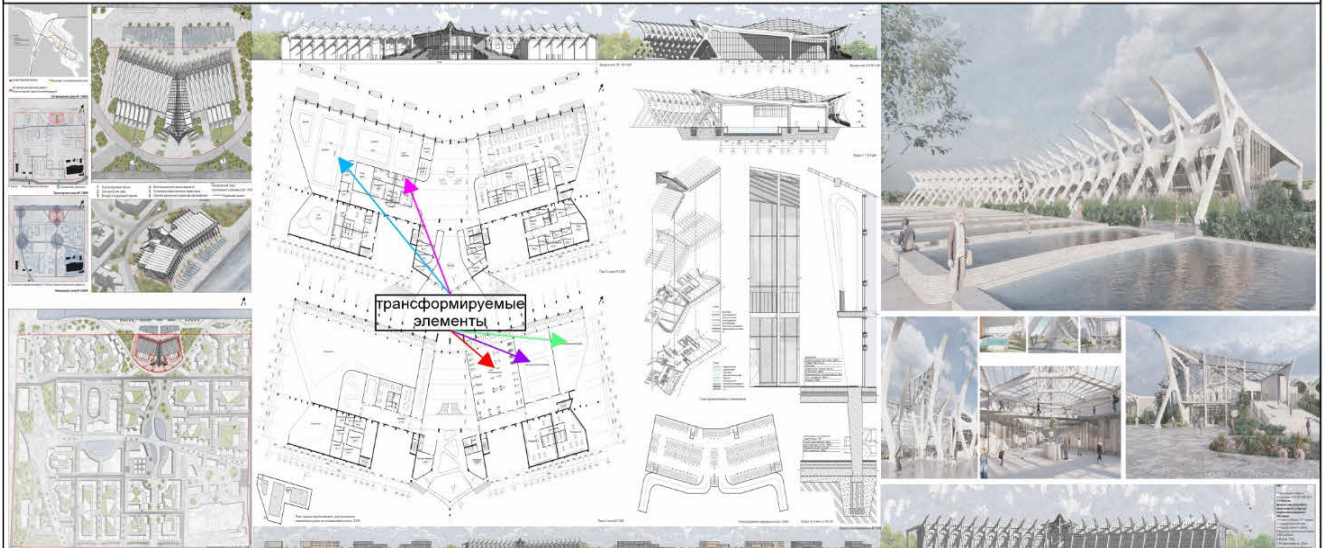
ПРИНЦИП АВТОНОМНОСТИ

3-А-5 Гаврилова Е.И.



ПРИНЦИП ПУЛЬСАЦИИ

4-А-5 Тимошенко Е.Д.



ПРИНЦИП ТРАНСФОРМАЦИИ

4-А-5 Аверина А.Н.

Приложение А. Терминологический аппарат исследования

Таблица А.1 – Словарь основных архитектурных терминов

Термин	Трактовка	Источник
1	2	3
Административные границы Санкт-Петербурга	<p>Район Санкт-Петербурга - административно-территориальная единица Санкт-Петербурга, в границах которой осуществляют свою деятельность исполнительные органы государственной власти Санкт-Петербурга - администрации районов Санкт-Петербурга.</p> <p>Территория Санкт-Петербурга разграничивается на следующие районы Санкт-Петербурга: Адмиралтейский, Василеостровский, Выборгский, Калининский, Кировский, Колпинский, Красногвардейский, Красносельский, Кронштадтский, Курортный, Московский, Невский, Петроградский, Петродворцовый, Приморский, Пушкинский, Фрунзенский, Центральный.</p>	Закон Санкт-Петербурга О территориальном устройстве Санкт-Петербурга
Архитектурная типология	Классификация зданий и сооружений по комплексу общих признаков.	Синянский И.А., Манешина Н.И. «Типология зданий», Издательский центр «Академия» Москва 2014
Архитектурно-градостроительный облик объекта	Совокупность композиционных приемов и фасадных решений объекта.	Закон Санкт-Петербурга № 692-147 О порядке предоставления решения о согласовании архитектурно-градостроительного облика объекта в сфере жилищного строительства
Архитектурное решение	Авторский замысел архитектурного объекта - его внешнего и внутреннего облика, пространственной, планировочной и функциональной организации, зафиксированный в	Федеральный закон "Об

	архитектурной части документации для строительства и реализованный в построенном архитектурном объекте.	архитектурной деятельности в Российской Федерации" от 17.11.1995 N 169-ФЗ
Вспомогательная зона	Набор помещений, обеспечивающих спортивному сооружению сопутствующие функции технического обслуживания и сервисов для различных клиентских групп при проведении спортивных мероприятий.	СП 332.1325800.20 17 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Входная группа	Часть здания и/или территории, предназначенная для пропуска на спортивное сооружение различных клиентских групп и транспорта.	СП 332.1325800.20 17 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Гостиница	Средство размещения, в котором предоставляются гостиничные услуги и которое относится к одному из видов гостиниц, предусмотренных положением о классификации гостиниц, утвержденным Правительством Российской Федерации. К гостиницам не относятся средства размещения, используемые для осуществления основной деятельности организации отдыха и оздоровления детей, медицинских организаций, социального обслуживания, физкультурно-спортивных организаций, централизованных религиозных организаций и (или) религиозных организаций, входящих в их структуру.	Федеральный закон от 24.11.1996 N 132-ФЗ (ред. от 08.06.2020) "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации"
Категория спортивного сооружения	Соответствие спортивного сооружения требованиям уровня проводимых спортивных мероприятий.	СП 332.1325800.20 17 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Композиционный прием	Взаимосвязанное и последовательное расположение частей и элементов архитектурного объекта.	Закон Санкт-Петербурга № 692-147 О порядке предоставления решения о согласовании

		архитектурно-градостроительного облика объекта в сфере жилищного строительства
Курортный отель, санаторий, база отдыха, туристская база, центр отдыха, туристская деревня (деревня отдыха), дом отдыха, пансионат	и другие аналогичные средства размещения, которые расположены в местности, обладающей в том числе природными лечебными ресурсами (минеральные воды, грязи, климат и другие), оказывают на собственной базе в качестве дополнительных услуг услуги оздоровительного характера с использованием указанных природных ресурсов и имеют возможности и соответствующее оборудование для организации занятий спортом и развлечений.	Постановление Правительства РФ от 16 февраля 2019 года N 158 Об утверждении Положения о классификации и гостиниц
Модуль (основной модуль)	Исходная линейная условная единица измерения, применяемая для взаимосогласованности и координации размеров зданий и сооружений, их элементов, строительных конструкций, изделий и элементов оборудования. Основной модуль принят за основу для назначения других, производных от него модулей. Международное стандартизированное обозначение основного модуля "М".	ГОСТ 28984-2011 Модульная координация размеров в строительстве. Основные положения
Объемно-планировочная структура здания	Система объединения главных и вспомогательных помещений избранных размеров и форм в единую целостную композицию.	Гельфонд А.Л. Архитектурное проектирование общественных зданий и сооружений, Издательство «Архитектура-С» Москва 2006
Реконструкция	Реконструкция объектов капитального строительства (за исключением линейных объектов) - изменение параметров объекта капитального строительства, его частей (высоты, количества этажей, площади, объема), в том числе надстройка, перестройка, расширение объекта капитального строительства, а также замена и (или) восстановление несущих строительных конструкций объекта капитального строительства, за исключением замены отдельных	"Градостроительный кодекс Российской Федерации" от 29.12.2004 N 190-ФЗ (ред. от 31.07.2020)

	элементов таких конструкций на аналогичные или иные улучшающие показатели таких конструкций элементы и (или) восстановления указанных элементов.	
Реновация (жилищного фонда)	Реконструкция или снос, не подлежащих капитального ремонту объектов жилищного фонда, и жилищное строительство на высвобождаемой территории с обеспечением территории реновации объектами коммунальной, транспортной, социальной инфраструктуры, а также проведением мероприятий по благоустройству жилых территорий.	Проект федерального закона № 550294-7 «О реновации жилищного фонда в Российской Федерации»
Типология	(от греч. τύπος — отпечаток, образец, форма) 1) метод научного познания, в основе которого лежит расчленение систем объектов в их группах и в качестве помощи типа, т. е. обобщенной, идеализированной модели. Типология используется в целях сравнительного изучения существенных признаков, связей, функций, отношений, уровней организации объектов, как сосуществующих, так и разделенных во времени [...]	Новая философская энциклопедия: В 4 тт. М.: Мысль. Под редакцией В. С. Стёпина. 2001.
Фасадные решения объекта	Решения объекта, определяющие высотные характеристики, материалы фасада, его членение и стилевые характеристики.	Закон Санкт-Петербурга № 692-147 О порядке предоставления решения о согласовании архитектурно-градостроительного облика объекта в сфере жилищного строительства
Функциональная зона	Помещение (пространство), в границах спортивного сооружения, с установленным функциональным назначением и режимом использования.	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования

Функциональное зонирование	Разбивка сооружения на зоны из однородных групп помещений, исходя из общности их функции.	Гельфонд А.Л. Архитектурное проектирование общественных зданий и сооружений, Издательство «Архитектура-С» Москва 2006
Функциональные блоки	Общие по функции группы помещений.	Гельфонд А.Л. Архитектурное проектирование общественных зданий и сооружений, Издательство «Архитектура-С» Москва 2006

Таблица А.2 – Словарь архитектурных терминов. Спортивные объекты

Термин	Трактовка	Источник
1	2	3
Арена	Зрелищный объект спорта крытого типа, в основе которого находится спортивная площадка для проведения мероприятий по различным видам спорта.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Бассейн	Объект спорта крытого или открытого типа, содержащий в своем составе ванны для занятий водными видами спорта. Примечание - Различают плавательные бассейны с универсальными (многофункциональными) ваннами и специализированные бассейны.	ГОСТ Р 56199-2014 Объекты спорта. Требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций.

Велотрек	Специализированный объект спорта, крытого или открытого типа, с замкнутым кольцевым полотном и наклонными виражами, предназначенный для велоспорта.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Гребной канал	Объект спорта, водоем (часть водоема) естественного или искусственного происхождения без выраженного течения, глубиной не менее 2,5 м на всем протяжении, содержащий в своем составе специально оборудованную гребную дистанцию.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Закрытое спортивное сооружение	Объект спорта крытого типа, имеющий фиксированные пространственные характеристики и габариты, содержащий в своем составе оснащенную и размеченную соответствующим образом спортивную площадку, и оборудование для проведения учебно-тренировочных, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.	ГОСТ Р 56199-2014 Объекты спорта. Требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций.
Конькобежный овал	Объект спорта крытого типа с замкнутой кольцевой искусственной ледовой дорожкой.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Легкоатлетический Манеж	Специализированный объект спорта крытого типа с замкнутой кольцевой беговой дорожкой с наклонными виражами, выделенной прямой дорожкой для спринтерского бега и оборудованными секторами для легкоатлетических дисциплин.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Ледовая арена	Универсальное крытое спортивное сооружение с ледовой площадкой и трибунами для зрителей, предназначенное	СП 332.1325800.2017 Спортивные

	для проведения спортивных мероприятий, а также концертно-зрелищных и массовых мероприятий.	сооружения. Правила проектирования
Многофункциональный спортивный комплекс	Крытый объект спорта, позволяющий при условии трансформации, проводить спортивные мероприятия по различным видам спорта, концертно-зрелищные и массовые мероприятия.	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Объект спорта	Объект недвижимого имущества или комплекс недвижимого имущества, специально предназначенный для проведения физкультурных мероприятий и (или) спортивных мероприятий, в том числе спортивные сооружения.	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.
Объект спорта при образовательных организациях	Объект недвижимого имущества, представляющий собой спортивные сооружения, используемые для проведения учебно-тренировочных, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий в образовательных организациях.	ГОСТ Р 56199-2014 Объекты спорта. Требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций.
Открытое спортивное сооружение	Плоскостной объект спорта открытого типа, имеющий соответствующие пространственно-территориальные характеристики, разметку и оборудование для проведения учебно-тренировочных, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.	ГОСТ Р 56199-2014 Объекты спорта. Требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций.
Парк для экстремальных видов спорта	Комплексный объект спорта крытого или открытого типа, включающий выделенные зоны для велосипедного мотокросса (BMX), катания на горных велосипедах (маунтинбайк/МТВ) и скейтбординга со стационарными конструктивными элементами (скейт роллер-VELO снаряды).	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Плоскостное спортивное сооружение	Объект спорта с полем (площадкой) открытого типа в составе для проведения спортивных мероприятий по различным видам спорта.	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Спортивное сооружение	инженерно-строительный объект, созданный для проведения физкультурных	Федеральный закон № 329-ФЗ от

	мероприятий и (или) спортивных мероприятий и имеющий пространственно-территориальные границы.	04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Стадион	Зрелищный объект спорта, открытого типа, в основе которого спортивное поле, покрытое синтетическим или натуральным газоном.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Стрелковый тир	Специализированный объект спорта крытого или открытого типа, содержащий специально оборудованные линию мишеней, линию огня и огневую зону для пулевой и/или пневматической стрельбы из ручного нарезного оружия.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Стрельбище	Специализированный объект спорта открытого типа, содержащий несколько стрелковых стендов со специально оборудованными траншеями, зонами стрельбы и линиями огня, для стрельбы из гладкоствольного оружия по летающим мишеням.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Универсальное спортивное сооружение	Объект спорта, предназначенный для проведения спортивных мероприятий по нескольким видам спорта, не прибегая к трансформации помещения.	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Физкультурно-оздоровительный комплекс	Объект спорта, имеющий в составе две и более спортивных зоны для проведения официальных физкультурных и спортивных мероприятий.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Фитнес-комплекс	Комплекс, предлагающий услуги потребителям по гигиеническому уходу	ГОСТ 32670-2014 Услуги бытовые.

	(тепловые и водные процедуры) и услуги по поддержанию и укреплению здоровья с применением физических нагрузок.	Услуги бань и душевых. Общие технические условия
Фитнес-объект	Многофункциональный или специализированный физкультурно-оздоровительный объект, оказывающий фитнес-услуги. К фитнес объектам относятся фитнес-клубы, фитнес-центры, фитнес-студии и тп. Уровень сервиса и комфорта в фитнес-объектах, как правило, превышает уровень сервиса в физкультурно-спортивных комплексах в связи с организацией в фитнес-объектах дополнительных помещений и фитнес-зон для отдыха, консультаций и восстановительных процедур посетителей.	ГОСТ Р 57116-2016 Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам.

Таблица А.3 – Словарь спортивных терминов

Термин	Трактовка	Источник
1	2	3
Аэробные упражнения	Это такие упражнения, которые требуют большого количества кислорода в течение продолжительного времени [...]	Кеннет Купер «Аэробика для хорошего самочувствия» Москва «Физкультура и спорт» 1989 С74
Базовые виды спорта	Виды спорта, включенные в программы Олимпийских игр, Паралимпийских игр, а также иные виды спорта, развиваемые субъектами Российской Федерации на своих территориях с учетом сложившихся исторических традиций развития спорта высших достижений, представительства спортсменов от субъектов Российской Федерации в составах спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта и участия данных команд во всероссийских и в международных официальных спортивных мероприятиях. Перечень базовых видов спорта утверждается федеральным органом исполнительной власти.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Бодибилдинг	(от англ. body - тело и build - строить) - вид спорта, целью которого является	Бодибилдинг. Полное пособие /

	максимальное развитие всех мышечных групп атлета и построение эталонных пропорций тела, что и оценивается во время соревнований (в различных весовых категориях).	Авт.-сост. Л. Орлова. - Минск: Харвест, 2008.-320 с.
Вид спорта	Часть спорта, которая признана в соответствии с нормативными документами обособленной сферой общественных отношений, имеющей соответствующие правила, утвержденные в установленном порядке, среду занятий, используемый спортивный инвентарь (без учета защитных средств) и оборудование.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Военно-прикладные и служебно-прикладные виды спорта	Виды спорта, основой которых являются специальные действия (в том числе приемы), связанные с выполнением военнослужащими и сотрудниками некоторых федеральных органов исполнительной власти своих служебных обязанностей, подготовкой граждан допризывного и призывного возрастов к военной службе, и которые развиваются в рамках деятельности одного или нескольких федеральных органов исполнительной власти.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО)	Программная и нормативная основа системы физического воспитания населения, устанавливающая государственные требования к уровню его физической подготовленности.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Зал спортивный (спортивный зал)	Крытый отдельно стоящий объект спорта или специально оборудованное помещение внутри многофункционального спортивного комплекса, в котором проводятся спортивные мероприятия по одному (специализированный спортивный зал) или нескольким (универсальный спортивный зал) видам спорта.	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Зона спортивная (спортивная зона)	Основное пространство (территория) спортивного сооружения, на котором непосредственно проводится спортивное мероприятие, включающее зону безопасности, отделяющую спортивную зону от зрителей или конструктивных элементов, техническую зону с местами размещения участников и судей, а также оборудования, необходимого для проведения спортивного мероприятия.	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования

Комплекс	Совокупность тренажеров, подобранных и установленных в определенном порядке для занятий физической культурой и спортом.	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.
Массовый спорт	Часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных и (или) самостоятельных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях и массовых спортивных мероприятиях.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Национальный вид спорта	Вид спорта, исторически сложившийся в этнической группе населения, имеющий социально-культурную направленность и развивающийся в пределах одного субъекта Российской Федерации.	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.
Профессиональный спорт	Часть спорта, направленная на организацию и проведение профессиональных спортивных соревнований.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Спорт	Сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки спортсмена к ним.	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.
Спорт высших достижений	Часть спорта, направленная на достижение спортсменами высоких спортивных результатов на официальных всероссийских спортивных соревнованиях и официальных международных спортивных соревнованиях.	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.
Спортивная дисциплина	Часть вида спорта, имеющая отличительные признаки и включающая в себя один или несколько видов, программ спортивных соревнований.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Спортивная площадка	Плоскостной объект спорта, имеющий соответствующие габариты, разметку и оборудование по видам спорта, предназначенный для проведения официальных физкультурных и спортивных мероприятий.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний

	Функциональная часть спортивной зоны для проведения спортивных мероприятий по различным видам спорта, ограниченная наружными линиями разметки.	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Спортивная услуга	Деятельность исполнителя по удовлетворению потребностей потребителя в достижении спортивных результатов.	ГОСТ Р 52024-2003. Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования
Спортивное оборудование	Устройства, приспособления, снаряды, размещение которых на спортивном сооружении предусмотрено правилами соревнований по видам спорта.	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования
Спортивное поле	Плоскостной объект спорта открытого типа, имеющий соответствующие пространственно-территориальные характеристики, разметку и оборудование для проведения официальных физкультурных и спортивных мероприятий.	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний
Спортсмен	физическое лицо, занимающееся выбранными видом или видами спорта и выступающее на спортивных соревнованиях.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Стандартизация	Деятельность, направленная на достижение оптимальной степени упорядочения в определенной области посредством установления положений для всеобщего и многократного использования в отношении реально существующих или потенциальных задач.	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.
Тренажер	Разновидность спортивного оборудования и инвентаря, предназначенного для овладения определенными навыками и (или) повышения тренировочного процесса.	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.
Тренер	Физическое лицо, имеющее соответствующее среднее профессиональное образование или высшее образование и осуществляющее	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической

	проведение со спортсменами тренировочных мероприятий, а также осуществляющее руководство их состязательной деятельностью для достижения спортивных результатов.	культуре и спорте в РФ»
Физическая культура	Часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Физическая подготовка	Процесс, направленный на развитие физических качеств, способностей (в том числе навыков и умений) человека с учетом вида его деятельности и социально-демографических характеристик.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Физическая реабилитация	Восстановление (в том числе коррекция и компенсация) нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, которые направлены на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Физическое воспитание	Процесс, направленный на воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»
Физкультурные мероприятия	Организованные занятия граждан физической культурой.	Федеральный закон № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в РФ»

Фитнес	Комплекс спортивно-оздоровительных мероприятий и действий, направленных на формирование, поддержание и укрепление здоровья человека, его физическую реабилитацию, организацию и проведение физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга и достижения спортивных результатов.	ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования
Шейпинг	Под термином «Шейпинг» следует понимать процесс целенаправленной избирательной тренировки по коррекции (формированию) отдельных частей тела, осуществленной на основании предварительного изучения тестов по: уровню физического состояния и индивидуальным параметрам телосложения и сравнения их с модельными характеристиками; антропологическим первоначальным изменениям (пропорции, формы, размер, количественный состав тела, жира, мышц).	Патент 2086281 Способ определения режима тренировки, направленной на коррекцию телосложения человека, типа «шейпинг». Прохорцев И. В., Пшендин А.И., Сергеева Е. В.
Школьный спорт	Часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в образовательных учреждениях начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях.	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения.

Таблица А.4 – Словарь общих терминов. Услуги.

Термин	Трактовка	Источник
1	2	3
Банно-оздоровительный комплекс	Многофункциональный комплекс (исполнитель), объединяющий в составе своей деятельности гигиенические, купальные, оздоровительно-профилактические и т.д. функции, связанные с очищением и омоложением тела потребителя и укреплением его физического состояния.	ГОСТ 32670-2014 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие технические условия
Банные процедуры	Процедуры гигиенического и общеоздоровительного характера, заключающиеся в воздействии с помощью сухого или влажного пара, высоких	ГОСТ Р 55317-2012 Услуги населению. СПА-услуги.

	температур воздуха и нагретых поверхностей в специально оборудованных помещениях (бане, сауне, тепловой кабине).	Термины и определения
Ванны	Погружение тела или части его в водную среду с различной температурой и/или добавлением различных солей, трав, газов (углекислоты, кислорода и т.д.), пропусканием через воду электрического тока и т.д. для гигиенических целей или водных оздоровительных процедур.	ГОСТ 32670-2014 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие технические условия
Исполнитель фитнес-услуг	Организация, независимо от ее организационно-правовой формы, и индивидуальный предприниматель, предоставляющие фитнес-услуги.	ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования
Качество услуги	Совокупность характеристик услуги, определяющих ее способность удовлетворять физкультурно-оздоровительные и спортивные потребности потребителя.	ГОСТ Р 52024-2003. Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования
Обслуживающий персонал	Лица, занимающиеся физкультурно-оздоровительной и спортивно-педагогической работой и имеющие установленную законодательством спортивную и профессиональную квалификацию.	ГОСТ Р 52024-2003. Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования
Потребитель фитнес-услуг	Физическое лицо, имеющее намерение заняться и/или занимающееся фитнесом для поддержания и укрепления здоровья, физической реабилитации, а также для проведения физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга и достижения спортивных результатов.	ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования
Процесс обслуживания при предоставлении фитнес-услуг	Совокупность действий и операций, выполняемых исполнителем при непосредственном контакте с потребителем в процессе предоставления фитнес-услуг.	ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования
Релаксирующие процедуры	Процедуры в СПА, проводимые с целью как физического, так и психологического расслабления клиентов, снятия мышечного и эмоционального напряжения и стресса.	ГОСТ Р 55317-2012 Услуги населению. СПА-услуги. Термины и определения
Русская баня (традиционная)	Баня с обогревом парильной греющей стеной свода русской печи, при этом разогрев тела потребителя осуществляется в среде насыщенного паром горячего воздуха во время нахождения или	ГОСТ 32670-2014 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие

	дальнейшего перемещения от полока к полоку, расположенному выше.	технические условия
СПА-услуга	Услуга общеоздоровительного, косметического и/или релаксирующего характера, оказываемая в условиях высокой комфортности и относящаяся к одной или нескольким СПА-технологиям.	ГОСТ Р 55317-2012 Услуги населению. СПА-услуги. Термины и определения
Турецкая баня (разновидность римских терм)	Баня, отличающаяся наличием нескольких помещений-парильных с разными температурными режимами, каменными полами и лежаками, подогрев которых осуществляется пропусканьем горячей воды или пара по встроенным в них каналам.	ГОСТ 32670-2014 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие технические условия
Туризм	Временные выезды (путешествия) граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства (далее - лица) с постоянного места жительства в лечебно-оздоровительных, рекреационных, познавательных, физкультурно-спортивных, профессионально-деловых и иных целях без занятия деятельностью, связанной с получением дохода от источников в стране (месте) временного пребывания;	Федеральный закон от 24.11.1996 N 132-ФЗ (ред. от 08.06.2020) "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации"
Условия обслуживания при предоставлении фитнес-услуг	Совокупность факторов, воздействующих на потребителя в процессе предоставления фитнес-услуг.	ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования
Физкультурно-оздоровительная услуга	Деятельность исполнителя по удовлетворению потребностей потребителя в поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, а также проведении физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга.	ГОСТ Р 52024-2003. Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования
Финская баня (сауна)	Баня с парильной в виде камеры сухого жара, где воздух прогревается от печи-каменки, дровяной или электрической. Разогрев тела человека до потоотделения осуществляется постепенно при перемещении с нижнего полока на верхний, где температура воздуха выше.	ГОСТ 32670-2014 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие технические условия
Фитнес-услуги	Деятельность исполнителя услуг по удовлетворению потребностей потребителя в формировании, поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, достижении спортивных результатов, услуги по	ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования

	организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-зрелищных мероприятий.	
Экотуризм	Responsible travel to natural areas that conserves the environment, sustains the well-being of the local people, and involves interpretation and education. Ответственное путешествие в природные районы, которое сохраняет окружающую среду, поддерживает благосостояние местного населения и включает в себя осмысление и образование.	The International Ecotourism Society (TIES) Международное общество экотуризма

Приложение Б. Перечень нормативных документов

Таблица Б.1 – Действующие нормативные документы, необходимые для проектирования и эксплуатации фитнес-центров

№ п/п	Тип, номер и наименование	Область применения	Начало действия	Примечание
1	2	3	4	5
1	Федеральный закон от 04.12.2007 г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»	Настоящий Федеральный закон 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.	01.09.2021	
2	Федеральный закон от 24.11.1996 N 132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»	Настоящий Федеральный закон определяет принципы государственной политики, направленной на установление правовых основ единого туристского рынка в Российской Федерации, и регулирует отношения, возникающие при реализации права граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства на отдых,	24.11.1996	ред. от 08.06.2020

		свободу передвижения и иных прав при совершении путешествий, а также определяет порядок рационального использования туристских ресурсов Российской Федерации.		
3	Федеральный закон «Об архитектурной деятельности в Российской Федерации» от 17.11.1995 N 169-ФЗ	Настоящий Федеральный закон регулирует отношения, возникающие в процессе профессиональной деятельности архитектора по созданию архитектурных объектов в целях обеспечения безопасной, экологически чистой, социально и духовно полноценной, благоприятной среды жизнедеятельности человека и общества.	17.11.1995	
4	Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 года N 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)»	Настоящее Положение определяет цель, задачи, структуру, содержание и организацию работы по внедрению и дальнейшей реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) - программной и нормативной основы системы	11.06.2014	ред. от 30.12. 2015, 26.01.2017, 06.03.2018 29.11.2018

		физического воспитания населения.		
5	Министерство спорта Российской Федерации Приказ № 172 от 25.02.2016 «Об утверждении классификатора объектов спорта»	Классификатор объектов спорта предназначен для упорядочивания и систематизации инфраструктурных характеристик объектов спорта.	25.02.2016	
6	Государственный Комитет Российской Федерации по физической культуре и туризму Приказ от 4 февраля 1998 года N 44 «Об утверждении планово-расчетных показателей количества занимающихся и режимов эксплуатации физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений»	С целью упорядочения нормативно-правовой базы физической культуры и спорта в Российской Федерации.	04.02.1998	
7	Приказ Министерство спорта Российской Федерации Приказ № 1007 от 21.11.2017. «Об утверждении концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года»	Концепция развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года (далее - Концепция) разработана в соответствии с планом мероприятий по реализации Основ государственной молодежной политики	21.11.2017	

		<p>Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденных распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 ноября 2014 г. № 2403-р, утвержденным распоряжением Правительства Российской Федерации от 12 декабря 2015 г. № 2570-р.</p>		
8	<p>Федеральный проект «Спорт – норма жизни». Период проекта 01.01.2019-31.12.2024</p>	<p>Создание для всех категорий и групп населения условий для занятий физической культурой и спортом, массовым спортом, в том числе повышение уровня обеспеченности населения объектами спорта, а также подготовка спортивного резерва.</p>	01.01.2019	
9	<p>«Градостроительный кодекс Российской Федерации» от 29.12.2004 N 190-ФЗ</p>	<p>Градостроительный кодекс Российской Федерации— кодифицированный нормативный правовой акт, регулирующий градостроительные и отдельные связанные с ними отношения на территории Российской Федерации.</p>	29.12.2019	<p>ред. от 31.07.2020</p>

10	ГОСТ Р 56199-2014 Объекты спорта. Требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций	Настоящий стандарт устанавливает требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций при проведении учебно-тренировочных, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий и методы испытаний (проверки).	01.07.2015	
11	ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения	Настоящий стандарт устанавливает основные термины и определения понятий в сфере физической культуры и спорта, а также в области государственной системы стандартизации, обеспечения единств измерений и оценки соответствия.	01.06.2014	
12	ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний	Настоящий стандарт устанавливает требования безопасности на спортивных объектах различного типа при проведении спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий, методы испытаний (проверки и допустимые значения указанных критериев).	01.01.2014	

13	ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования	Настоящий стандарт устанавливает общие требования к фитнес-услугам.	01.01.2016	
14	ГОСТ 32670-2014 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие технические условия	Настоящий стандарт распространяется на организации, предприятия независимо от их организационно-правовой формы и на индивидуальных предпринимателей (далее - исполнителей), оказывающих услуги бань и душевых. Настоящий стандарт устанавливает общие технические требования к услугам бань и душевых, требования безопасности этих услуг для жизни и здоровья потребителей, сохранности их имущества и охраны окружающей среды.	01.01.2016	
15	ГОСТ Р 55317-2012 Услуги населению. СПА-услуги. Термины и определения	Настоящий стандарт устанавливает термины и определения понятий, относящихся к СПА-услугам, которые оказываются в СПА-салонах, СПА-центрах в отелях, клубных СПА, круизных СПА.	01.01.2014	
16	ГОСТ Р 52024-2003. Услуги физкультурно-оздоровительные и	Настоящий стандарт устанавливает классификацию	01.07.2003	

	спортивные. Общие требования	физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг, общие требования, требования безопасности услуг, включая методы их контроля.		
17	ГОСТ 28984-2011 Модульная координация размеров в строительстве. Основные положения	Настоящий стандарт распространяется на здания и сооружения различного функционального назначения.	01.01.2013	
18	ГОСТ Р 57116-2016 Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам	Настоящий стандарт устанавливает общие требования к фитнес-объектам. Настоящий стандарт предназначен для применения юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями, предоставляющими фитнес-услуги в фитнес-объектах различных организационно-правовых форм.	01.06.2017	
19	ГОСТ Р 53491.1-2009 Бассейны. Подготовка воды. Часть 1. Общие требования	Настоящий стандарт распространяется на действующие, проектируемые, реконструируемые и строящиеся общественные бассейны (далее - бассейны) с пресной водой всех видов и размеров как открытые, так и крытые, существующие в	01.07.2010	

		отдельном здании (сооружении) или в составе аквапарков, спортивных (СК), спортивно-оздоровительных (СОК) и физкультурно-оздоровительных (ФОК) комплексов, вне зависимости от их ведомственной принадлежности и формы собственности.		
20	ГОСТ Р 54944-2012 Здания и сооружения. Методы измерения освещенности	Настоящий стандарт устанавливает методы определения минимальной, средней и цилиндрической освещенностей, коэффициента естественной освещенности (КЕО) в помещениях зданий и сооружений и на рабочих местах, минимальной освещенности мест производства работ вне зданий, средней освещенности улиц, дорог, площадей, полуцилиндрической освещенности пешеходных зон.	01.01.2013	
21	ГОСТ Р 56445-2015 Тренажеры стационарные. Общие требования	Настоящий стандарт распространяется на стационарные тренажеры, используемые в фитнес-залах	01.07.2016	

	безопасности и методы испытаний	организаций, таких как спортивные объединения, учебные заведения, гостиницы, спортивные залы и клубы, реабилитационные центры и студии, где доступ к тренажерам и контроль за ними осуществляет непосредственно владелец (лицо, которое несет юридическую ответственность), в домашних условиях, а также на другие типы тренажеров, включая тренажеры с электрическим приводом.		
22	СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования	Настоящий свод правил устанавливает требования к спортивным сооружениям, их функциональным зонам, архитектурно-планировочным, конструктивным, инженерным и технологическим решениям, обеспечивающим безопасную эксплуатацию спортивных сооружений.	15.05.2018	
23	СП 31-112-2004 Физкультурно-спортивные залы. Часть 1	Часть первая включает физкультурно-спортивные залы размером до 36x18 м, а также залы 42x24 м - для спортивной гимнастики.	26.02.2005	

24	СП 31-112-2004 Физкультурно-спортивные залы. Часть 2	Часть вторая включает физкультурно-спортивные залы и манежи размером 42х24 м и более, а также залы 36х18 м и более для универсального использования.	26.02.2005	
25	СП 31-113-2004 Бассейны для плавания	Свод правил выполнен в развитие СНиП 2.08.02-89* «Общественные здания и сооружения» и является документом федерального уровня.	23.04.2004	
26	СП 59.13330.2016 Доступность зданий и сооружений для маломобильных групп населения (актуализированная редакция СНиП 35-01-2001)	Настоящий свод правил разработан в соответствии с принципами Конвенции ООН о правах инвалидов, вступившей в силу в Российской Федерации 25 октября 2012 г. Среди этих принципов полное и эффективное вовлечение инвалидов в общество, равенство возможностей и доступность. Использован новый прогрессивный принцип универсального проекта (дизайна), который заявлен в Конвенции как обязательный.	15.05.2017	
27	ТСН 31-310-98 (МГСН 4.08-97) Массовые типы физкультурно-	Настоящие нормы разработаны в соответствии с требованиями СНиП 10-01-94	01.07.1997	

	оздоровительных учреждений	(см. Раздел 2) для г. Москвы как уточнение к нормативным документам в строительстве, действующим на территории г. Москвы, и распространяются на проектирование новых и реконструкцию существующих физкультурно-оздоровительных учреждений массовых типов для обслуживания населения муниципальных районов г. Москвы.		
28	Пособие к МГСН 4.08-97 Массовые типы физкультурно-оздоровительных учреждений. Выпуск 1. Общие положения. Сооружения, приближенные к жилью. Физкультурно-оздоровительные клубы микрорайонов. Детско-юношеские спортивные школы	Настоящее Пособие разработано в развитие основных положений МГСН 4.08-97 "Массовые типы физкультурно-оздоровительных учреждений".	27.12.1999	
29	Пособие к МГСН 4.08-97 Массовые типы физкультурно-оздоровительных учреждений. Выпуск 2.	Настоящее Пособие разработано в развитие основных положений МГСН 4.08-97 "Массовые типы физкультурно-	27.12.1999	

	Физкультурно-оздоровительные центры муниципальных районов, комплексы физкультурно-рекреационных сооружений	оздоровительных учреждений".		
30	Пособие к МГСН 4.08-97 Массовые типы физкультурно-оздоровительных учреждений. Выпуск 3. Специализированные спортклубы	Настоящее Пособие разработано в развитие основных положений МГСН 4.08-97 "Массовые типы физкультурно-оздоровительных учреждений".	27.12.1999	
31	Патент 2086281 Способ определения режима тренировки, направленной на коррекцию телосложения человека, типа «шейпинг». Прохорцев И. В., Пшендин А.И., Сергеева Е. В.	Изобретение относится к физической культуре, а именно к спортивной медицине, т. е. к способам развития мышечной системы человека путем воздействия на тренируемые мышцы и части тела человека различной физической нагрузкой с учетом фактора сбалансированного рационального питания на состав тела человека.	10.08.1997	
32	Закон Санкт-Петербурга № 692-147 «О порядке предоставления решения о согласовании архитектурно-градостроительного облика объекта в сфере жилищного строительства»	Настоящий Закон Санкт-Петербурга устанавливает порядок предоставления решения о согласовании архитектурно-градостроительного облика объекта в сфере жилищного строительства и в сфере	11.11.2015	ред. от 07.07.2021

		строительства объектов капитального строительства нежилого назначения.		
33	Закон Санкт-Петербурга «О территориальном устройстве Санкт- Петербурга»		30.06.2005	ред. от 30.04.2021 01.06.2021 30.12.2021

Приложение В. Результаты экспертного опроса

Образец анкеты экспертного опроса

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Должность эксперта

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

Нет точных данных о посещаемости в отношении разделения по полу		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				
Мужчины				
Женщины				
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение			
	7 – 17 лет			
	18 – 25 лет			
	26 – 35 лет			
	36 – 45 лет			
	46 – 60 лет			
	60 - 100 лет			
свой вариант ответа: Особенность посещаемости данного вида фитнес-центра при отеле 4 звезд (Фитнес-центр при отеле 4 звезд «Амбассадор», Санкт-Петербург, пр. Римского-Корсакова, д. 5-7) зависит от личности посещающих персон (в большинстве случаев это постоянные посетители, что посещают данное место уже несколько лет)				

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	

2		Зона беговых дорожек	
3		Зона степперов	
4		Зона оборудования с собственным весом	
5		Зона тренажеров со встроенным весом	
6		Зона тренажеров со свободным весом	
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	
8		Зал для йоги	
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	
10		Зал для настольного тенниса	
11		Зал для единоборств	
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		
13	Бассейн	Бассейн длиной - 25м	
14		Бассейн детский Н-1,2м	
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	
16		Бассейн для маломобильных	
17	Открытые площадки	Корт	
18		Беговая дорожка	
19		Площадка для футбола	
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	
свой вариант ответа:			

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий		
2	Массажный кабинет		
3	Фитобар		
4	Медицинский кабинет		
5	Салон красоты	Парикмахерская	
6		Кабинет косметолога	
7		Кабинет маникюра и педикюра	
8	Магазин	Спортивный инвентарь	
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	

10		Спортивное питание, пищевые добавки	
11	Банный комплекс	Русская баня	
12		Финская сауна	
13		Парная (с услугой банщика)	
14		Римская баня	
15		Турецкая баня	
16		Инфракрасная сауна	
17		Фитоаромасауна	
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	
21		Криотерапия (ледяной грот)	
22		Галокамера (соляная пещера)	

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	
2	Велотренажер	
3	Степпер	
4	Эллиптический тренажер	
5	Гребной тренажер	
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	
7	Шведская стенка	
8	Гиперэкстензия	
9	Скамья для пресса	
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	
11	Тренажер для сгибания ног	
12	Тренажер для сведения и разведения ног	
13	Тренажер для икр	
14	Платформа для жима ногами	

15	Тренажер для прессы	
16	Тренажер вращение торса	
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	
18	Тренажер жим от груди	
19	Тренажер жим от плеч	
20	Тренажер верхний блок	
21	Тренажер кроссовер	
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	
23	Тренажер скамья Скотта	
24	Скамья для жима лежа, штанга	
25	Силовая рама	
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	
27	Фитбол	
28	Балансировочная платформа	
29	Гири, гантели	

Заполненные анкеты экспертного опроса

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №1

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Саранова София Сергеевна

Должность эксперта

Администратор

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

Нет точных данных о посещаемости в отношении разделения по полу		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				
Мужчины				
Женщины				
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение		+	
	7 – 17 лет	+		
	18 – 25 лет			+
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет		+	
	46 – 60 лет			+
	60 - 100 лет		+	
свой вариант ответа: Особенность посещаемости данного вида фитнес-центра при отеле 4 звезд (Фитнес-центр при отеле 4 звезд «Амбассадор», Санкт-Петербург, пр. Римского-Корсакова, д. 5-7) зависит от личности посещающих персон (в большинстве случаев это постоянные посетители, что посещают данное место уже несколько лет)				

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	0

4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	3
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	0
8		Зал для йоги	0
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	0
10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	0
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		0
13	Бассейн	Бассейн длиной - 25м	0
14		Бассейн детский Н-1,2м	0
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0
свой вариант ответа:			
21	Бассейн длиной - 19м		3
22	Фейсфитнес (совсем новое направление в фитнес-центре, действует меньше месяца)		1

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	0	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	0	
4	Медицинский кабинет	0	
5	Салон красоты	Парикмахерская	3
6		Кабинет косметолога	2
7		Кабинет маникюра и педикюра	3
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0

9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	0
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	3
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	0
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0
18		СПА комплекс	Гидромассажные ванны
19	Пелоидотерапия (грязевые ванны)		0
20	Псаммотерапия (песочные ванны)		0
21	Криотерапия (ледяной грот)		0
22	Галокамера (соляная пещера)		0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	3
3	Степпер	0
4	Эллиптический тренажер	0
5	Гребной тренажер	0
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	0
7	Шведская стенка	0
8	Гиперэкстензия	0
9	Скамья для пресса	3
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	3
11	Тренажер для сгибания ног	3
12	Тренажер для сведения и разведения ног	0
13	Тренажер для икр	0

14	Платформа для жима ногами	0
15	Тренажер для прессы	3
16	Тренажер вращение торса	0
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	0
19	Тренажер жим от плеч	3
20	Тренажер верхний блок	3
21	Тренажер кроссовер	0
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	0
23	Тренажер скамья Скотта	0
24	Скамья для жима лежа, штанга	3
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	0
27	Фитбол	0
28	Балансировочная платформа	0
29	Гири, гантели	3

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №2

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Котова Виктория Анатольевна

Должность эксперта

Администратор

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей		32	67	83
Мужчины		17	43	51
Женщины		15	24	32
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	-	-	-
	7 – 17 лет	4	28	11
	18 – 25 лет	6	19	21
	26 – 35 лет	16	10	24
	36 – 45 лет	2	4	18
	46 – 60 лет	3	4	9
	60 - 100 лет	1	2	-

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	3
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	2
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		3
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	3
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	3
16		Бассейн для маломобильных	3
17	Открытые площадки	Корт	3
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	3
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	1	
2	Массажный кабинет	1	
3	Фитобар	1	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	1
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	3
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	3
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	3
3	Степпер	1
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	1
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	1
7	Шведская стенка	3
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	1
13	Тренажер для икр	1
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	3
16	Тренажер вращение торса	0
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	1
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	1
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2

24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №3

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Волосевич Елизавета Юрьевна

Должность эксперта

Студентка

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины			+	
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	+		
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет			
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет			+
	46 – 60 лет		+	
	60 - 100 лет	+		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	1
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2
10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	0
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0

16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	1
18		Беговая дорожка	2
19		Площадка для футбола	2
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	2	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	1	
4	Медицинский кабинет	2	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	1
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	1
10		Спортивное питание, пищевые добавки	2
11	Банный комплекс	Русская баня	1
12		Финская сауна	1
13		Парная (с услугой банщика)	2
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	2
16		Инфракрасная сауна	3
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	1
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	2
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	1
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	1
4	Эллиптический тренажер	1
5	Гребной тренажер	2
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	1
8	Гиперэкстензия	1
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	1
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	1
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	1
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	0
24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	0
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №4

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Дергачева Юлия

Должность эксперта

Тренер**ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ**

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины				+
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	+		
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет		+	
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет			+
	46 – 60 лет			+
	60 - 100 лет	+		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	1
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	3
8		Зал для йоги	3
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	1
11		Зал для единоборств	1
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		0
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	2
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	3
17	Открытые площадки	Корт	3
18		Беговая дорожка	1
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	2	
2	Массажный кабинет	1	
3	Фитобар	1	
4	Медицинский кабинет	0	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	1
11	Банный комплекс	Русская баня	2
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	2
16		Инфракрасная сауна	1
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	3
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	3
22		Галокамера (соляная пещера)	3
свой вариант ответа:			
		Детская комната с воспитателем	3

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	1
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	2
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	3
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	3
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2

Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2
24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	1
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	2
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №5

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Гладких Дарья Валериевна

Должность эксперта

Посетитель фитнес-центра

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей		10-20	40-50	30-40
Мужчины		+	+	+
Женщины		+	+	+
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение			+
	7 – 17 лет			+
	18 – 25 лет		+	
	26 – 35 лет		+	
	36 – 45 лет	+		
	46 – 60 лет			+
	60 - 100 лет	+		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	2
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	2
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	3
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	1
18		Беговая дорожка	1
19		Площадка для футбола	2
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	2	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	2	
4	Медицинский кабинет	2	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	2
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	2
10		Спортивное питание, пищевые добавки	2
11	Банный комплекс	Русская баня	3
12		Финская сауна	3
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	3
15		Турецкая баня	3
16		Инфракрасная сауна	3
17		Фитоаромасауна	3
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	3
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	3

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	3

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	1
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	1
7	Шведская стенка	2
8	Гиперэкстензия	0
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	2
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2

24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	2
27	Фитбол	2
28	Балансировочная платформа	2
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №6

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Ковалкина Елизавета

Должность эксперта

Старший тренер**ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ**

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины				+
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение		+	
	7 – 17 лет			+
	18 – 25 лет			+
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет			+
	46 – 60 лет			+
	60 - 100 лет	+		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	2
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	2
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	3
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		3
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	3
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	3
18		Беговая дорожка	2
19		Площадка для футбола	3
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	2	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	2	
4	Медицинский кабинет	2	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	2
7		Кабинет маникюра и педикюра	1
8	Магазин	Спортивный инвентарь	3
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	3
10		Спортивное питание, пищевые добавки	2
11	Банный комплекс	Русская баня	3
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	3
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	0
16		Инфракрасная сауна	3
17		Фитоаромасауна	3
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	3
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	2
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	1
7	Шведская стенка	1
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	1
14	Платформа для жима ногами	3
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	2
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2

24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	2
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №7

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Оксана

Должность эксперта

Администратор**ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ**

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины			+	
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	+		
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет			+
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет			+
	46 – 60 лет	+		
	60 - 100 лет	+		
свой вариант ответа:				
В выходные дни наплыв посетителей приходится на обеденное время (12:00-13:00)				

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	2
4		Зона оборудования с собственным весом	1
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2

6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	3
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2
10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		0
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	2
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	2
16		Бассейн для маломобильных	3
17	Открытые площадки	Корт	3
18		Беговая дорожка	3
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	2	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	2	
4	Медицинский кабинет	2	
5	Салон красоты	Парикмахерская	3
6		Кабинет косметолога	3
7		Кабинет маникюра и педикюра	3
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	3
10		Спортивное питание, пищевые добавки	3
11	Баннный комплекс	Русская баня	2
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	2

16		Инфракрасная сауна	3
17		Фитоаромасауна	3
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	2
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	3
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	3
22		Галокамера (соляная пещера)	3

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	1
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	0
8	Гиперэкстензия	0
9	Скамья для прессы	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для прессы	2
16	Тренажер вращение торса	2
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2

21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2
24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	2
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	2
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №8

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Сарапулова Ирина Валерьевна

Должность эксперта

Тренер

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины			+	
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение			+
	7 – 17 лет			+
	18 – 25 лет		+	
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет			+
	46 – 60 лет			+
	60 - 100 лет	+		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	1
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	2
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	1
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	3
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		0
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	2	
2	Массажный кабинет	3	
3	Фитобар	3	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	3
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	2
16		Инфракрасная сауна	3
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	0
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0
свой вариант ответа:			
23	Детская комната		2

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	1
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	3
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	0
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	3
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	1
16	Тренажер вращение торса	0
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2

Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2
24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2
свой вариант ответа:		
30	Гравитрон	2
31	Тренажер Гакк	1
32	Тренажер сведения ног	1
33	Тренажер разведения ног	2
34	Тренажер лестница	3
35	Тренажер отведение ног назад	1

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №9

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Фомина Наталья Владимировна

Должность эксперта

Тренер групповых занятий

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины				+
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение		+	
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет			+
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет			
	46 – 60 лет	+		
	60 - 100 лет	+		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	1
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	3
8		Зал для йоги	3
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		0
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	2
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	3
16		Бассейн для маломобильных	3
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	2	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	1	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	2
7		Кабинет маникюра и педикюра	3
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	3
10		Спортивное питание, пищевые добавки	2
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	0
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	3
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	3
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	1
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	2
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	1
7	Шведская стенка	2
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	3
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2

24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №10

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Поличенко Анастасия Владимировна

Должность эксперта

Администратор

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей		10	6	15
Мужчины		4	2	9
Женщины		6	4	6
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение			
	7 – 17 лет			
	18 – 25 лет		+	+
	26 – 35 лет	+	+	+
	36 – 45 лет	+		+
	46 – 60 лет	+		
	60 - 100 лет			

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	1
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	1
4		Зона оборудования с собственным весом	1
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	1
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	1

10		Зал для настольного тенниса	3
11		Зал для единоборств	0
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		0
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	1	
2	Массажный кабинет	1	
3	Фитобар	2	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	1
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	1
10		Спортивное питание, пищевые добавки	1
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	1
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	3
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	3
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	3

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	1
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	3
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	3
7	Шведская стенка	3
8	Гиперэкстензия	3
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	0
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	1
16	Тренажер вращение торса	0
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	1
19	Тренажер жим от плеч	1
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	1
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	1
23	Тренажер скамья Скотта	0

24	Скамья для жима лежа, штанга	1
25	Силовая рама	1
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	2
28	Балансировочная платформа	3
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №11

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Смирнова Анна

Должность эксперта

Администратор**ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ**

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины				+
Воз рас т пос ети тел ей	0 – 6 лет + сопровождение		+	
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет			+
	26 – 35 лет			
	36 – 45 лет			
	46 – 60 лет			
	60 - 100 лет			

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНК А
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	0
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7		Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	3

9	Зал для групповых занятий	Зал для аэробики, пилатес и т.д.	3
10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	1
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		2
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	0
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	0	
2	Массажный кабинет	0	
3	Фитобар	0	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	0
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	0
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	0
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0

18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	0
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	0
4	Эллиптический тренажер	0
5	Гребной тренажер	0
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	0
7	Шведская стенка	0
8	Гиперэкстензия	1
9	Скамья для пресса	1
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	0
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	0
14	Платформа для жима ногами	0
15	Тренажер для пресса	0
16	Тренажер вращение торса	0
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	1

Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	0
23	Тренажер скамья Скотта	0
24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	0
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	0
27	Фитбол	0
28	Балансировочная платформа	0
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №12

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Нерослова Анна Васильевна

Должность эксперта

Студент

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ.

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				
Мужчины				
Женщины				
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	+	+	+
	7 – 17 лет	+		+
	18 – 25 лет	+	+	+
	26 – 35 лет	+		+
	36 – 45 лет	+		+
	46 – 60 лет	+		
	60 - 100 лет			

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ.

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	1
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	0
4		Зона оборудования с собственным весом	0
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	2
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	3
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	3
18		Беговая дорожка	2
19		Площадка для футбола	3
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	3
свой вариант ответа:			
21	Зал для бокса		2
22	Зал для художественной гимнастики		2
23	Зал для самообороны		2

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	0	
2	Массажный кабинет	1	
3	Фитобар	2	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	3
6		Кабинет косметолога	3
7		Кабинет маникюра и педикюра	3
8	Магазин	Спортивный инвентарь	1
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	1
10		Спортивное питание, пищевые добавки	1
11	Баннный комплекс	Русская баня	3
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0

15		Турецкая баня	2
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	3
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	2
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	1
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	3
22		Галокамера (соляная пещера)	3

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	1
3	Степпер	0
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	1
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	3
8	Гиперэкстензия	1
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	0
12	Тренажер для сведения и разведения ног	0
13	Тренажер для икр	0
14	Платформа для жима ногами	3
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	0
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2

20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	0
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	0
23	Тренажер скамья Скотта	0
24	Скамья для жима лежа, штанга	1
25	Силовая рама	0
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	2
28	Балансировочная платформа	0
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №13

1. Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Щеуров Иван Юрьевич

2. Должность эксперта

Министр информации

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ.

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины				+
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	+	+	
	7 – 17 лет	+	+	+
	18 – 25 лет	+		+
	26 – 35 лет	+		+
	36 – 45 лет	+	+	+
	46 – 60 лет	+		
	60 - 100 лет	+	+	
свой вариант ответа:				

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ.

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	1
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	2
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2
10		Зал для настольного тенниса	2
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	0
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	10
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0
свой вариант ответа:			

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ.

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА
1	Солярий		1
2	Массажный кабинет		1
3	Фитобар		2
4	Медицинский кабинет		1
5	Салон красоты	Парикмахерская	1
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	2
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	2
16		Инфракрасная сауна	1
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	3
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	3
22		Галокамера (соляная пещера)	3
свой вариант ответа:			

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ.

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	1
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	2
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	1
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для прессы	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	1
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для прессы	2
16	Тренажер вращение торса	2
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		

22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2
24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	1
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №14

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Соболева Мария Александровна

Должность эксперта

Студентка**ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ**

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины				+
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение			
	7 – 17 лет			
	18 – 25 лет			+
	26 – 35 лет		+	+
	36 – 45 лет	+		
	46 – 60 лет			
	60 - 100 лет			

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	1
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	1
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	0
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	0
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		0
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	0
14		Бассейн детский Н-1,2м	0
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	0	
2	Массажный кабинет	0	
3	Фитобар	1	
4	Медицинский кабинет	0	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	1
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	2
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	0
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	0
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	1
3	Степпер	1
4	Эллиптический тренажер	1
5	Гребной тренажер	1
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	0
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	0
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	1
19	Тренажер жим от плеч	1
20	Тренажер верхний блок	1
21	Тренажер кроссовер	1
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2

24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	0
27	Фитбол	0
28	Балансировочная платформа	0
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №15

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Чиляков Владимир

Должность эксперта

Менеджер по продажам**ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ**

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				
Мужчины				
Женщины				
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение		+	
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет		+	+м/ж
	26 – 35 лет	+м		+м/ж
	36 – 45 лет	+м		+м/ж
	46 – 60 лет	+м		
	60 - 100 лет	+м		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	2
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	2
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	1
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		3
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	2
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	1
16		Бассейн для маломобильных	1
17	Открытые площадки	Корт	1
18		Беговая дорожка	1
19		Площадка для футбола	1
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	1

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	2	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	2	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	1
6		Кабинет косметолога	1
7		Кабинет маникюра и педикюра	1
8	Магазин	Спортивный инвентарь	2
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	2
10		Спортивное питание, пищевые добавки	2
11	Банный комплекс	Русская баня	1
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	1
14		Римская баня	1
15		Турецкая баня	2
16		Инфракрасная сауна	1
17		Фитоаромасауна	1
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	1
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	1

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	1
21		Криотерапия (ледяной грот)	1
22		Галокамера (соляная пещера)	2

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	2
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	2
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
215	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	2
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2

24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	2
27	Фитбол	2
28	Балансировочная платформа	2
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №16

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Ткаченко Ксения Андреевна

Должность эксперта

Студент

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей		50	90	30
Мужчины				+
Женщины		+	+	
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение		+	
	7 – 17 лет			
	18 – 25 лет		+	+
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет	+		
	46 – 60 лет	+		
	60 - 100 лет			

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	0
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	1
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	2
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	1
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		1
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	3
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА
1	Солярий		1
2	Массажный кабинет		2
3	Фитобар		2
4	Медицинский кабинет		1
5	Салон красоты	Парикмахерская	3
6		Кабинет косметолога	3
7		Кабинет маникюра и педикюра	3
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	0
11	Банный комплекс	Русская баня	2
12		Финская сауна	0
13		Парная (с услугой банщика)	3
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	2
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	1
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	0
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	2
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	2
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	2
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	1
23	Тренажер скамья Скотта	1

24	Скамья для жима лежа, штанга	1
25	Силовая рама	1
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	2
27	Фитбол	2
28	Балансировочная платформа	2
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №17

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Котова Виктория Анатольевна

Должность эксперта

Администратор

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей		32	67	83
Мужчины		17	43	51
Женщины		15	24	32
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	-	-	-
	7 – 17 лет	4	28	11
	18 – 25 лет	6	19	21
	26 – 35 лет	16	10	24
	36 – 45 лет	2	4	18
	46 – 60 лет	3	4	9
	60 - 100 лет	1	2	-

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	3
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	2
4		Зона оборудования с собственным весом	2
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		3
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	3
14		Бассейн детский Н-1,2м	3
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	3
16		Бассейн для маломобильных	3
17	Открытые площадки	Корт	3
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	3
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	1	
2	Массажный кабинет	1	
3	Фитобар	1	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	1
11	Банный комплекс	Русская баня	0
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	3
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	3
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	3
3	Степпер	1
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	1
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	1
7	Шведская стенка	3
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	1
13	Тренажер для икр	1
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	3
16	Тренажер вращение торса	0
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	1
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	1
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2

24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	2
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №18FitnessHouse пр. Ветеранов, 121

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Исекеев Лев Владимирович

Должность эксперта

Тренер**ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ**

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей		150	250-350	400-500
Мужчины		30%	50%	45%
Женщины		70%	50%	55%
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	+		
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет			+
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет			+
	46 – 60 лет	+		
	60 - 100 лет	+		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	1
4		Зона оборудования с собственным весом	1
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7		Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	1

9	Зал для групповых занятий	Зал для аэробики, пилатес и т.д.	1
10		Зал для настольного тенниса	1
11		Зал для единоборств	1
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	2
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	2
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	3
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	1	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	3	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	3
10		Спортивное питание, пищевые добавки	1
11	Банный комплекс	Русская баня	3
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	3
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	2
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0
18		Гидромассажные ванны	3

19	СПА комплекс	Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	1
5	Гребной тренажер	0
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	1
7	Шведская стенка	1
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	1
11	Тренажер для сгибания ног	1
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	2
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	1
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	1

23	Тренажер скамья Скотта	1
24	Скамья для жима лежа, штанга	1
25	Силовая рама	1
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	1
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №19

Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Федосеева Любовь Николаевна

Должность эксперта

Тренер «Тренажерного зала»**ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ**

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей		+		+
Мужчины				+
Женщины		+		
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	+		
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет			+
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет			+
	46 – 60 лет	+		
	60 - 100 лет	+		

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	0
4		Зона оборудования с собственным весом	0
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	2
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	1
8		Зал для йоги	2
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2

10		Зал для настольного тенниса	2
11		Зал для единоборств	2
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		2
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	0
14		Бассейн детский Н-1,2м	0
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	1
18		Беговая дорожка	1
19		Площадка для футбола	1
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	1

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА	
1	Солярий	1	
2	Массажный кабинет	2	
3	Фитобар	2	
4	Медицинский кабинет	1	
5	Салон красоты	Парикмахерская	1
6		Кабинет косметолога	2
7		Кабинет маникюра и педикюра	1
8	Магазин	Спортивный инвентарь	2
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	2
10		Спортивное питание, пищевые добавки	2
11	Банный комплекс	Русская баня	2
12		Финская сауна	0
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	0
16		Инфракрасная сауна	0
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	0
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0

20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загруженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	1
5	Гребной тренажер	0
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	2
8	Гиперэкстензия	1
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	2
11	Тренажер для сгибания ног	2
12	Тренажер для сведения и разведения ног	1
13	Тренажер для икр	2
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	1
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	1
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	2
Тренажеры со свободным весом		
22	Тренажер машина Смита	0
23	Тренажер скамья Скотта	1

24	Скамья для жима лежа, штанга	2
25	Силовая рама	0
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	1
27	Фитбол	2
28	Балансировочная платформа	1
29	Гири, гантели	2

АНКЕТА ЭКСПЕРТНОГО ОПРОСА №20

1. Фамилия, Имя, Отчество эксперта

Ильинская Елена Игоревна

2. Должность эксперта

Инструктор

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ.

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.
Всего посетителей				+
Мужчины				+
Женщины				+
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	+	+	
	7 – 17 лет		+	
	18 – 25 лет		+	+
	26 – 35 лет			+
	36 – 45 лет	+		+
	46 – 60 лет	+		+
	60 - 100 лет			+

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ.

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность спортивных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров	2
2		Зона беговых дорожек	2
3		Зона степперов	2
4		Зона оборудования с собственным весом	3
5		Зона тренажеров со встроенным весом	2
6		Зона тренажеров со свободным весом	3
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	0
8		Зал для йоги	0
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	0
10		Зал для настольного тенниса	0
11		Зал для единоборств	0
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	2
14		Бассейн детский Н-1,2м	0
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	0
16		Бассейн для маломобильных	0
17	Открытые площадки	Корт	0
18		Беговая дорожка	0
19		Площадка для футбола	0
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	0
свой вариант ответа:			

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ.

(цифрами от 0 до 3 отметьте востребованность сервисных услуг, где

0 – услуга отсутствует

1 – услуга редко востребована

2 – услуга часто востребована

3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА
1	Солярий		1
2	Массажный кабинет		0
3	Фитобар		2
4	Медицинский кабинет		1
5	Салон красоты	Парикмахерская	0
6		Кабинет косметолога	0
7		Кабинет маникюра и педикюра	0
8	Магазин	Спортивный инвентарь	0
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	0
10		Спортивное питание, пищевые добавки	0
11	Баннный комплекс	Русская баня	2
12		Финская сауна	2
13		Парная (с услугой банщика)	0
14		Римская баня	0
15		Турецкая баня	0
16		Инфракрасная сауна	1
17		Фитоаромасауна	0
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	0
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	0
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	0
21		Криотерапия (ледяной грот)	0
22		Галокамера (соляная пещера)	0
свой вариант ответа:			

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ.

(цифрами от 0 до 3 отметьте среднюю загрузженность тренажеров, где

0 – тренажеры не используются

1 – тренажеры используют редко

2 – тренажеры используются часто

3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА
Кардиотренажеры		
1	Беговая дорожка	2
2	Велотренажер	2
3	Степпер	2
4	Эллиптический тренажер	2
5	Гребной тренажер	1
Тренажеры с собственным весом		
6	Турник, брусья	2
7	Шведская стенка	1
8	Гиперэкстензия	2
9	Скамья для пресса	2
Тренажеры со встроенным весом		
10	Тренажер для разгибания ног	1
11	Тренажер для сгибания ног	1
12	Тренажер для сведения и разведения ног	1
13	Тренажер для икр	1
14	Платформа для жима ногами	2
15	Тренажер для пресса	2
16	Тренажер вращение торса	1
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2
18	Тренажер жим от груди	2
19	Тренажер жим от плеч	2
20	Тренажер верхний блок	2
21	Тренажер кроссовер	1
Тренажеры со свободным весом		

22	Тренажер машина Смита	2
23	Тренажер скамья Скотта	2
24	Скамья для жима лежа, штанга	1
25	Силовая рама	1
Инвентарь		
26	Мяч для кроссфита	0
27	Фитбол	0
28	Балансировочная платформа	0
29	Гири, гантели	2

Сводные таблицы

ТАБЛИЦА 1 – ГРУППЫ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ЧАСЫ ЗАНЯТИЙ.

(знаком «+» отметить интервал времени с максимальным количеством посетителей)

		УТРО 7-12 ч.	ДЕНЬ 12-17 ч.	ВЕЧЕР 17-23.	
Всего посетителей		0 %	3 %	97 %	
Мужчины		3 %	8 %	89 %	
Женщины		21 %	14 %	65 %	
Возраст посетителей	0 – 6 лет + сопровождение	43 %	24 %	3 %	30 %
	7 – 17 лет	14 %	56 %	14 %	16 %
	18 – 25 лет	5 %	14 %	81 %	
	26 – 35 лет	3 %	3 %	94 %	
	36 – 45 лет	14 %	5 %	81 %	
	46 – 60 лет	38 %	8 %	51 %	3 %
	60 - 100 лет	60 %	19 %	5 %	16 %
свой вариант ответа:					
Максимальное число посетителей пн-пт вечер, <u>сб-вс</u> утро.					

Данные на основе 20 АНКЕТ

ТАБЛИЦА 2 – СПОРТИВНЫЕ УСЛУГИ.

(0 – услуга отсутствует; 1 – услуга редко востребована; 2 – услуга часто востребована; 3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

	НАИМЕНОВАНИЕ	ОЦЕНКА				
		0	1	2	3	
1	Зал тренажеров	Зона велотренажеров		15%	83%	2%
2		Зона беговых дорожек			100%	
3		Зона степперов	6%	37%	53%	4%
4		Зона оборудования с собственным весом	2%	35%	63%	
5		Зона тренажеров со встроенным весом		9%	89%	2%
6		Зона тренажеров со свободным весом		11%	89%	
7	Зал для групповых занятий	Зал для танцев	9%	22%	54%	15%
8		Зал для йоги	6%	6%	68%	20%
9		Зал для аэробики, пилатес и т.д.	2%	17%	77%	4%
10		Зал для настольного тенниса	44%	17%	15%	24%
11		Зал для единоборств	15%	33%	41%	11%
12	Зал для командных игр (баскетбол, волейбол, футбол)		57%	11%	17%	15%
13	Бассейн	Бассейн длиной 25м	9%		69%	20%
14		Бассейн детский Н-1,2м	28%	2%	46%	24%
15		Бассейн младенцев Н-0,4м	61%	11%	11%	17%
16		Бассейн для маломобильных	66%	6%	2%	26%
17	Открытые площадки	Корт	53%	8%	6%	33%
18		Беговая дорожка	57%	13%	8%	22%
19		Площадка для футбола	60%	6%	4%	30%
20		Площадка для игр (городки, лапта и т.д.)	74%	9%	2%	15%

ТАБЛИЦА 3 – СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ.

(0 – услуга отсутствует; 1 – услуга редко востребована; 2 – услуга часто востребована; 3 – услуга отсутствует, но могла бы заинтересовать посетителей)

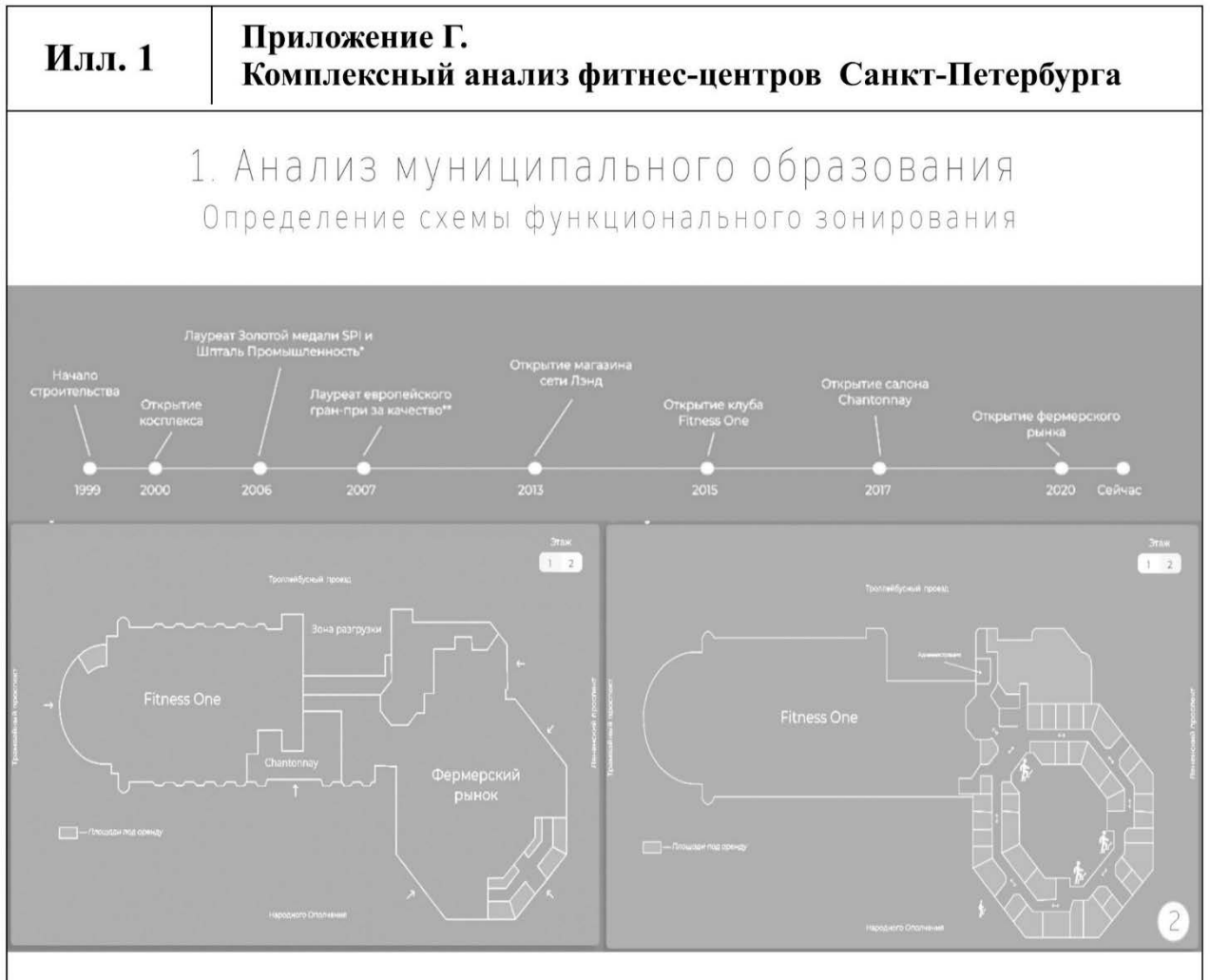
НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА				
		0	1	2	3	
1	Солярий	6%	35%	50%	9%	
2	Массажный кабинет	11%	22%	54%	13%	
3	Фитобар	17%	22%	44%	17%	
4	Медицинский кабинет	9%	61%	28%	2%	
5	Салон красоты	Парикмахерская	72%	13%	6%	9%
6		Кабинет косметолога	63%	11%	20%	6%
7		Кабинет маникюра и педикюра	65%	13%	9%	13%
8	Магазин	Спортивный инвентарь	44%	17%	22%	17%
9		Спортивная одежда, полотенца, халаты	30%	20%	26%	24%
10		Спортивное питание, пищевые добавки	9%	24%	45%	22%
11	Банный комплекс	Русская баня	44%	6%	33%	17%
12		Финская сауна	20%	9%	54%	17%
13		Парная (с услугой банщика)	63%	6%	2%	29%
14		Римская баня	77%	4%	2%	17%
15		Турецкая баня	44%	4%	41%	11%
16		Инфракрасная сауна	63%	9%	13%	15%
17		Фитоаромасауна	68%	2%	2%	28%
18	СПА комплекс	Гидромассажные ванны	28%	9%	13%	50%
19		Пелоидотерапия (грязевые ванны)	72%	2%	2%	24%
20		Псаммотерапия (песочные ванны)	81%	4%		15%
21		Криотерапия (ледяной грот)	72%	2%	4%	22%
22		Галокамера (соляная пещера)	57%		6%	37%

ТАБЛИЦА 4 – СТЕПЕНЬ ПОПУЛЯРНОСТИ ТРЕНАЖЕРОВ И ИНВЕНТАРЯ.

(0 – тренажеры не используются; 1 – тренажеры используют редко; 2 – тренажеры используются часто; 3 – тренажеры отсутствуют, но могли бы заинтересовать посетителей)

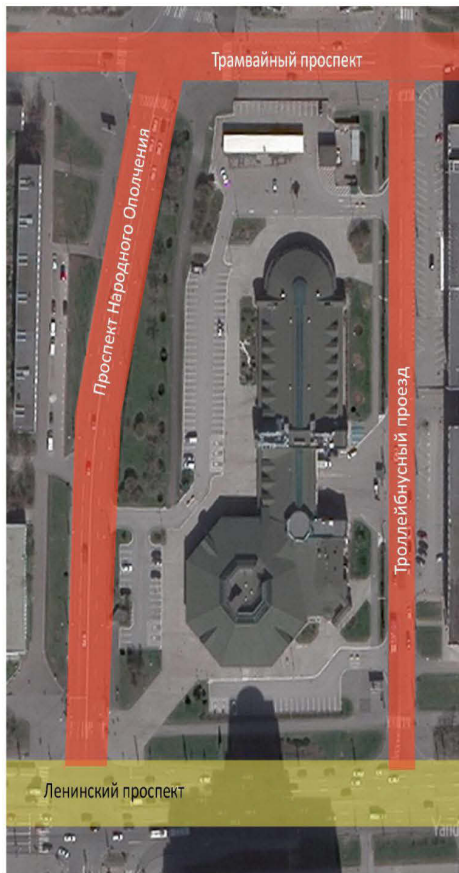
НАИМЕНОВАНИЕ		ОЦЕНКА			
		0	1	2	3
Кардиотренажеры					
1	Беговая дорожка			98%	2%
2	Велотренажер		16%	80%	4%
3	Степпер	4%	31%	63%	2%
4	Эллиптический тренажер	6%	20%	72%	2%
5	Гребной тренажер	26%	33%	33%	8%
Тренажеры с собственным весом					
6	Турник, брусья	4%	37%	53%	6%
7	Шведская стенка	9%	50%	30%	11%
8	Гиперэкстензия	9%	17%	68%	6%
9	Скамья для пресса		18%	80%	2%
Тренажеры со встроенным весом					
10	Тренажер для разгибания ног	2%	16%	80%	2%
11	Тренажер для сгибания ног	4%	17%	77%	2%
12	Тренажер для сведения и разведения ног	2%	6%	86%	6%
13	Тренажер для икр	13%	35%	46%	6%
14	Платформа для жима ногами	4%	6%	86%	4%
15	Тренажер для пресса	9%	17%	65%	9%
16	Тренажер вращение торса	24%	24%	48%	4%
17	Тренажер «бабочка» для грудных мышц	2%	6%	86%	6%
18	Тренажер жим от груди	4%	13%	83%	
19	Тренажер жим от плеч	2%	13%	83%	2%
20	Тренажер верхний блок	4%	13%	81%	2%
21	Тренажер кроссовер	11%	24%	61%	4%
Тренажеры со свободным весом					
22	Тренажер машина Смита	15%	17%	64%	4%
23	Тренажер скамья Скотта	17%	24%	55%	4%
24	Скамья для жима лежа, штанга		17%	79%	4%
25	Силовая рама	4%	20%	65%	11%
Инвентарь					
26	Мяч для кроссфита	11%	48%	39%	2%
27	Фитбол	13%	41%	44%	2%
28	Балансировочная платформа	15%	55%	17%	13%
29	Гири, гантели			98%	2%

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга



Илл. 2

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

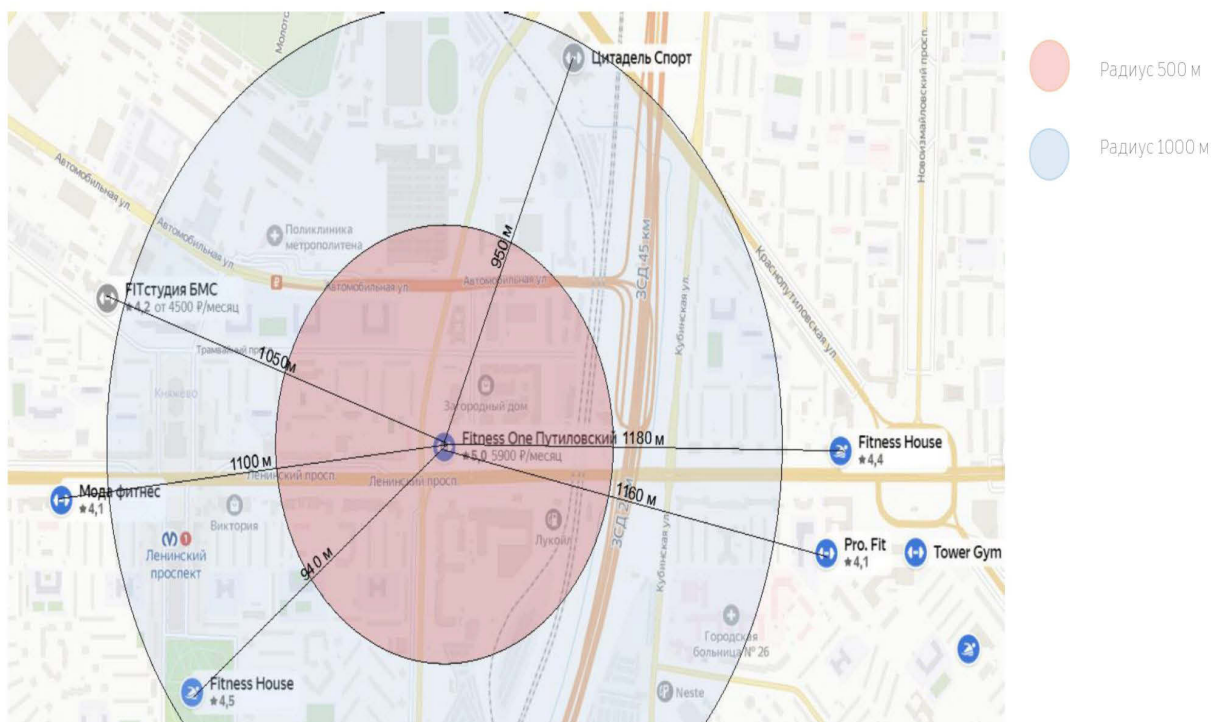


Определение основных
транспортных направлений

- Магистральная дорога общегородского назначения 2-го класса
- Улицы и дороги местного назначения

3

Размещение и взаимодействие выбранного объекта с аналогичными

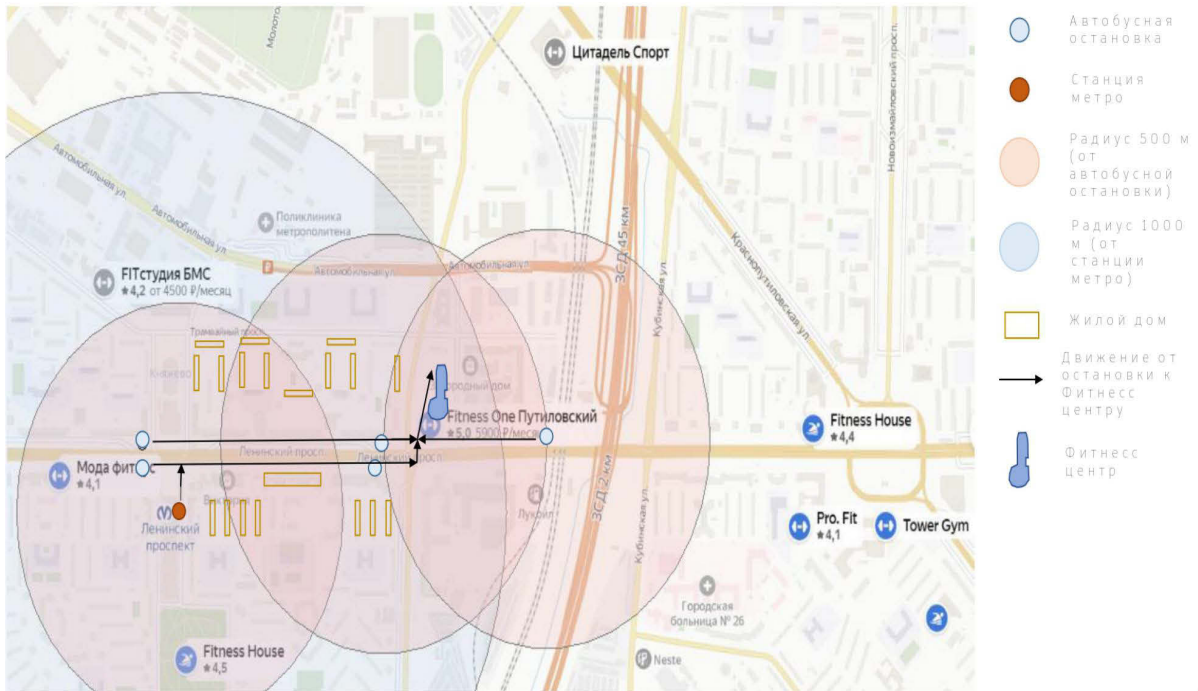


4

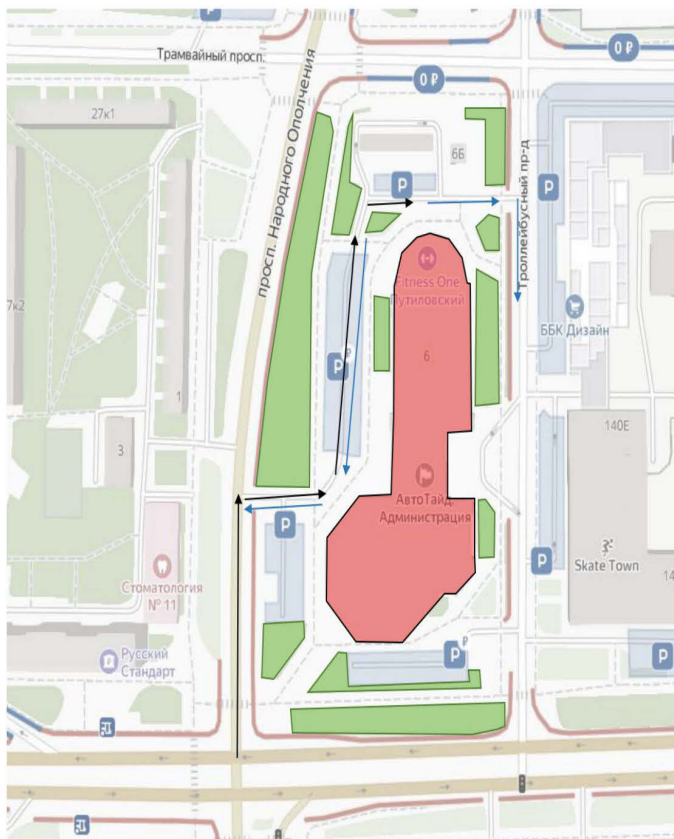
Илл. 3

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Определение основных пешеходных путей от остановок транспорта



5



6

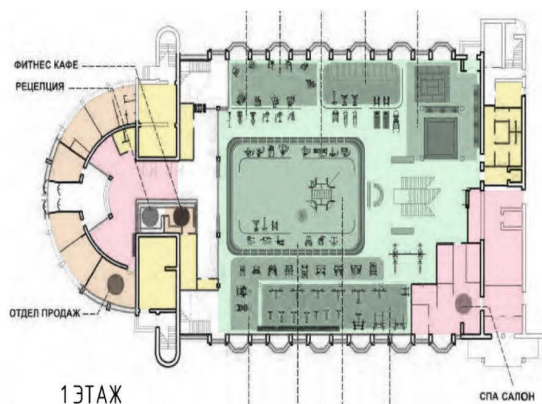
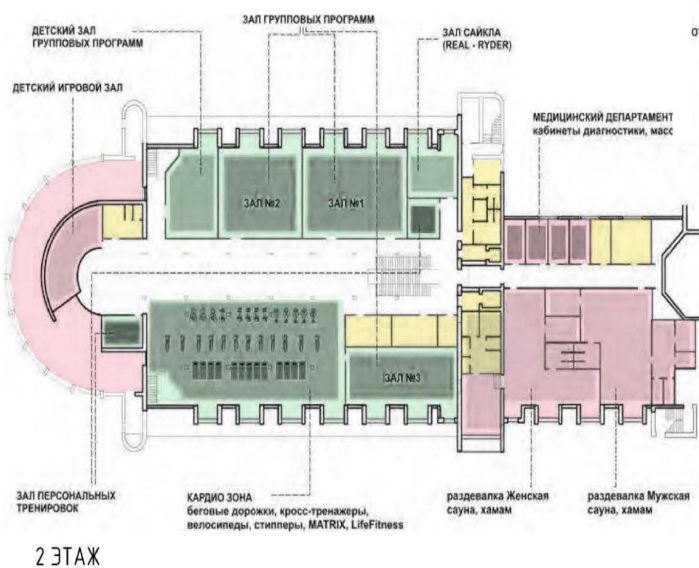
2. Анализ прилегающей территории

Основные въезды, выезды, парковки, зеленые насаждения

Илл. 5

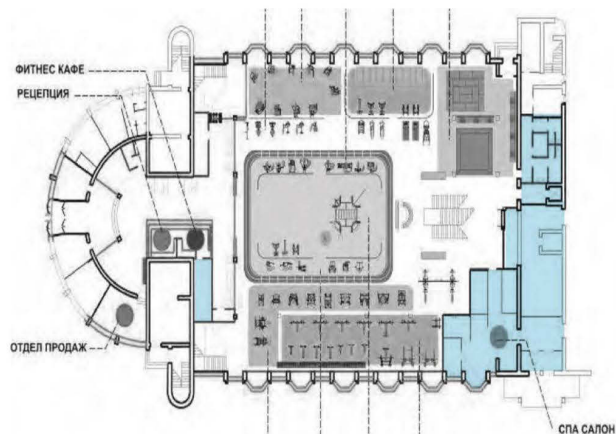
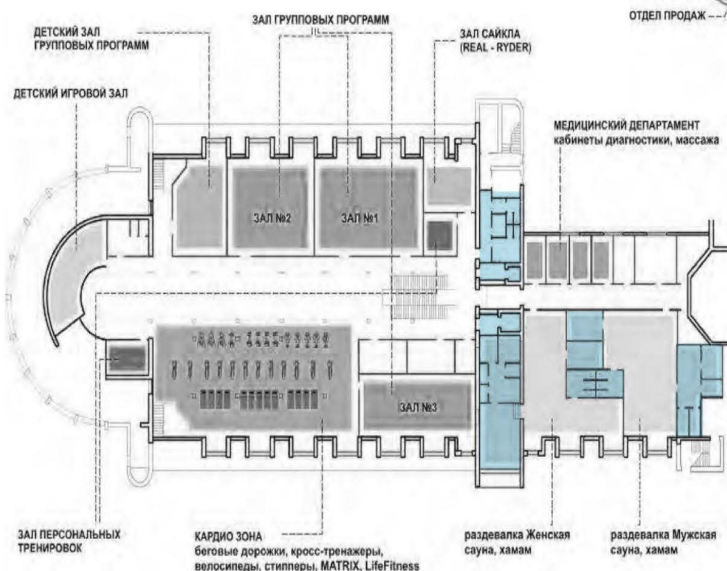
**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Определение схемы функционального зонирования



- ЗОНЫ ТРЕНИРОВОК
- 1 ЭТАЖ: 961 КВ. М 2 ЭТАЖ: 861 КВ. М
- КОММЕРЧЕСКИЕ ПОМЕЩЕНИЯ, ПОМЕЩЕНИЯ ПОД АРЕНДУ
- 1 ЭТАЖ: 134 КВ. М
- ПОДСОБНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ (КЛАДОВЫЕ, КОМНАТЫ ПЕРСОНАЛА, С/У)
- 1 ЭТАЖ: 180 КВ. М 2 ЭТАЖ: 167 КВ. М
- ЗОНЫ РЕКРЕАЦИИ
- 1 ЭТАЖ: 251 КВ. М 2 ЭТАЖ: 620 КВ. М

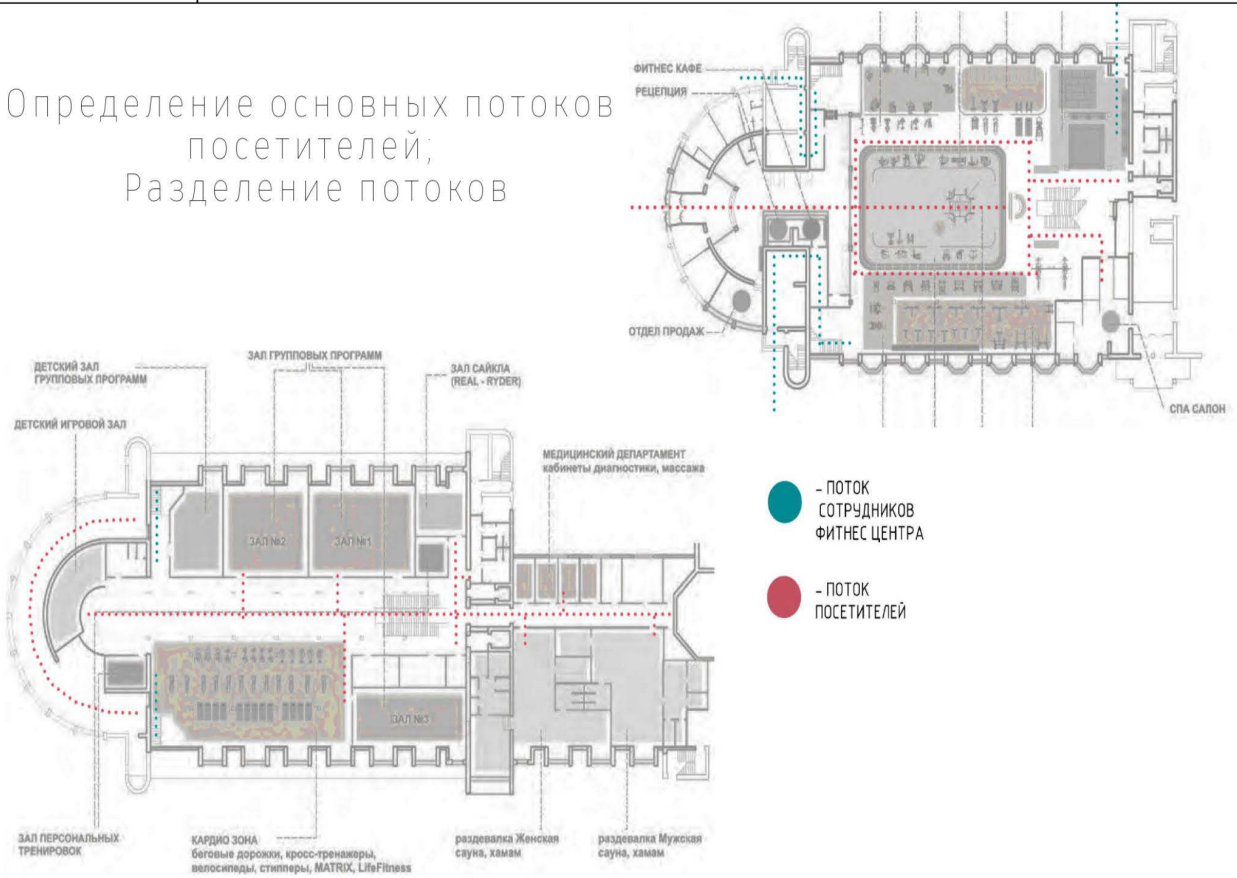
Схема мокрых зон 1 и 2 этажа



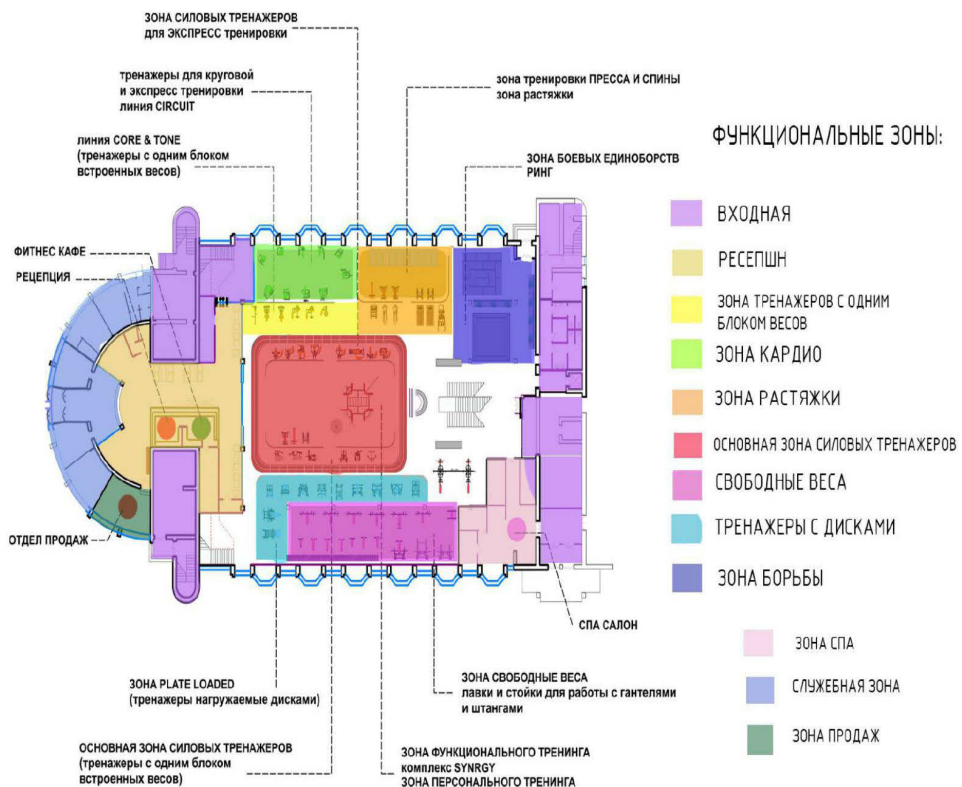
Илл. 6

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Определение основных потоков посетителей;
Разделение потоков



Определение функциональной модели



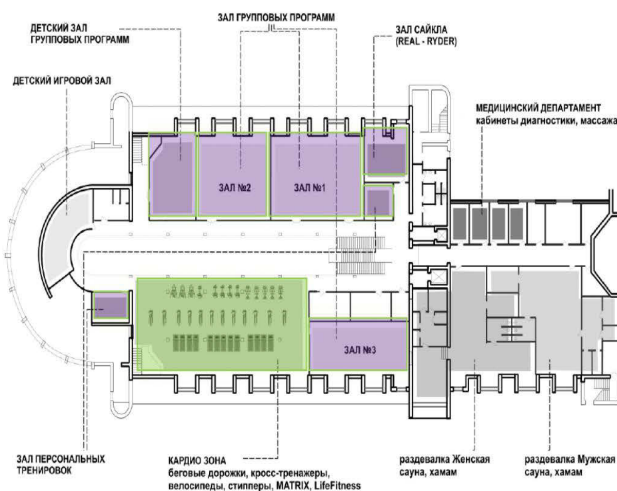
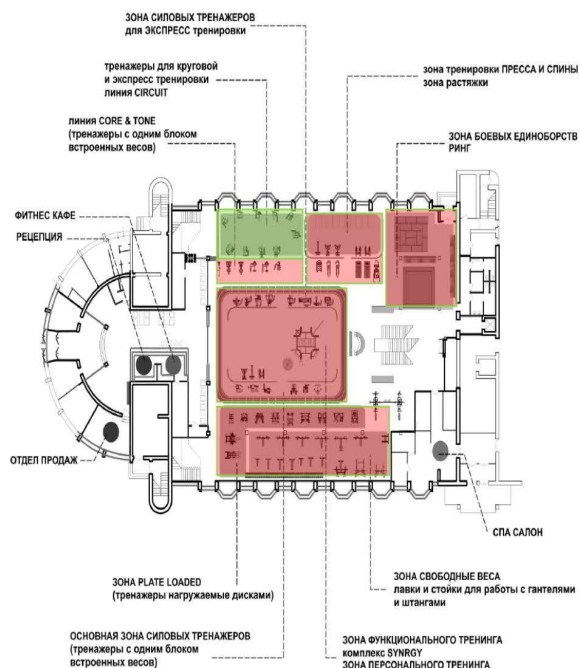
Илл. 7

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Анализ функциональных зон и структурных элементов в составе комплекса
Существующие структурные элементы фитнес-модели

Характеристики Вид модели	Фитнес программы	Сервисные услуги	Доминирующая функция
Функциональная модель «Основная»			

Фитнес юниты в структуре функциональных зон



Силовые тренажеры: 1165 м2
-Зона многофункционального тренинга
-Линия CORE and TONE
-Тренажеры нагружаемые дисками
-Зона тренировок пресса и спины



Кардио тренажеры: 551м2
-Беговые дорожки
-Тренажеры для круговой и экспресс тренировки
-Велосипеды
-Кросс-тренажеры и тд



Залы многофункциональные: 771м2
-Залы 1-3
-Залы персональных тренировок
-Детский зал групповых программ

Илл. 9

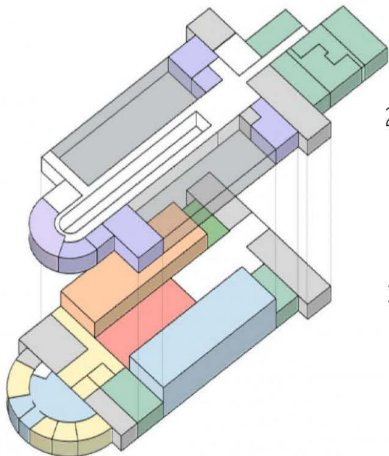
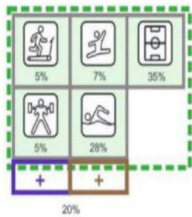
**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Анализ функциональных зон и структурных элементов в составе комплекса
Проектное предложение по изменению структурных элементов фитнес-модели

Характеристики Вид модели	Фитнесс программы	Сервисные услуги	Доминирующая функция
Функциональная модель «Многофункциональная»			

Определение архитектурно-планировочной модели

1 этаж



2 этаж

1 этаж

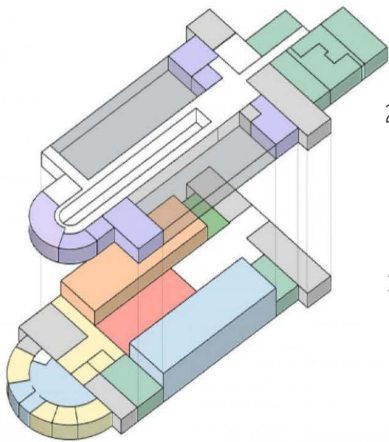
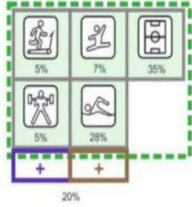


Илл. 10

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Определение архитектурно-планировочной модели

2 этаж



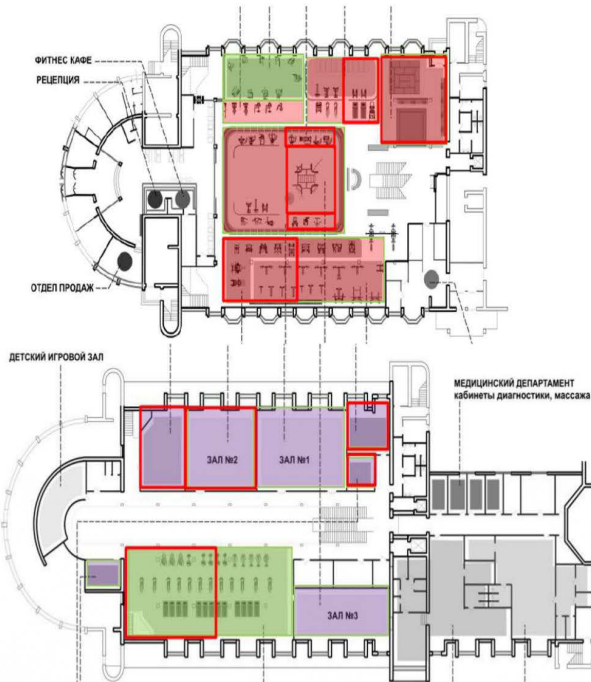
2 этаж

1 этаж

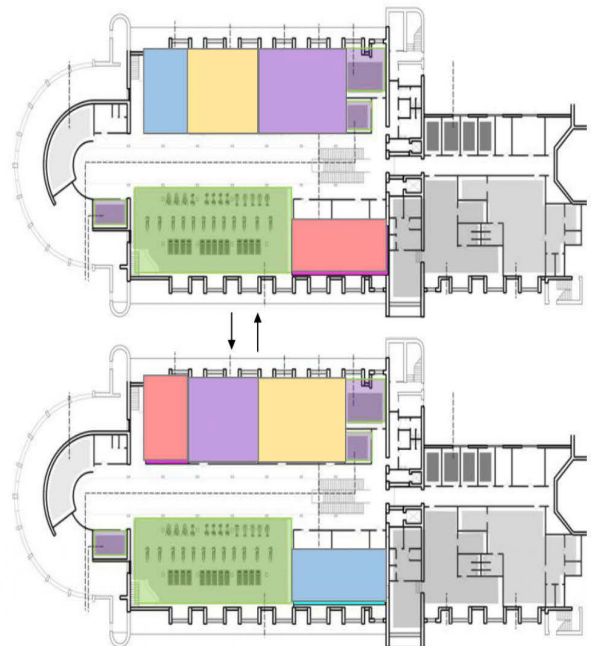


1. Выявление основного принципа формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центра

Принцип пульсации



Принцип трансформации

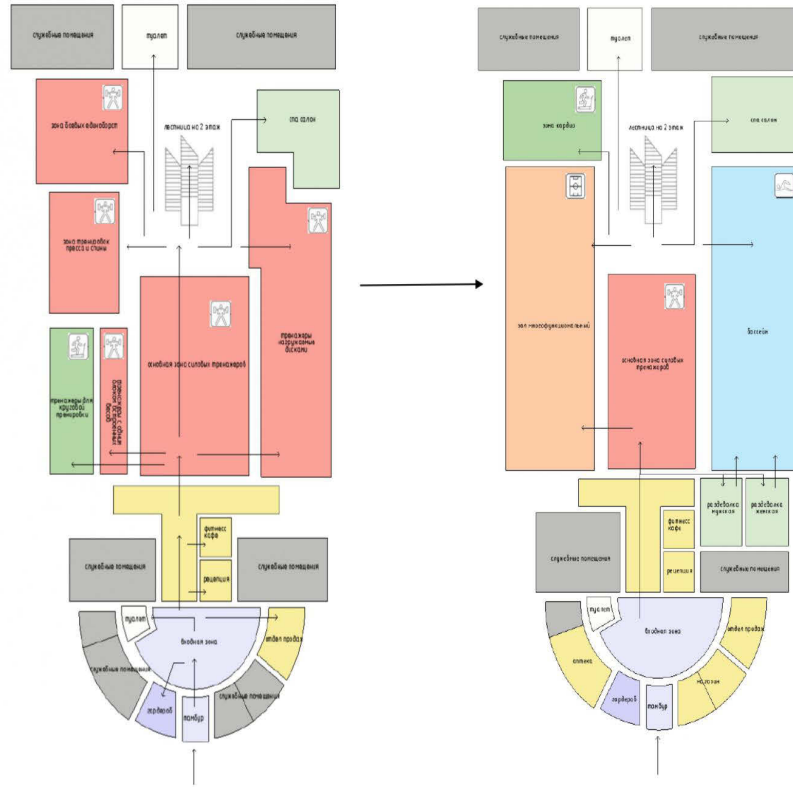


Илл. 11

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

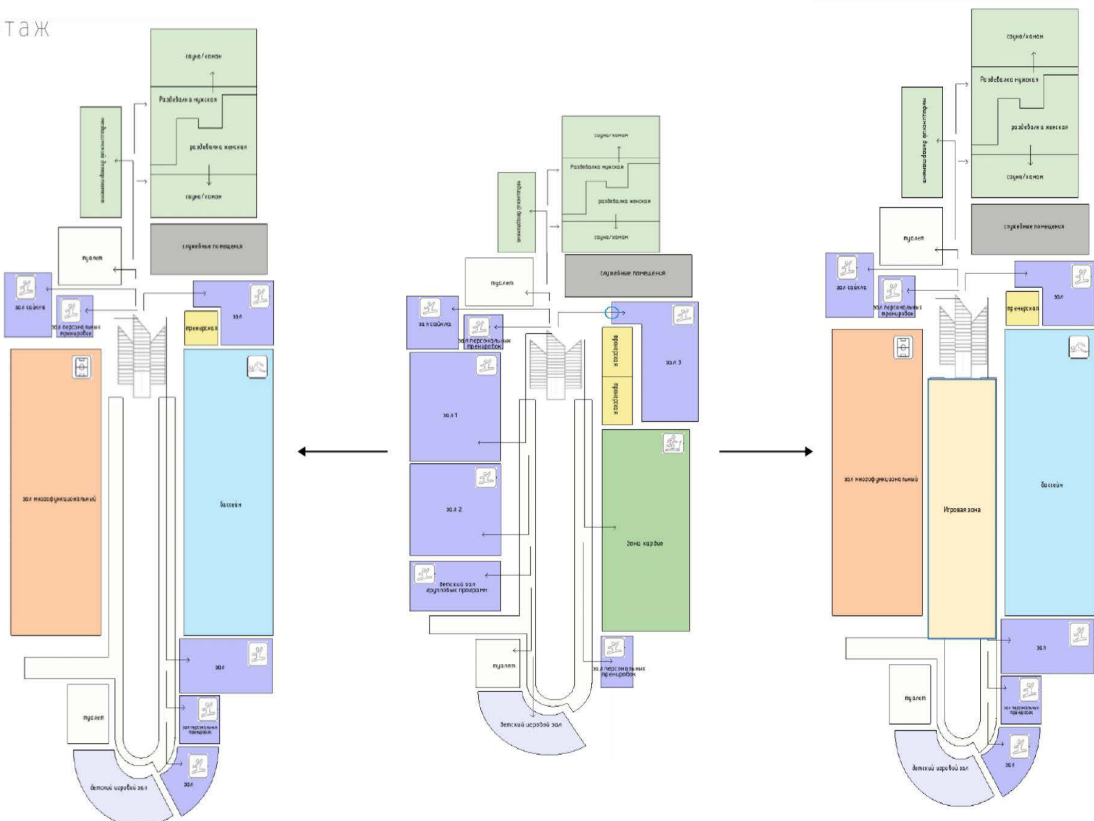
2. Предположения по изменению принципа

1 этаж



2. Предположения по изменению принципа

2 этаж



Илл. 12

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

3. Общий анализ сооружения

|Эволюция| АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНОЙ МОДЕЛИ



Выводы

1. В ходе анализа градостроительной ситуации было выявлено:

- транспортная доступность фитнес центра хорошо обеспечена
- Количество парковок - удовлетворительное
- Система озеленения нуждается в доработке

2. В ходе анализа функционального зонирования выявлено:

- Функциональные зоны не систематизированы и расположены разрозненно. Требуется их перераспределение.
- Техническая часть соблюдена

3. В ходе анализа структурных элементов функционального зонирования выявлено:

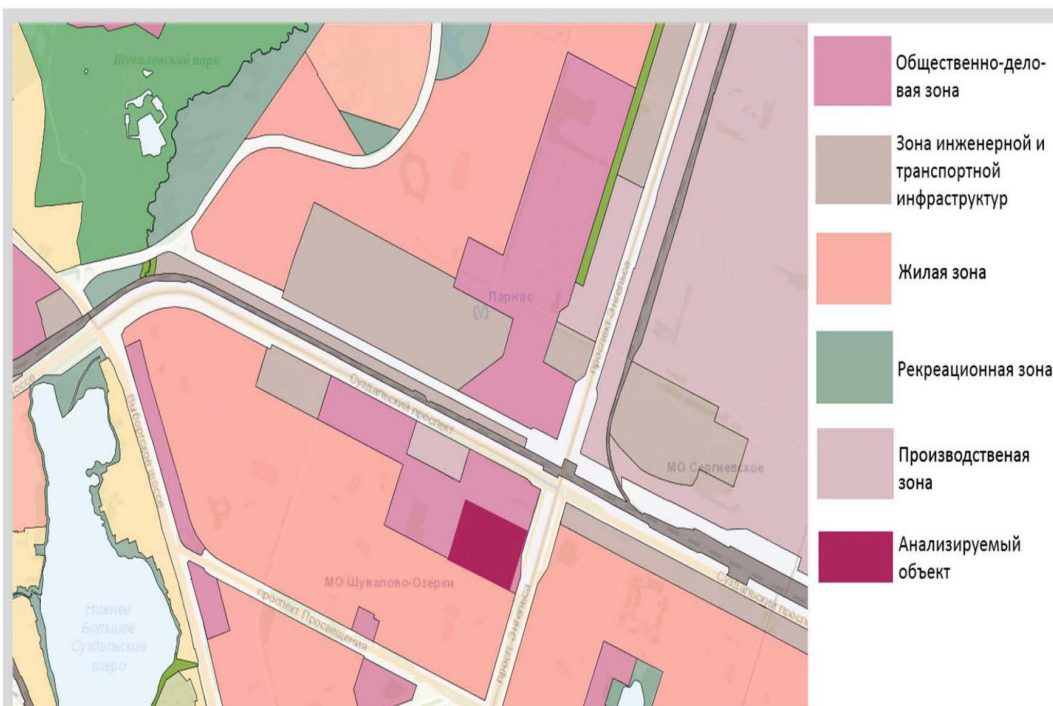
- Площадной и сервисный потенциал позволяют развить фитнес центр до многофункциональной модели.

Илл. 13

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Плюсы и минусы Fitness One Путиловский

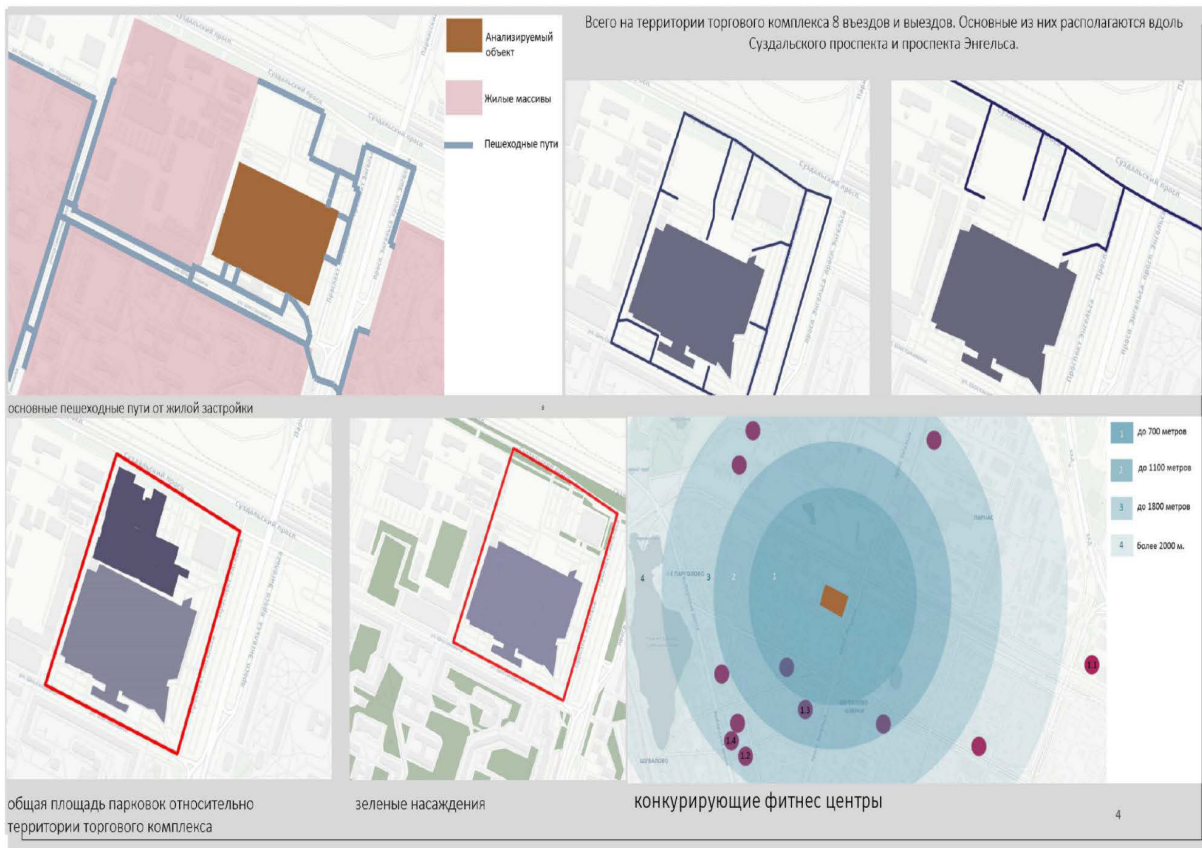
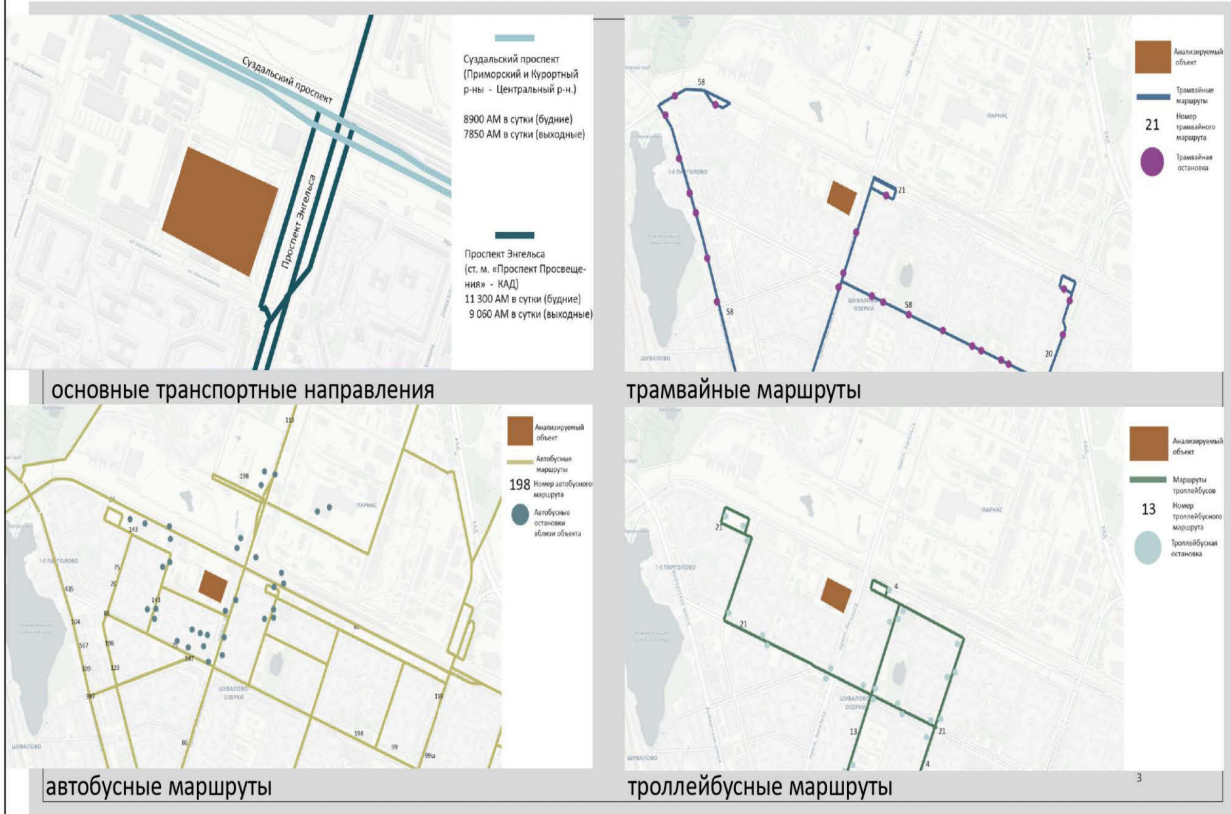
	+	-
Градостроительная ситуация	<ul style="list-style-type: none"> Хорошая пешая доступность и доступность для подъезда автомобилей 	<ul style="list-style-type: none"> малый процент озеленения отсутствуют рекреационные зоны
Функциональное зонирование	<ul style="list-style-type: none"> Соблюдена техническая часть Разведены потоки посетителей и сотрудников хорошо устроена входная группа доминанта в виде большой коридорной рекреационной зоны 	<ul style="list-style-type: none"> неудобное размещение залов и помещений для посетителей центра
Структурные элементы функционального зонирования	<ul style="list-style-type: none"> большая площадь расширенный сервис потенциал к улучшению фитнес центра 	<ul style="list-style-type: none"> разрозненность фитнес юнитов базовая модель во многом превышает рекомендуемые площади



Фитнес-центр находится в ТРК Гранд Каньон на пр. Энгельса 154. Данный комплекс был построен в 2006 году, до этого на данном месте была трикотажная фабрика «Искра».

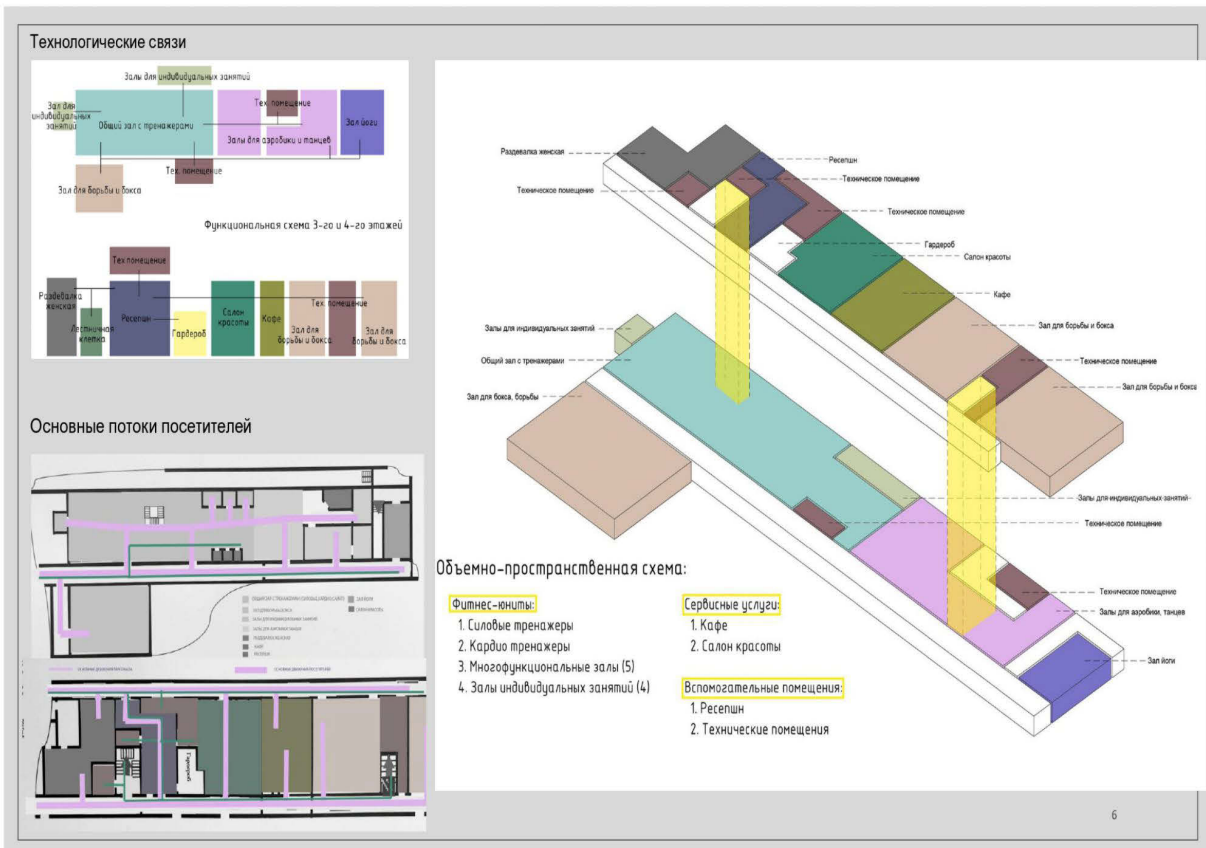
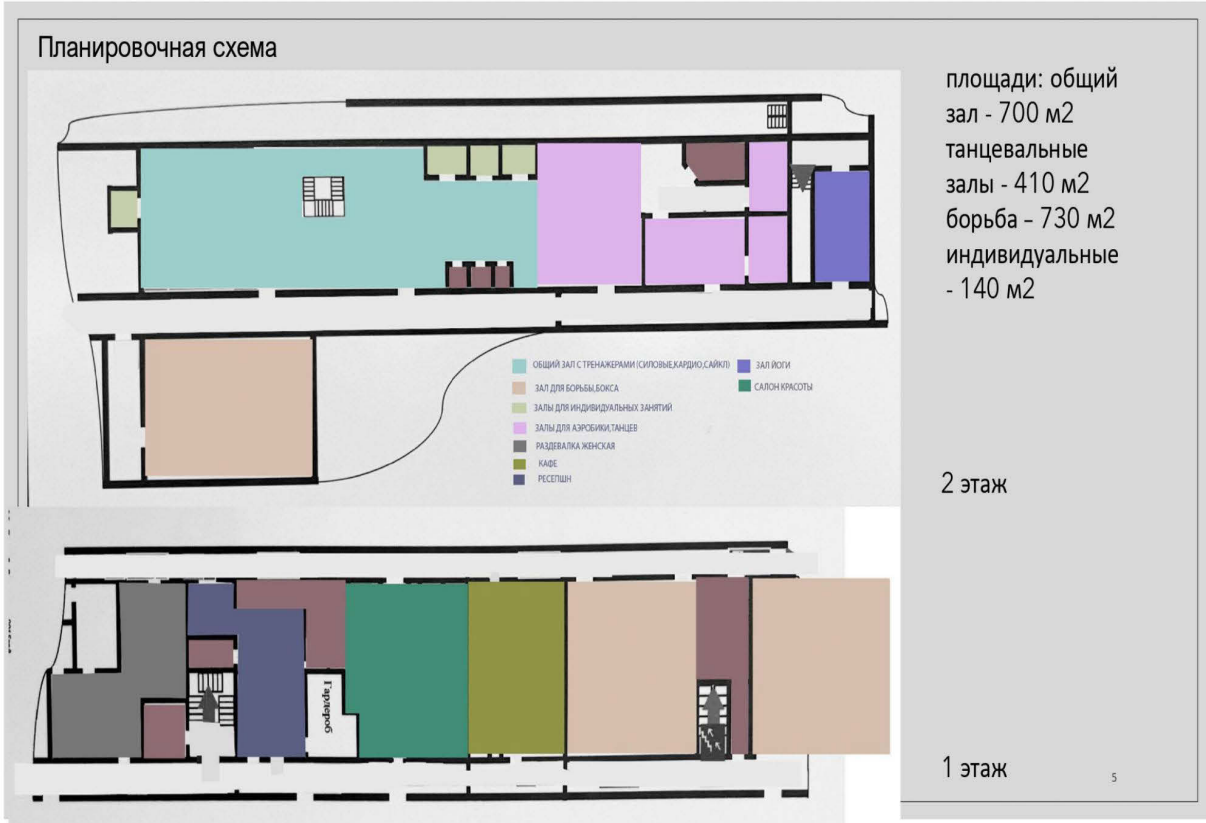
Илл. 14

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга



Илл. 15

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**



Илл. 16

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Фитнес модель на данный момент

Характеристики Вид модели	Фитнесс - программы	Сервисные услуги	Доминирующая функция
1я функциональная модель "Основная"			<p>Доминирующая функция и постоянная</p>

Возможная фитнес модель

Фитнес модель 4

+ +

Функционально-планировочная структура

7

Предложение по изменениям
Так как мы не выявили недостатки в данной фитнес модели, мы изменили планировку общего зала, тем самым выявили место для новых фитнес юнитов.
-Три новые зоны для тренажеров одного типа
-Мини фитнес бар, тк до этого он был только на первом этаже.

8

Илл. 17

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Фитнес центр
в ТРК Гранд Каньон на пр. Энгельса



Принцип трансформации

Основным принципом архитектурно-планировочной организации данного фитнес центра является принцип трансформации, при котором возможна оптимизация существующих функциональных зон путем перераспределения фитнес-юнитов внутри модели.



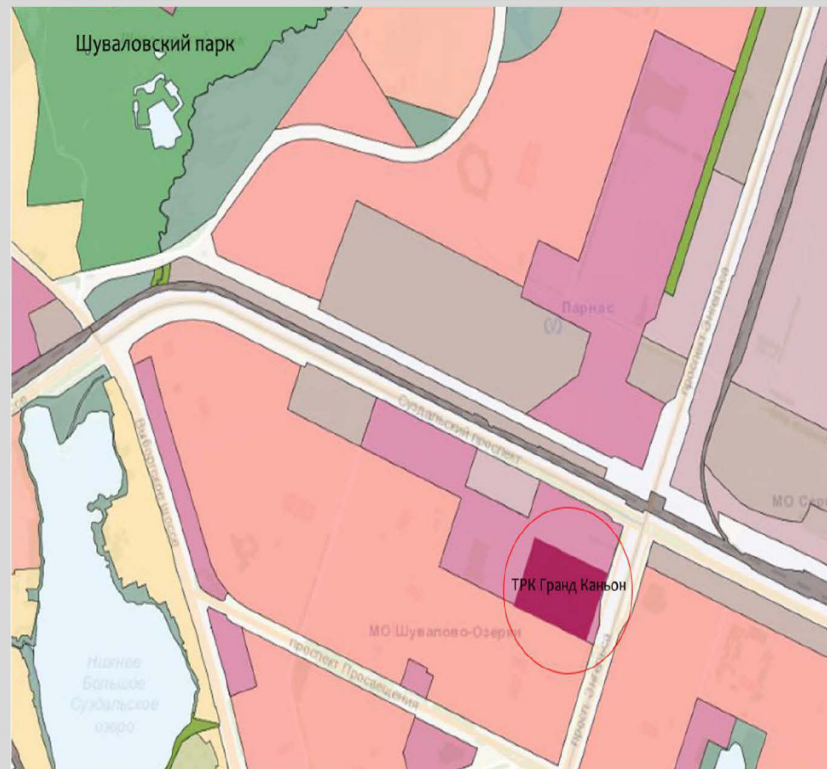
В фитнес-центре возможно также использовать принципы:

- мобильности
- комбинации
- включения

- 1) Принцип мобильности
В летнее время возвести рядом с ТРК павильон/надувной зал для занятий теннисом/футболом/баскетболом
- 2) Принцип комбинации
Расширение СПА зоны для проведения комплексного тренировочного процесса, совмещенного со спа и мед процедурами для посетителей зала. Возможен перенос части данной зоны на 2 этаж на место залов для индивидуальных тренировок

Илл. 18

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга



3) Принцип включения
Возможна установка в
Шуваловском парке
переносных модулей,
установка теннисных столов
на территории ТРК Гранд
Каньон

11

Плюсы и минусы центра

	+	-
Градостроительная ситуация	Большая жилая зона и общественно-деловая зона в окрестности выбранного объекта, доступная транспортная сеть усиливает поток людей, объект становится заметен и расширяет общий культурный и социально-экономический потенциал выбранного участка	
Функциональное зонирование	Планировочная структура с возможностью трансформации в новую фитнес модель.	Находится в торговый центр: вход в фитнес центра никак не отделен от входа в торговый центр, что создает неудобство посетителям при пересечении с потоками покупателей. Плюсы:
Элементы функционального зонирования	Присутствует максимум возможных юнитов Большие возможности развития взаимодействия с клиентами вне фитнес центра	Нельзя добавить бассейн, так как находится в торговом центре.

12

Илл. 19

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

	Признак	
1	По виду подчинения	Частный
2	По месту размещения	Общедоступный (в торговом центре)
3	По условиям размещения	Встроенный
4	По составу функциональных зон	-тренажерные залы -многофункциональные залы -неспортивные услуги -услуги СПА
5	По режиму потребления	Регулярный
6	По классу обслуживания	Социальный
7	По группам потребителей	Все группы потребителей

Вывод: Данный фитнес центр обладает широким спектром услуг как спортивных, так и сервисных. Отсутствие бассейна и размещение в торговом центре не дает ему возможность соответствовать автономному комплексу.

Из-за размещения в спальном районе он обладает высокой посещаемостью, а размещение в торговом центре дает ему возможность наличия больших площадей.

Противоречий в функционально-планировочной и объемно-пространственной структурах не обнаружена, поэтому данный центр

может являться моделью хорошего центра, размещенного в торговом комплексе.

13

1.1 Функциональное зонирование территории

Архитектурный анализ

Схема МО Московская застава, общие характеристики



- В его состав входит 85 кварталов
общая площадь 1000,7 га
население на 2021г. - 53 640 чел.
- Высотный регламент
в зависимости от зоны:
40/43; 30/33; 18/21; 36/39

Илл. 20

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

1.1 Функциональное зонирование территории

Архитектурный анализ

Схема МО Московская застава, общие характеристики

- В его состав входит 85 кварталов
общая площадь 1000,7 га
население на 2021г. - 53 640 чел.
- Высотный регламент
в зависимости от зоны:
40/43; 30/33; 18/21; 36/39



1.1 Функциональное зонирование территории

Архитектурный анализ

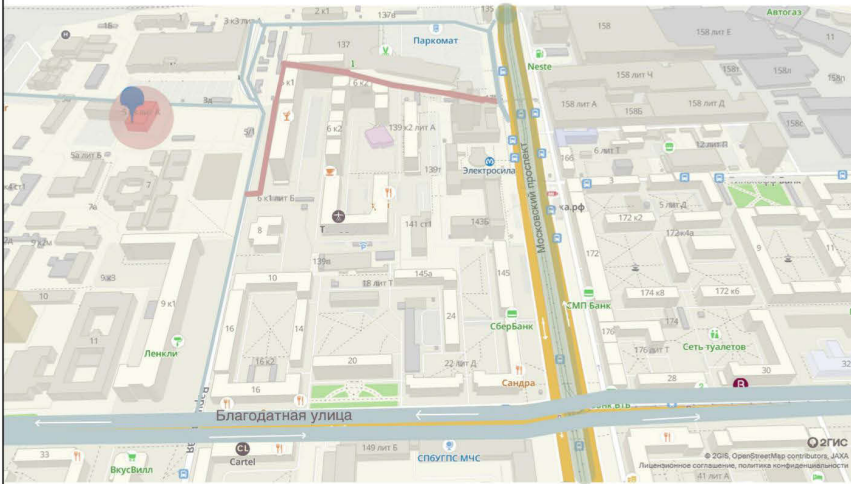


Илл. 21

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

1.2 Транспортные направления

Архитектурный анализ



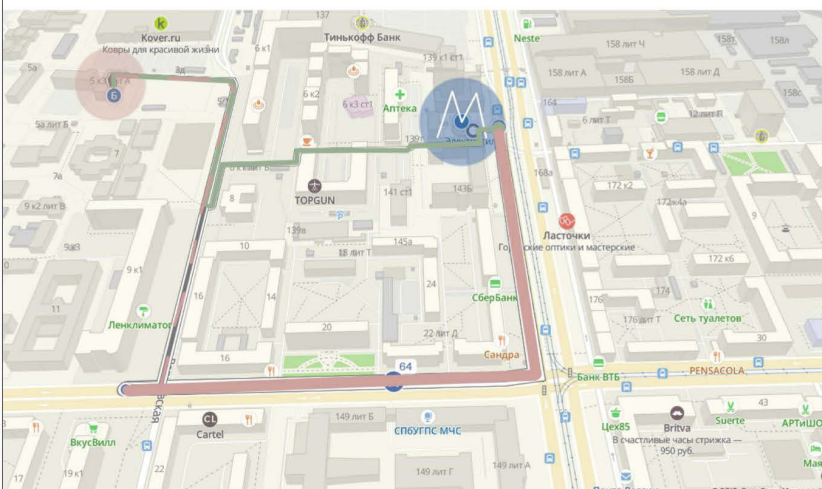
Дорожная ситуация

- магистраль городского значения
- двухполосные автодороги местного значения
- дворовые проезды к исследуемому участку

исследуемый участок

1.2 Транспортные направления

Архитектурный анализ



Проезд на общественном транспорте

- ближайшая к исследуемому участку станция метро (r=500)
- кратчайший пешеходный маршрут от метро 10 min
- Комбинированный маршрут от метро
- автобусы 64, 17, 44, маршрутки к-345, к-36
- оставшийся путь пешком 15 min
- Маршрутов проходящих непосредственно через исследуемый участок нет

исследуемый участок

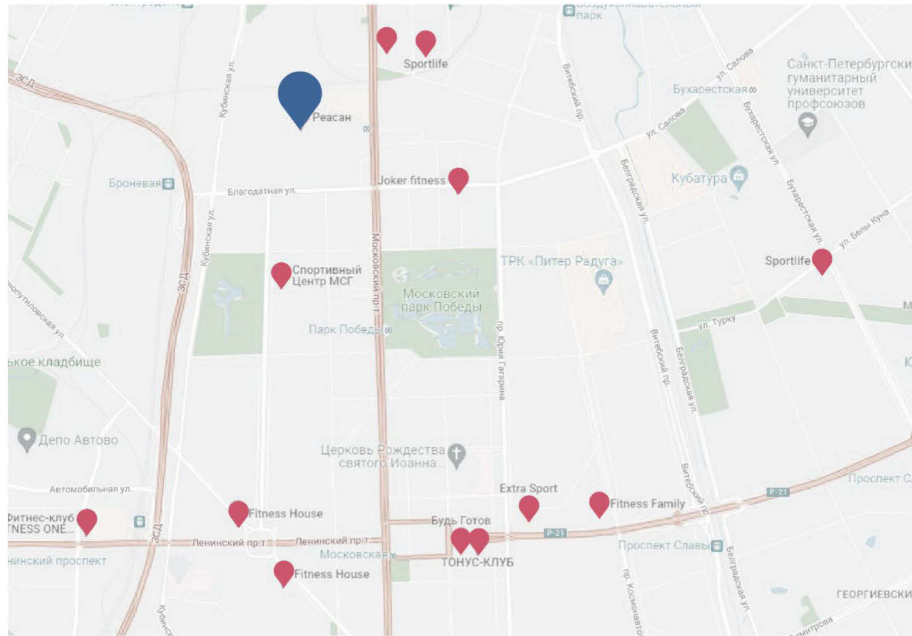
Илл. 22

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

1.3 Аналоги. Размещение и взаимодействие

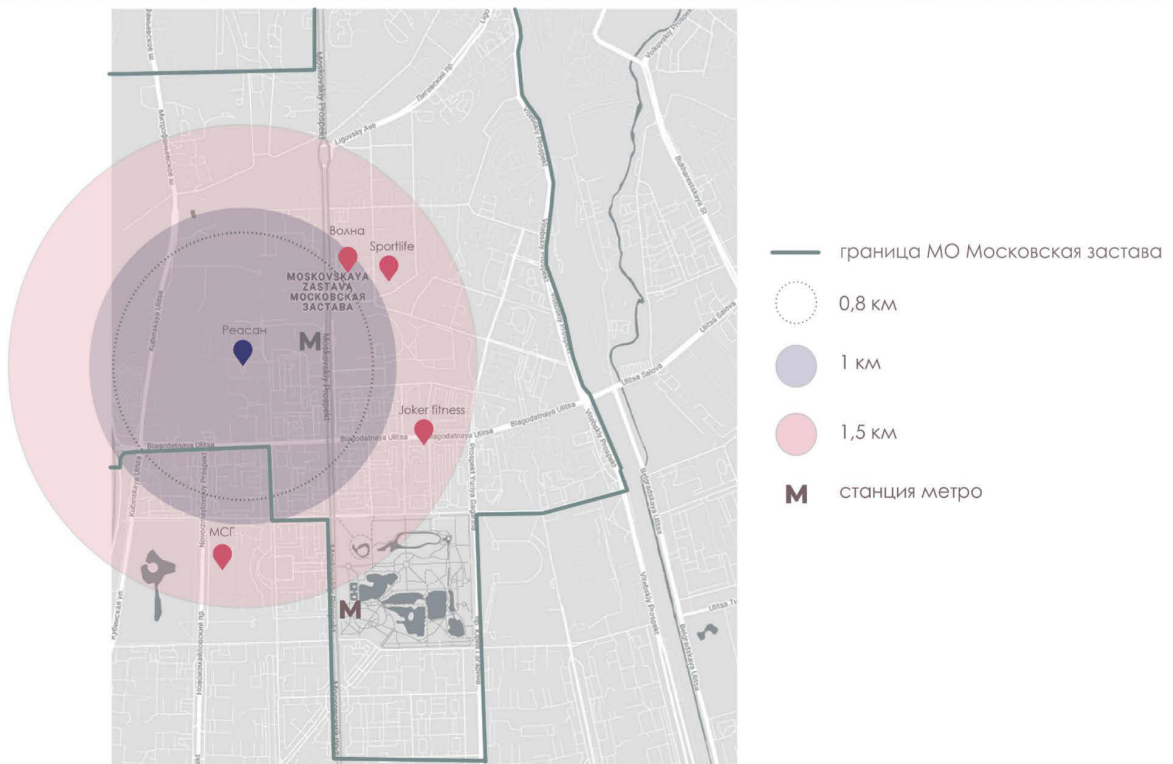
Архитектурный анализ

Московский район



1.3 Аналоги. Размещение и взаимодействие

Архитектурный анализ



Илл. 23

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

1.3 Аналоги. Размещение и взаимодействие

Архитектурный анализ

Волна

Расстояние - 900 м

Бассейн (+ школа плавания)
Зал фитнеса
Зал боевых искусств
Игровой зал
Тренажерный зал
ЛФК

Группы посетителей: взрослые и дети

Sportlife

Расстояние - 1100 м

Бассейн
Тренажерный зал
Групповые залы
СПА-зона

Группы посетителей: в основном взрослые 30-60 лет

Премиум-класс



1.3 Аналоги. Размещение и взаимодействие

Архитектурный анализ

Спортивный центр МСГ

Расстояние - 1300 м

Бассейны (+ школа плавания)
Зал фитнеса
Тренажерный зал
Танцевальный зал
Игровые залы

Группы посетителей: студенты, дети и взрослые

Реасан

Бассейны (+ школа плавания)
Оздоровительные программы, ЛФК
Спа-зона
Групповые залы
Тренажерный зал

Группы посетителей: дети и взрослые

Joker Fitness

Расстояние - 1300 м

Тренажерный зал

Группы посетителей: взрослые

Илл. 25

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

2.2 Зона благоустройства и озеленение

Архитектурный анализ



- Парковочные места
- Озеленение
- Пешеходные дороги

Анализ благоустройства в %

Парковочные места 23%

Озеленение 7%

Пешеходные дороги 34%

Выводы

Архитектурный анализ

- Площадь МО Московская застава равна 1000,7 га, кол-во жителей - 53 640
- Маршрутов общественного транспорта, проходящих непосредственно через исследуемый участок, нет. Для поезда транспорта к зданию существуют двухполосные автодороги местного значения, однополосные дороги и дворовые проезды.
- В относительной близости от центра находятся два фитнес-центра с аналогичным функционалом и целевой аудиторией (МСГ, "Волна"). Из них главным конкурентом является центр Волна, поскольку расположен ближе всего и на таком же расстоянии от метро Электросила.
- Ближайший жилой дом, находящийся в пешей доступности, расположен на расстоянии 500м, остановка общественного транспорта - 800м, станция метро - 900м. Это свидетельствует о том, что исследуемый объект расположен достаточно далеко от маршрутов общественного транспорта.
- На участке практически отсутствует озеленение, совсем отсутствует благоустройство, вся незастроенная территория отведена под парковку. Требования по озеленению компенсируются соседними участками.

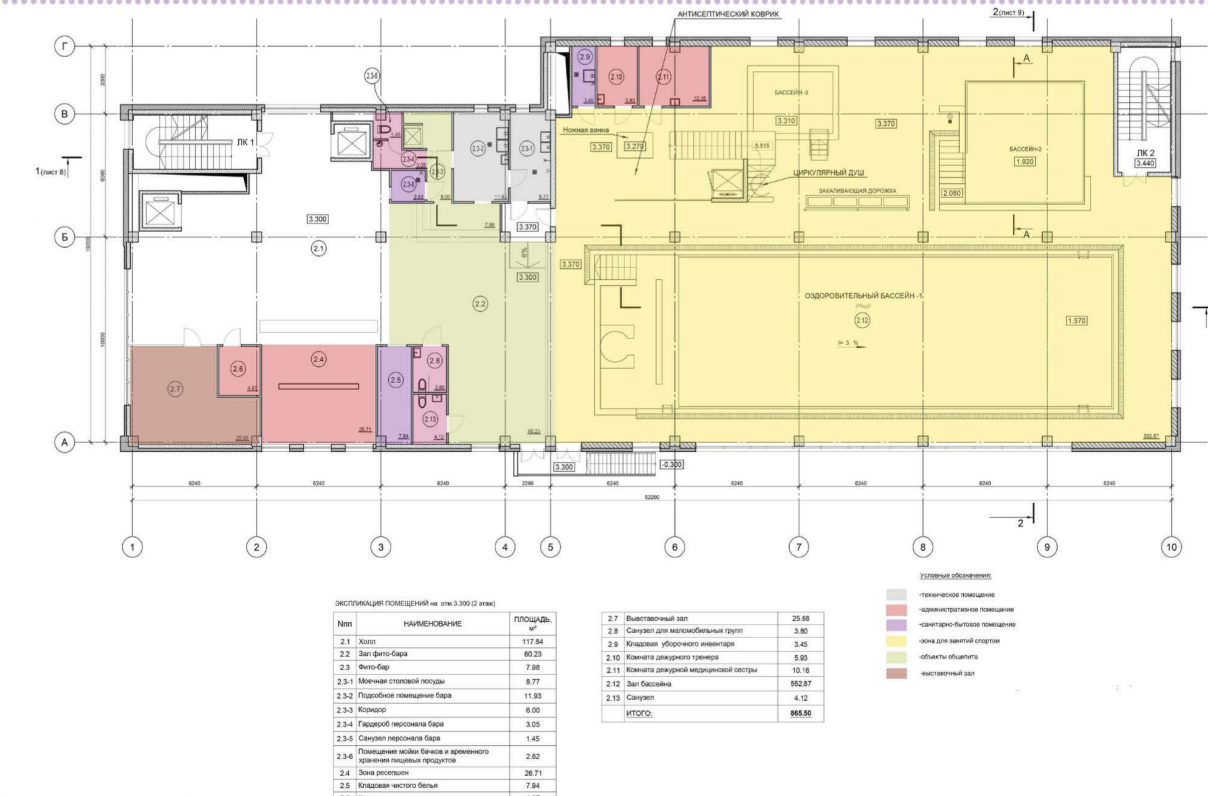
Илл. 26

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

1.1 Схема функционального зонирования



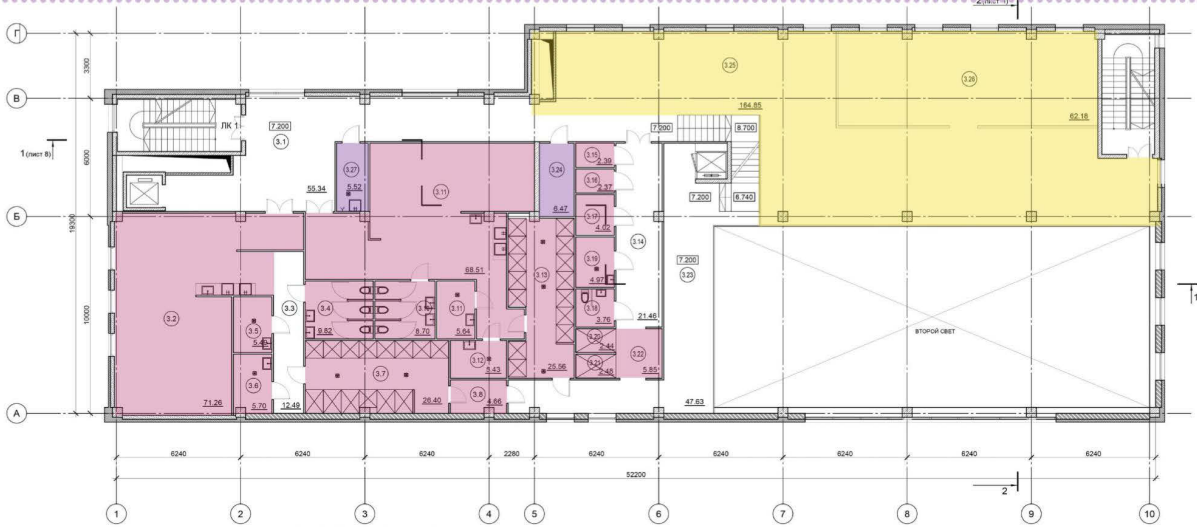
1.1 Схема функционального зонирования



Илл. 27

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

1.1 Схема функционального зонирования



ЭКСПЛИКАЦИЯ ПОМЕЩЕНИЙ на стр. 7.200 (3 этаж)

№п/п	НАИМЕНОВАНИЕ	ПЛОЩАДЬ, м²
3.1	Холл	50.34
Женская раздевалка:		
3.2	Раздевалка женская	71.26
3.3	Коридор	12.49
3.4	Саунуэл при женской раздевалке	9.82
3.5	Камера	5.49
3.6	Камера	5.70
3.7	Душевая при женской раздевалке	26.40
3.8	Преддушевая	4.86
Мужская раздевалка:		
3.9	Раздевалка мужская	68.51
3.10	Саунуэл при мужской раздевалке	8.70
3.11	Камера	5.64
3.12	Камера	5.43
3.13	Душевая при мужской раздевалке	25.56
Семейная раздевалка, для ММТ:		
3.14	Коридор	21.46

3.15	Кабина для переодевания	2.39
3.16	Кабина для переодевания	2.37
3.17	Кабина переодевания для автомобилейных групп	4.02
3.18	Саунуэл для малообъемных групп	3.76
3.19	Камера	4.97
3.20	Душевая кабина	2.44
3.21	Душевая кабина	2.44
3.22	Преддушевая семейной раздевалки	5.85
Итого:		641.35

Условные обозначения:

- административное помещение
- санитарно-бытовое помещение
- зона для занятий спортом
- окладное помещение

1.1 Схема функционального зонирования



ЭКСПЛИКАЦИЯ ПОМЕЩЕНИЙ на стр. 11.100 (4 этаж)

№п/п	НАИМЕНОВАНИЕ	ПЛОЩАДЬ, м²
4.1	Холл	173.43
4.2	Кабинет функциональной диагностики	23.39
4.3	Кабинет спортоценки	19.01
4.4	Кабинет физиотерапии ПОР	21.55
4.5	Кабинет УЗИ	15.81
4.6	Медицинский кабинет №1 (психолога)	10.11
4.7	Медицинский кабинет №2 (диетолога)	10.89
4.8	Медицинский кабинет №3 (диетолога)	10.86
4.9	Медицинский кабинет №4 (диетолога)	10.89
4.10	Кабинет терапевта	14.86
4.11	Медицинский кабинет №5 (психолога)	10.40
4.12	Кабинет мануальной терапии №1	10.03
4.13	Кабинет мануальной терапии №2	11.56
4.14	Кабинет физиотерапии	10.89
4.15	Процедура	12.85
4.16	Экспресс лаборатория	13.05
4.17	Кабинет физиотерапии	27.02
4.18	Кабинет косметологии №1	13.34

4.19	Кабинет косметологии №2	13.45
4.19-1	Душевая	1.52
4.20	Кабинет косметологии №3	12.04
4.21	Кабинет вакуумного массажа	16.76
4.22	Криомасса	16.73
4.23	Кабинет ручного воздействия	21.79
4.24	Кабинет ручного воздействия	19.26
4.25	Душевая	1.32
4.26	SPA-кабинет	16.99
4.27	Кабинет подорожного массажа	13.29
4.28	Душевая	1.32
4.29	Кабинет мануальной терапии	12.62
4.30	Серверная	2.54
4.31	Саунуэл	3.73
4.32	Кладовая грязного белья	3.90
4.33	Кладовая чистого белья	5.26
4.34	Саунуэл для малообъемных групп	4.53
4.35	Техническое помещение (вентилятора)	11.28
4.36	Стрежиловщина	13.07
4.37	Кладовая спортивного инвентаря	3.01

4.38	Кладовая уборочного инвентаря	2.90
4.39	Холл	45.19
4.40	Детская комната	26.32
4.41	Детский сауна	1.46
4.42	Зал ЛЖК	41.19
4.43	Аэробный зал	52.72
4.44	Зал аэробика (детский зал)	53.13
4.45	Детский уголок	10.36
Итого:		848.61

Условные обозначения:

- лечебное помещение
- административное помещение
- санитарно-бытовое помещение
- зона для занятий спортом
- нед. назначения
- окладное помещение
- для детей

Илл. 28

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

1.1 Схема функционального зонирования



ЭКСПЛИКАЦИЯ ПОМЕЩЕНИЙ на отп. 14.700 (5 этаж)

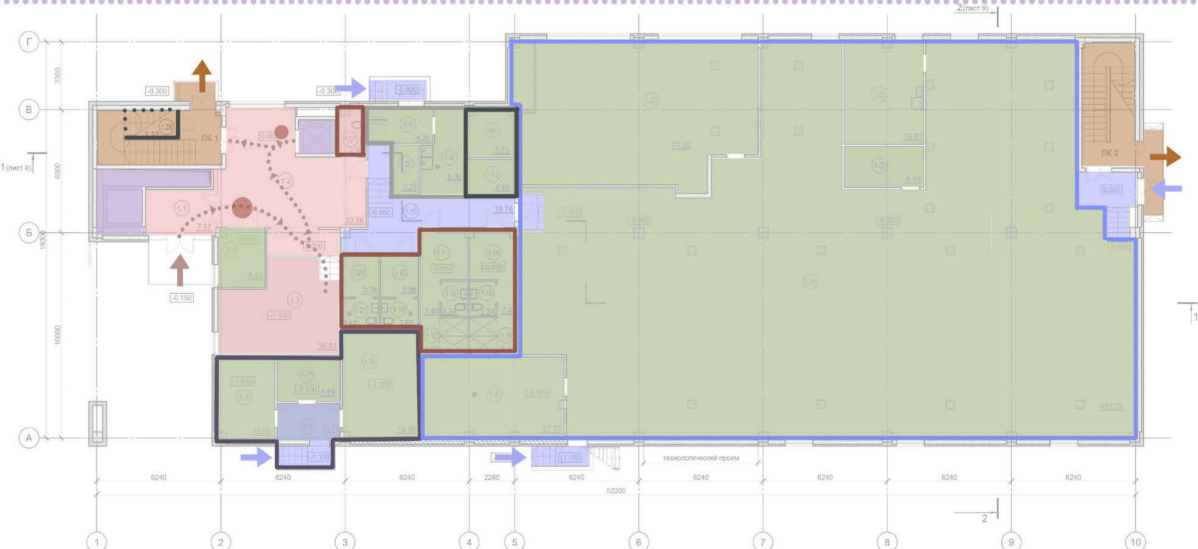
№№п/п	НАИМЕНОВАНИЕ	ПЛОЩАДЬ, кв.м
5.1	Организаторская	15.01
5.2	Промывная	6.68
5.3	Руководитель спортивного центра	15.88
5.4	Кабинет старшей сестры	15.37
5.5	Комната охраны здоровья	10.85
5.6	Комната отдыха персонала	17.06
5.7	Буфетная	19.81
5.8	Санузел персонала	5.81
5.9	Санузел персонала	5.51
5.10	Коридор	70.29
5.11	Холл	35.12
5.12	Техническое помещение	73.89
5.13	Комната хранения инвентаря	12.69
5.14	Раздевалка персонала спортивного центра	11.93
5.15	Душевая	1.71

5.16	Санузел	1.71
5.17	Душевая	1.71
5.18	Кладовая медицинских отходов	11.11
5.19	Коридор	58.71
5.20	Секретарь с постом администратора	9.97
5.21	Кладовая чистого белья	14.13
5.22	Тамбур	6.53
5.23	Санузел	5.86
5.24	Санузел	5.86
5.25	Коридор	12.46
5.26	Коридор	39.80
5.28	Кабинет администрации 1	20.11
5.27	Кабинет администрации 2	20.11
5.28	Кабинет администрации 3	25.51
5.29	Выставочный зал	89.28
5.30	Кладовая спортивного инвентаря	11.00
5.31	Раздевалка персонала спортивного центра	11.80
5.32	Душевая	1.71

5.33	Санузел	1.71
5.34	Душевая	1.71
5.35	Холл	78.82
5.36	Демонстрационный зал	89.78
5.37	Конференц-зал	44.62
5.38	Кладовая конференц-зала	17.11
ИТОГО:		898.21

- Условные обозначения:
- техническое помещение
 - административное помещение
 - санитарно-бытовое помещение
 - кладовое помещение
 - выставочный зал

1.2 Технологические связи и потоки посетителей



ЭКСПЛИКАЦИЯ ПОМЕЩЕНИЙ на отп. 9.000 (1 этаж)

№№п/п	НАИМЕНОВАНИЕ	ПЛОЩАДЬ, кв.м
1.1	Входной тамбур	7.57
1.2	Холл	33.56
1.3	Гидропоб	30.51
1.4	Менеджер консультант	6.32
1.5	Экспозиционная	10.50
1.6	ИТП	27.77
1.7	Тамбур	5.17
1.8	Экспозиция кафе	4.38
1.9	Зона парковки	8.08
1.9.1	Кладовые сумки персонала	5.73
1.9.2	Холодильная камера	4.40
1.10	Коридор	18.76
1.11	Раздевалка тренировочного состава	7.86
1.12	Санузел	2.24
1.13	Душевая	4.32
1.14	Раздевалка тренировочного состава	7.48
1.15	Санузел	2.24

1.18	Душевая	4.32
1.17	Помещение для хранения ступенчатых лент	8.08
1.18	Раздевалка персонала	3.90
1.19	Санузел персонала с душе	2.86
1.20	Раздевалка персонала	3.78
1.21	Санузел персонала с душе	2.87
1.22	Помещение для хранения инвентаря	8.05
1.23	Лаборатория анализа воды	19.87
1.24	Коридор	экспозиция
1.25	Техническое помещение бассейна	450.32
1.26	Кладовая	3.20
1.27	Санузел	1.99
1.28	Кладовая	7.27
1.29	Вертикальный реол	19.28
1.30	Помещение для размещения вент. оборудования	77.20
ИТОГО:		798.58

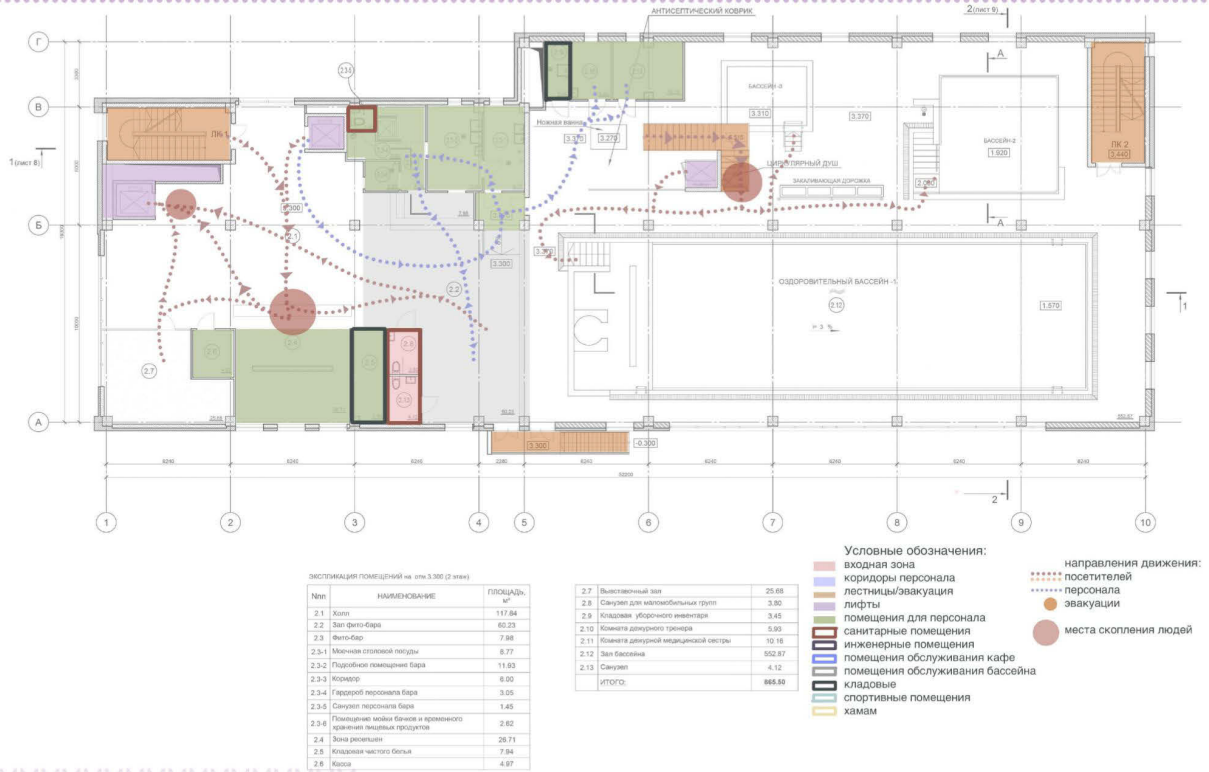
- Условные обозначения:
- входная зона
 - коридоры персонала
 - лестницы/эвакуация
 - лифты
 - помещения для персонала
 - санитарные помещения
 - инженерные помещения
 - помещения обслуживания кафе
 - помещения обслуживания бассейна
 - кладовые
 - спортивные помещения
 - хаммам

- направления движения:
- посетителей
 - персонала
 - эвакуации
 - места скопления людей

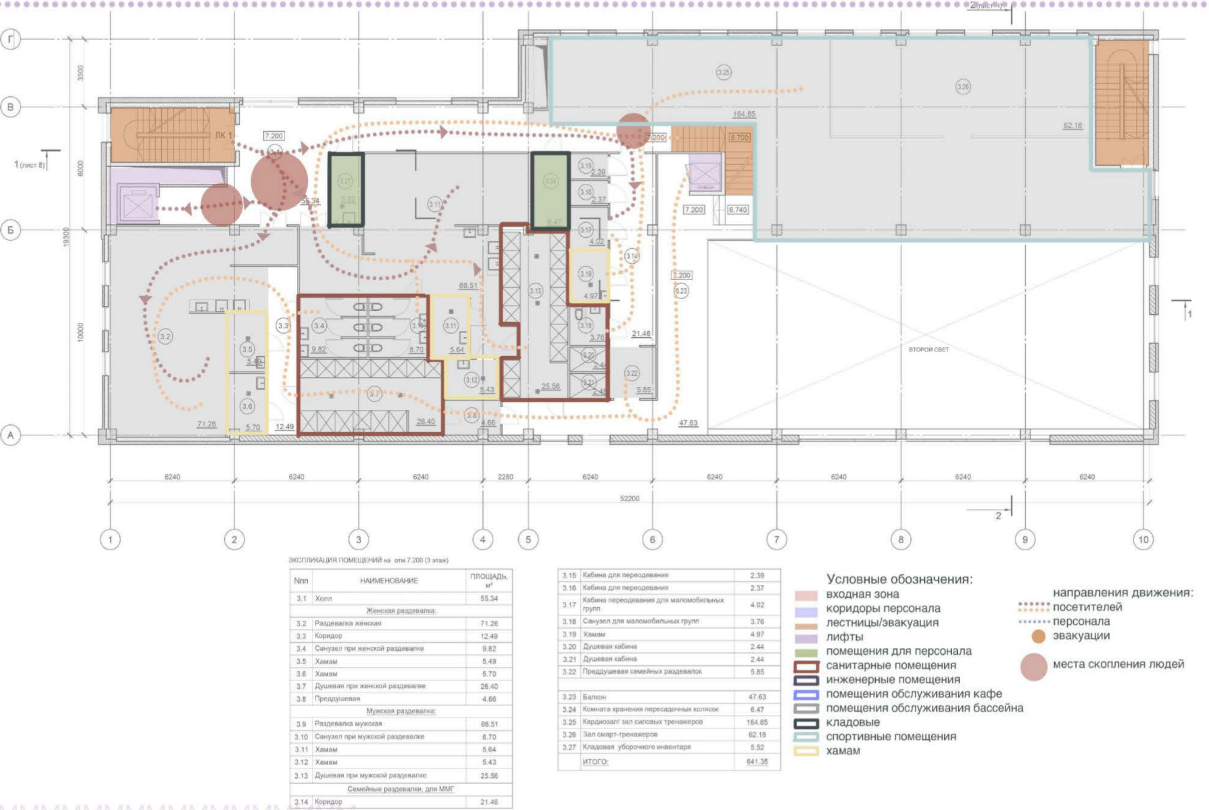
Илл. 29

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

1.2 Технологические связи и потоки посетителей



1.2 Технологические связи и потоки посетителей



Илл. 30

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

1.2 Технологические связи и потоки посетителей



ЭКСПЛИКАЦИЯ ПОМЕЩЕНИЙ на эти 11 100 (4 этаж)

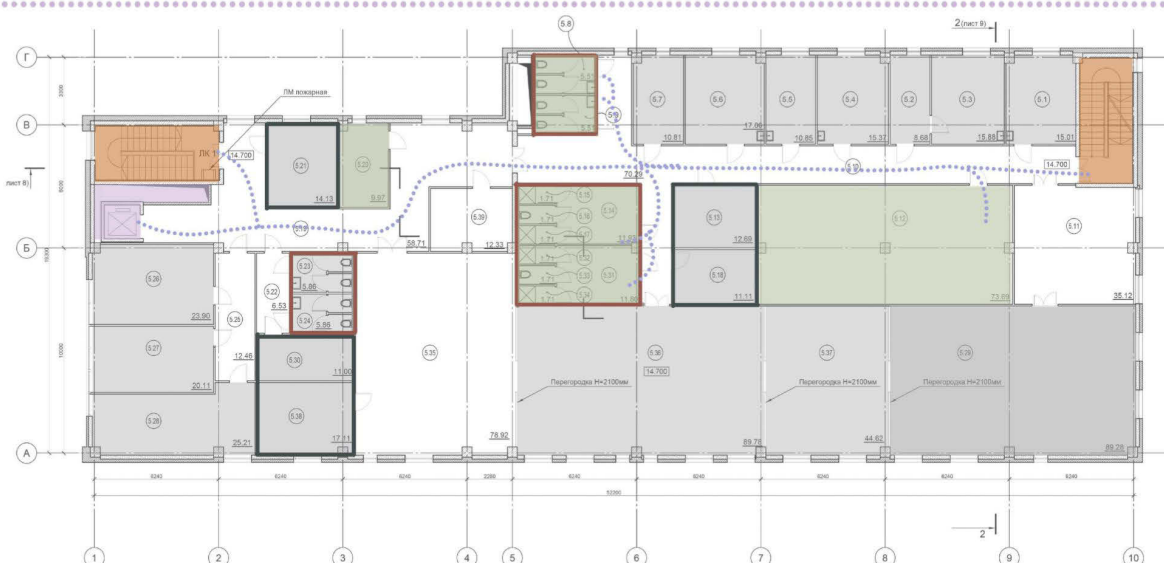
№№	НАИМЕНОВАНИЕ	ПЛОЩАДЬ, м²
4.1	Холл	173.48
4.2	Кабинет функциональной диагностики	29.59
4.3	Кабинет спортивной физиологии	18.01
4.4	Кабинет физиотерапии ДОР	21.55
4.5	Кабинет УЗИ	15.81
4.6	Медицинский кабинет №1 (позвоночник)	10.11
4.7	Медицинский кабинет №2 (диетология)	10.89
4.8	Медицинский кабинет №3 (позвоночник)	10.69
4.9	Медицинский кабинет №4 (диетология)	10.69
4.10	Кабинет терапии	14.88
4.11	Медицинский кабинет №5 (позвоночник)	10.40
4.12	Кабинет мануальной терапии №1	10.03
4.13	Кабинет мануальной терапии №2	11.58
4.14	Кабинет физиотерапии	19.89
4.15	Плоскопарная	13.85
4.16	Экспозиция выставки	13.05
4.17	Кабинет физиотерапии	27.02
4.18	Кабинет косметологии №1	13.34

4.19	Кабинет косметологии №2	13.45
4.19-1	Душевая	1.52
4.20	Кабинет косметологии №3	12.04
4.21	Кабинет закусочного класса	16.76
4.22	Кладовская	16.73
4.23	Кабинет ручного водолечения	21.79
4.24	Кабинет акустического вытяжения	18.26
4.25	Душевая	1.32
4.26	Ванная комната	18.99
4.27	Кабинет закусочного класса	13.29
4.28	Душевая	1.32
4.29	Кабинет мануальной терапии	12.62
4.30	Спиральный	2.94
4.31	Салунет	3.73
4.32	Кладовая грязного белья	3.90
4.33	Кладовая чистого белья	5.26
4.34	Салунет для массажистов групп	4.53
4.35	Техническое помещение (библиотека)	11.28
4.36	Стерилизационная	13.07
4.37	Кладовая спортивного инвентаря	3.01

4.38	Кладовая уборочного инвентаря	2.99
4.39	Холл	45.19
4.40	Детская комната	26.32
4.41	Детский санузел	1.48
4.42	Зан. зал	41.19
4.43	Аэробный зал	62.72
4.44	Зан. аэробики (детский зал)	53.13
4.45	Детский уголок	10.36
Итого:		848.81

- Условные обозначения:**
- входная зона
 - коридоры персонала
 - лестницы/эвакуация
 - лифты
 - помещения для персонала
 - санитарные помещения
 - инженерные помещения
 - помещения обслуживания кафе
 - помещения обслуживания бассейна
 - кладовые
 - спортивные помещения
 - хаммам
- направления движения:**
- посетителей
 - персонала
 - эвакуации
 - места скопления людей

1.2 Технологические связи и потоки посетителей



ЭКСПЛИКАЦИЯ ПОМЕЩЕНИЙ на эти 14 700 (5 этаж)

№№	НАИМЕНОВАНИЕ	ПЛОЩАДЬ, м²
5.1	Ориентировочная	15.01
5.2	Промышленная	8.08
5.3	Руководитель образовательного центра	15.89
5.4	Кабинет старшей сестры	15.37
5.5	Комната сестры хозяйки	10.85
5.6	Комната старшей персонала	17.38
5.7	Буфетная	10.81
5.8	Санузел персонала	5.51
5.9	Санузел персонала	5.51
5.10	Коридор	70.29
5.11	Лоток	35.12
5.12	Технические помещения	73.89
5.13	Комната хранения медицинских	12.89
5.14	Раздевалка персонала образовательного центра	11.93
5.15	Душевая	1.71

5.16	Салунет	1.71
5.17	Душевая	1.71
5.18	Кладовая медицинских отходов	11.11
5.19	Коридор	58.71
5.20	Спиральная с постом администратора	9.97
5.21	Кладовая чистого белья	14.13
5.22	Тайфур	6.53
5.23	Салунет	5.86
5.24	Салунет	5.86
5.25	Коридор	12.46
5.26	Кабинет администрации 1	23.90
5.27	Кабинет администрации 2	20.11
5.28	Кабинет администрации 3	25.91
5.29	Выставочный зал	89.28
5.30	Кладовая уборочного инвентаря	11.00
5.31	Раздевалка персонала образовательного центра	11.80
5.32	Душевая	1.71

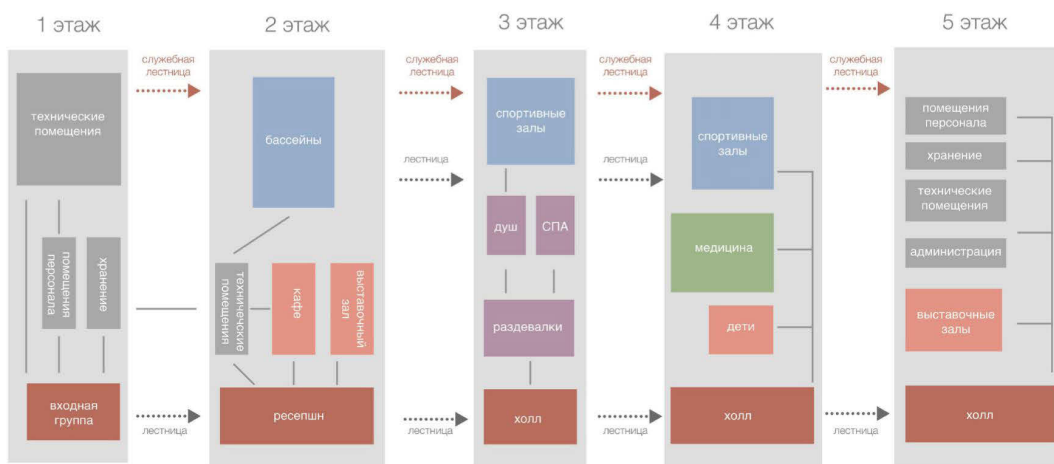
5.33	Салунет	1.71
5.34	Душевая	1.71
5.35	Холл	78.92
5.36	Демонстрационный зал	89.78
5.37	Кухонный зал	44.82
5.38	Кладовая конференц-зала	17.11
Итого:		838.21

- Условные обозначения:**
- входная зона
 - коридоры персонала
 - лестницы/эвакуация
 - лифты
 - помещения для персонала
 - санитарные помещения
 - инженерные помещения
 - помещения обслуживания кафе
 - помещения обслуживания бассейна
 - кладовые
 - спортивные помещения
 - хаммам
- направления движения:**
- посетителей
 - персонала
 - эвакуации
 - места скопления людей

Илл. 31

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

2.1 Базовые и вспомогательные функциональные зоны



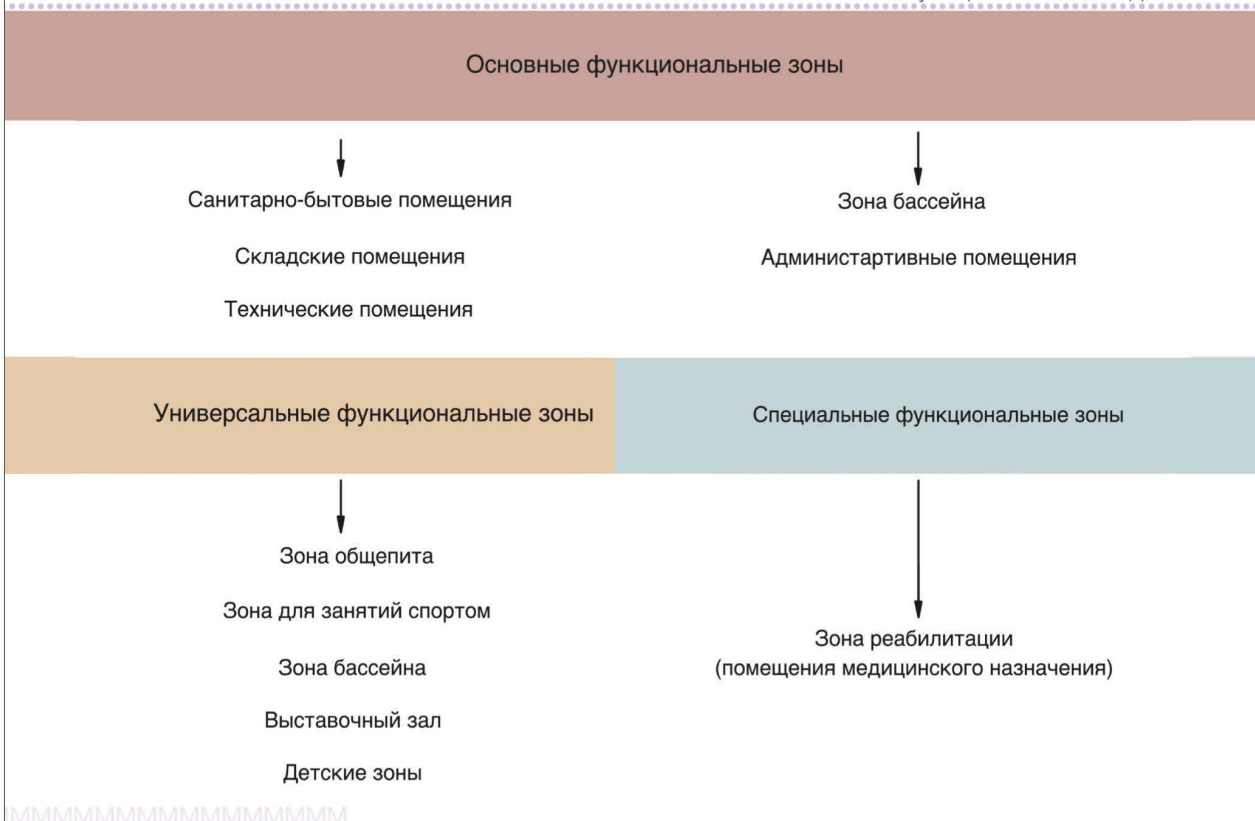
Основные функциональные зоны:

- спорт
- медицина
- СПА-комплекс, раздевалки, душевые

Вспомогательные функциональные зоны:

- коммуникационная
- дополнительные сервисы
- технические помещения, помещения персонала, хранение

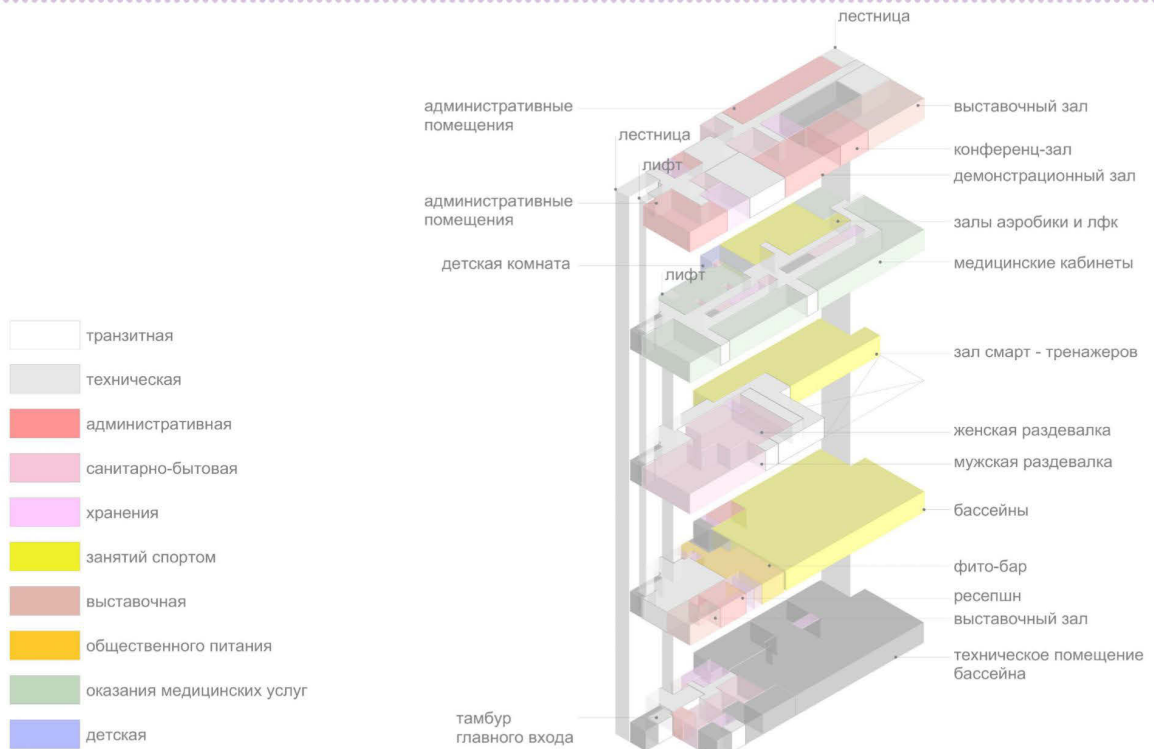
2.3 Функциональная модель



Илл. 32

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

2.4 Объемно-пространственная функциональная модель



Выводы

По виду подчинения - частный

По условиям размещения - самостоятельный

По составу функциональных зон:

- бассейн
- залы тренажеров
- многофункциональные спортивные залы
- дополнительные услуги

Целевая аудитория

люди с проблемами опорно-двигательной системы

Илл. 33

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выводы

4.1. «Реасан» можно отнести к фитнес-центрам с полным фитнес-ядром. При анализе функционального зонирования явно считается приоритетность пространств, в которых происходят процессы реабилитации и укрепления здоровья. Такое функциональное зонирование способствует логичному осуществлению смысловых процессов помещений, кроме некоторых зон, очевидно не доступных для основной части посетителей - ММГ, поэтому рекомендуется нивелировать перепады высот в уровне одного этажа (сделать гардероб в уровне пола входной зоны, либо предусмотреть комплекс мер для его доступности ММГ)

4.2.

Оптимальное зонирование пространства систематизирует движение потоков: технические помещения имеют свои входы и пути доступа, зоны для посетителей - свои, но есть место с повышенным временем принятия решения - входная зона, в которой неоптимально расположены лифты, один из которых вообще не используется после второго этажа, создавая там тоже путаницу. Пересмотрев конфигурацию входной зоны, можно решить этот вопрос, полным устранением одного из лифтов.

4.3.

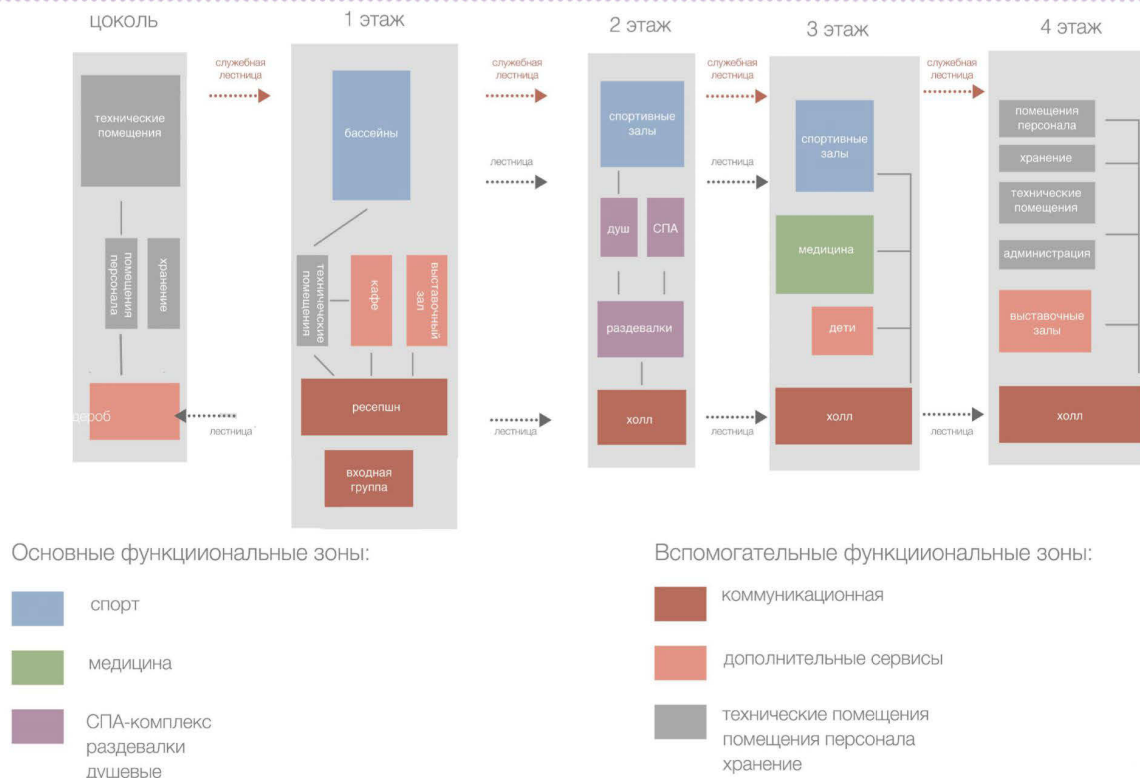
Реабилитационный центр Reasan совмещает в себе несколько функций. Развивая, каждую из указанных них, можно порекомендовать создать на прилежащей к зданию территории озелененное общественное пространство, которое раскроет каждую из указанных функций в полной мере и сделает посещение центра максимально комфортным. Кроме того, для полноценного раскрытия потенциала главной из функциональных зон центра - зоны реабилитации, очень важно предусмотреть комплекс мер по доступности центра для ММГ.

4.4; 4.5.

Объемно-пространственная модель центра сформирована логично, на аксонометрии прослеживается системная группировка функциональных зон здания, и именно от нее зависит восприятие человеком здания с улицы, а эта система как раз таки не работает с внешней средой. Из-за расположения на первом этаже технических помещений, Reasan не выглядит дружелюбным и приглашающим. Функция объекта не считается с улицы, поэтому рекомендацией могло бы стать перемещение технических помещений в цоколь, а светлое помещение бассейна с панорамным остеклением, задающим необходимую связь внешнего с внутренним, опустить в уровень первого этажа. Сократить высоту здания до 4 этажей.

MMMMMMMMMMMMMMMMMMMM

Проектное предложение



MMMMMMMMMMMMMMMMMMMM

Илл. 34**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Доступные в фитнес центре программы

Бассейн
 Персональные тренировки
 Занятия для детей
 Грудничковое плавание
 ЛФК
 Программы для беременных
 Инклюзивная програма Наравне

Структурные элементы - фитнес-юниты в составе функциональных зон

Функциональные зоны	Бассейны	Залы групповых занятий	Тренажерные залы	Специальные тренажерные залы
Фитнес-юниты				
Площадь	552кв.м	146кв.м	164кв.м	62кв.м
Состав	оздоровительный бассейн, детский бассейн, бассейн для мпн	2 зала для аэробики (детский и взрослый) зал ЛФК	зал силовых тренажеров	зал смарт тренажеров

Илл. 35

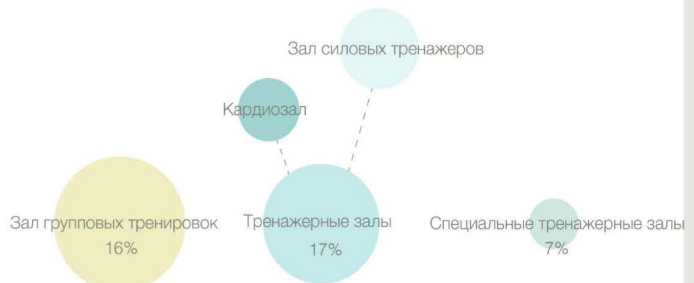
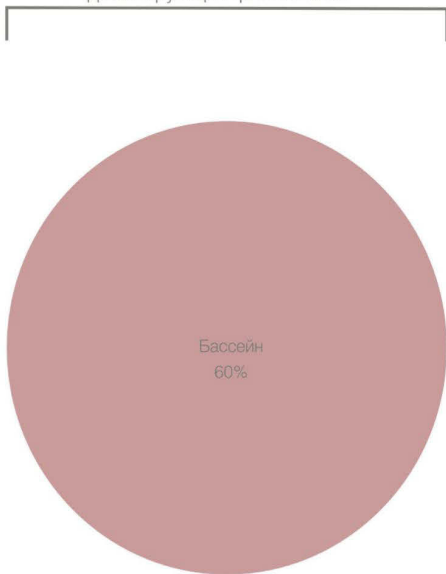
**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Архитектурно-планировочное решение выявленных юнитов

Архитектурно-планировочное решение фитнес-юнитов

Зона силовых занятий	 силовые тренажеры 129 кв. м	 	 бассейн 552 кв. м	   
	 кардио тренажеры 35 кв. м	 	 специальные тренажерные залы 62 кв. м	 
	 зал групповых занятий 146 кв. м	 		

доминирующий фитнес-юнит



обязательные фитнес-юниты

Илл. 36

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Проектное предложение

Выявление новых фитнес юнитов согласно фитнес-программам:

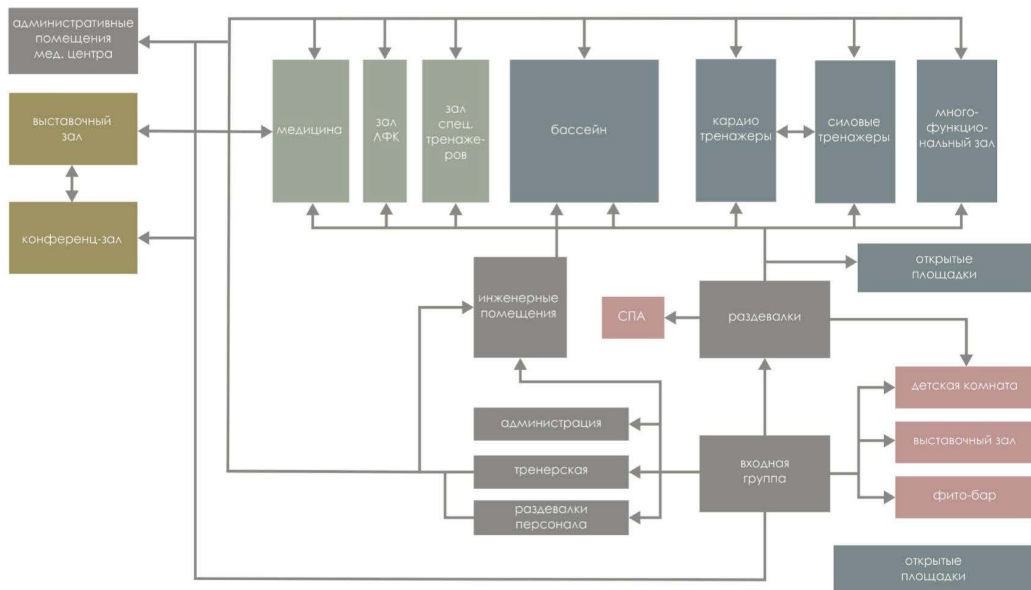
Существующие фитнес юниты:



Новые фитнес юниты:



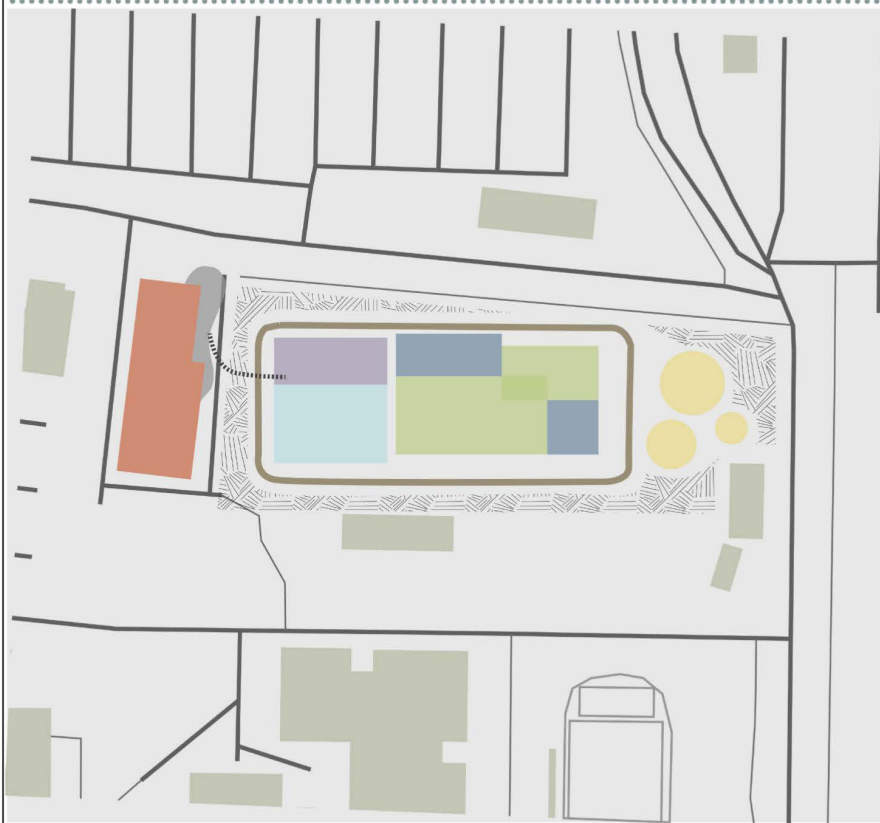
Проектное предложение



Илл. 37

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Проектное предложение



Организация уличного пространства

Условные обозначения

- фитнес центр
- открытая терраса
- спортивные площадки
- тренажеры
- беговые дорожки
- воркаут
- зона для групповых занятий
- игровые площадки

Проектное предложение

VR-фитнес

- реабилитация
- VR
- геймификация

1. VR - cycling



2. восстановление функций с применением VR



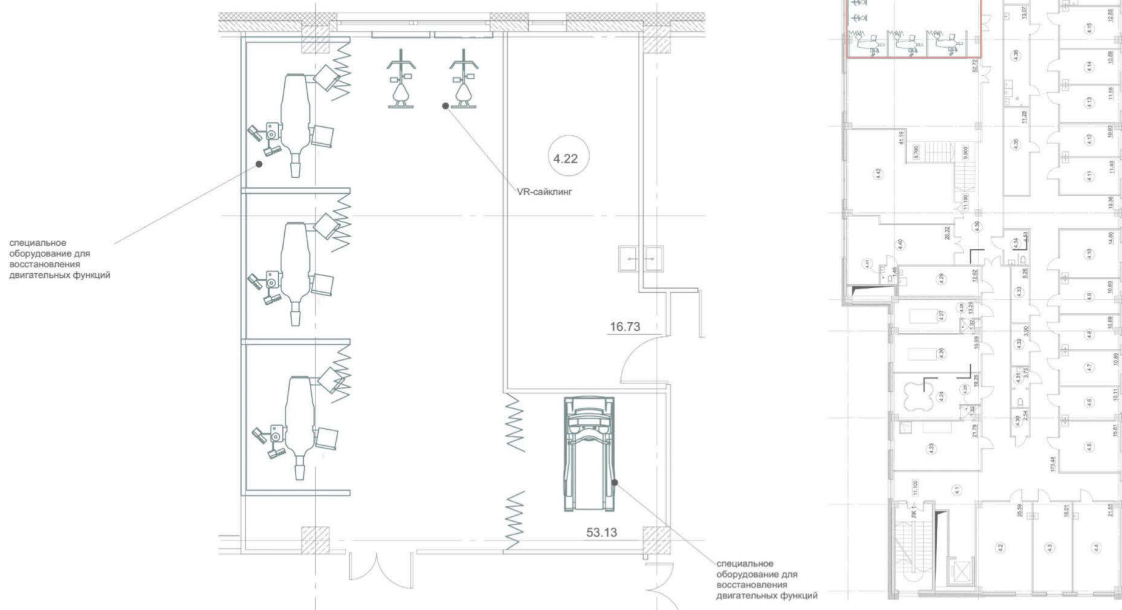
Илл. 38

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Проектное предложение

особенности размещения фитнес-юнита:

- низкая потребность в дневном свете
- возможность размещения в помещениях неправильной формы
- необходима большая площадь и доступ для МГН
- близость к функциональной зоне «медицина»



Выводы

Фитнес-центр оснащён оптимальным набором фитнес-юнитов, которые имеют тенденцию к универсальному использованию и оказанию широкого спектра услуг.

В связи с этим основной тенденцией развития мы сочли внедрение дополнительных универсальных юнитов.

Илл. 39

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выводы

Чтобы сохранить и увеличить статус фитнес-центра, предлагаем разместить на существующих верхних этажах большее количество сервисов,
кибер-спорт и VR-тренажеры
открытая терраса для занятий спортом
зал единоборств

Важно предусмотреть достаточные площади для кардио тренажеров, т. к. многие используют их для разминки перед основной силовой тренировкой. Сейчас площадь кардио тренажеров по отношению к площади силовых тренажеров относится как 1 к 5. Также стоит увеличить спектр предлагаемых тренажеров. В кардиозоне должны размещаться тренажеры, которые всегда пользуются спросом: АМТ, беговые дорожки, велотренажеры, эллиптические тренажеры, степперы и т. д.

Сейчас рассматриваемый фитнес центр не имеет уличных площадок, поэтому мы предлагаем проект зонирования прилегающей территории с воркаут и игровыми площадками, беговыми дорожками и зонами для групповых занятий в составе.

Как следствие, фитнес центр будет интересен для большего количества групп населения в отношении как услуг реабилитации, так и спортивных программ. Более проработанный и внимательный подход непосредственно к фитнесу сможет расширить ЦА.

принципы

Автономность

Размещение фитнес центра на собственной территории как обособленного объекта

Трансформация

Оптимизация существующих функциональных зон путем перераспределения фитнес-юнитов внутри модели

Пульсация

Перекомпоновка различных функциональных зон в зависимости от технологической ситуации, связанные с условиями размещения фитнес-центров

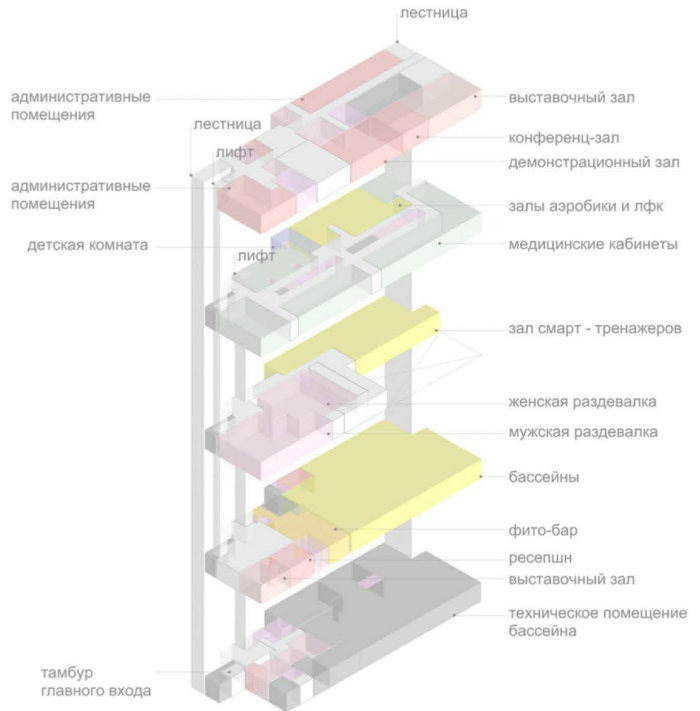
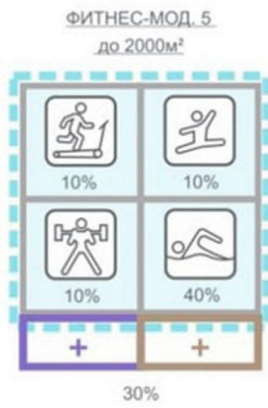
Проникновение

Мобильность+ трансформация

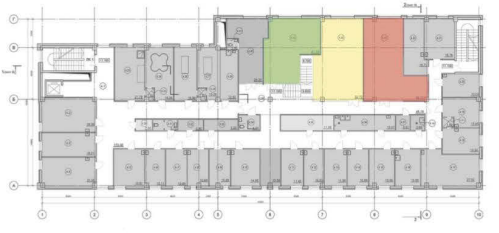
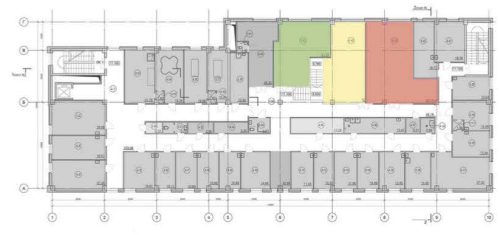
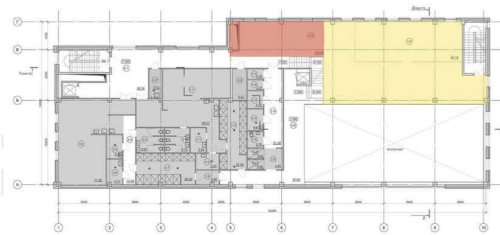
Илл. 40

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Автономность



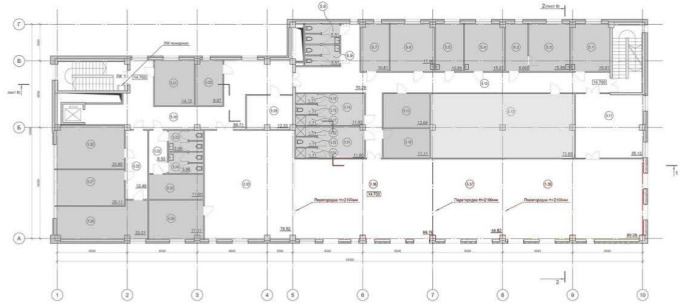
Трансформация



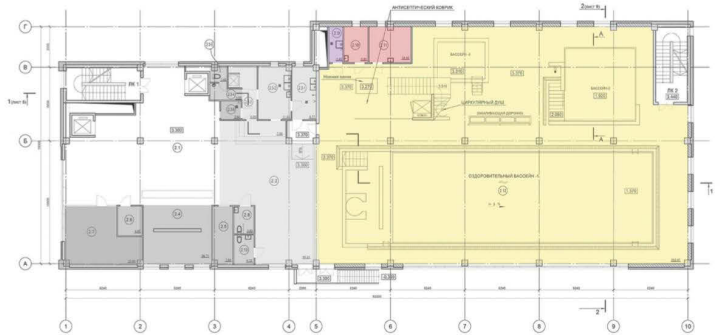
Илл. 41

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Пульсация



Проникновение



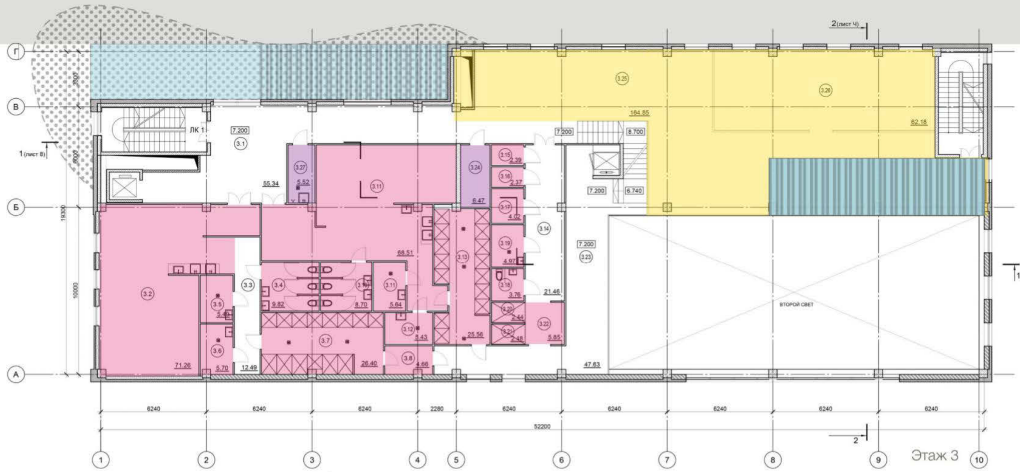
Илл. 42

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

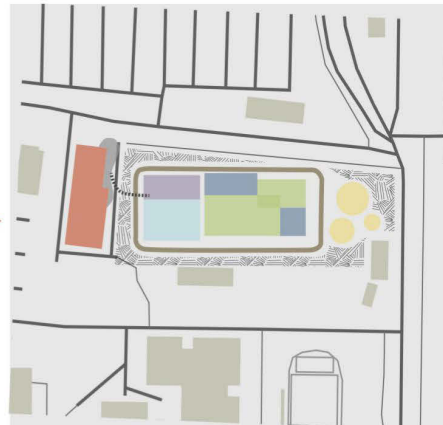
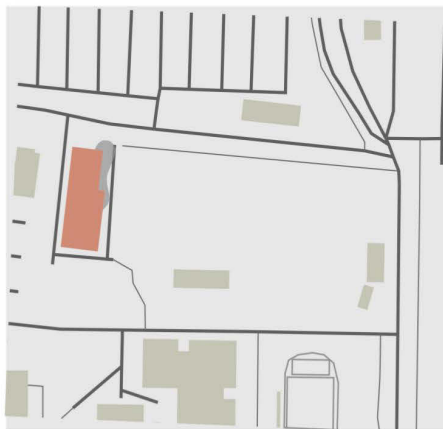
Принцип мобильности

Модуль тренажеров для МГН

Ур.з., уличное пространство



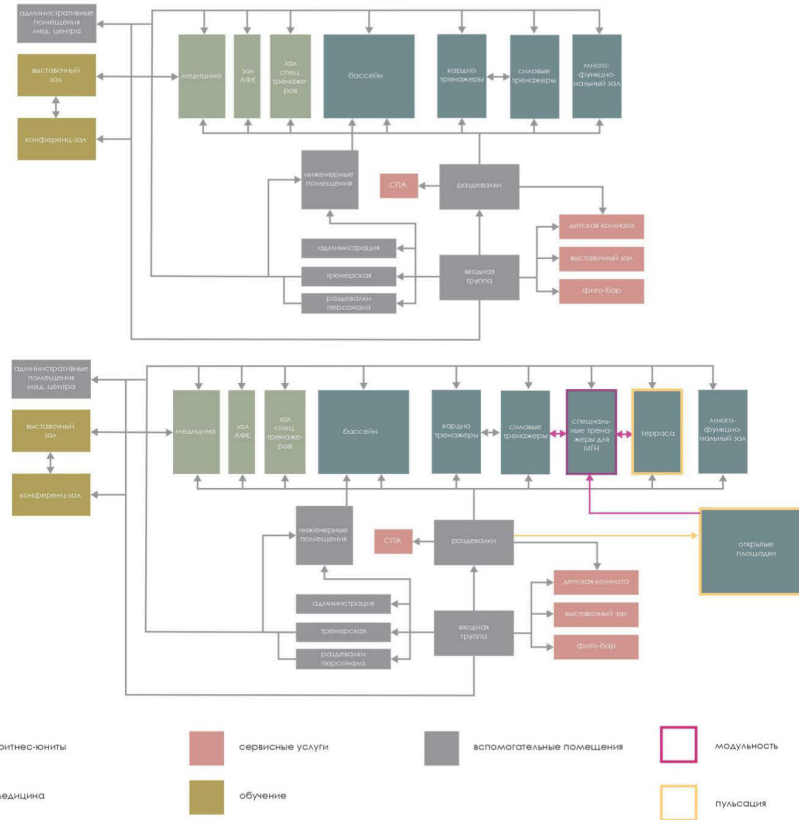
Принцип пульсации



- Условные обозначения
- фитнес-центр
 - открытая терраса
 - спортивные площадки
 - тренажеры
 - беговые дорожки
 - воркаут
 - зона для групповых занятий
 - игровые площадки

Илл. 43

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

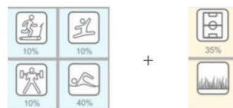


Общие выводы

Фитнес-центр оснащен оптимальным набором юнитов, которые имеют тенденцию к универсальному использованию и оказанию широкого спектра услуг. В связи с этим, основной тенденцией развития мы сочли внедрение дополнительных универсальных юнитов.

Текущая функциональная модель центра - 5, но, согласно выявленным направлениям развития, фитнес-центр имеет явный потенциал развития до модели 7. Для достижения этого, мы нашли следующие оптимальные пути:

- организация веранды в уровне 3 этажа,
- размещение на соседнем с фц пустырем спортивных площадок, для занятий на открытом воздухе, так мы раскрыли потенциал центра к универсальности.




Кроме того, мы нашли и решение для преумножения этого потенциала, добавив кибер-юнит, который в свою очередь тоже имеет потенциал к развитию.



Таким образом, на платформе существующих и добавленных юнитов, мы создали принципиально новую модель фц, не просто современную и не имеющую аналогов в спб, но и такую, которая будет актуальна

Илл. 44 **Приложение Г.**
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Сильные и слабые стороны, "карта" центра

ТИП: СПЕЦИАЛЬНЫЙ	○	+	—										
	<ol style="list-style-type: none"> 1. транспортная доступность 2. функционал 3. функциональное зонирование, планировочная структура 4. универсальность помещений 5. высокий потенциал развития 	<ol style="list-style-type: none"> 1. расположение "вне среды" 2. маленькая территория 3. во внешнем образе не выявлена функция 											
	фитнес-центр Reasun Варшавская ул, 5, к.3 	<table border="1"> <tr> <td>принцип</td> <td>автономность</td> </tr> <tr> <td>тип</td> <td>специальный</td> </tr> <tr> <td>АПП</td> <td>смешанный</td> </tr> <tr> <td>ОПП</td> <td>самостоятельная схема</td> </tr> <tr> <td>модель</td> <td>M5</td> </tr> </table>	принцип	автономность	тип	специальный	АПП	смешанный	ОПП	самостоятельная схема	модель	M5	
принцип	автономность												
тип	специальный												
АПП	смешанный												
ОПП	самостоятельная схема												
модель	M5												

Анализ муниципального образования «Смольный»

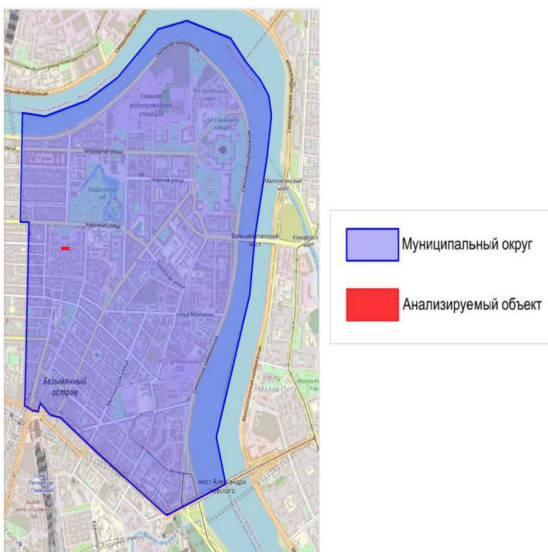


Рис. 1 Определение муниципального округа

Округ ограничен: с севера — Воскресенской и Смольной набережными, с востока — Смольной и Синопской набережными, с юга — площадью Александра Невского и Невским проспектом, с запада — улицей Восстания, Кирочной улицей и проспектом Чернышевского.

Численность населения на 01.01.2015 года составляла 80 696 человек, на 01.01. 2016 - 78886. Территория составляет 544 га.

На территории расположены 17 учреждений здравоохранения федерального, городского и районного подчинения, 62 образовательных учреждения; 9 гостиниц, 313 предприятий торговли и общественного питания, 14 промышленных предприятий, 16 предприятий связи и транспорта, 7 культурных учреждений.

Анализ муниципального образования «Смольный»

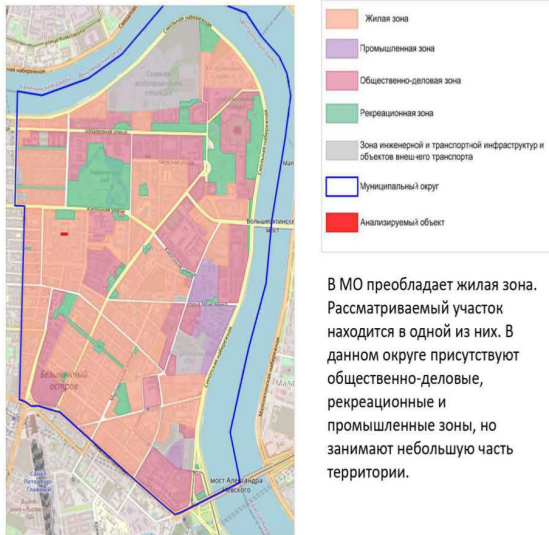


Рис. 2 Определение функциональных зон

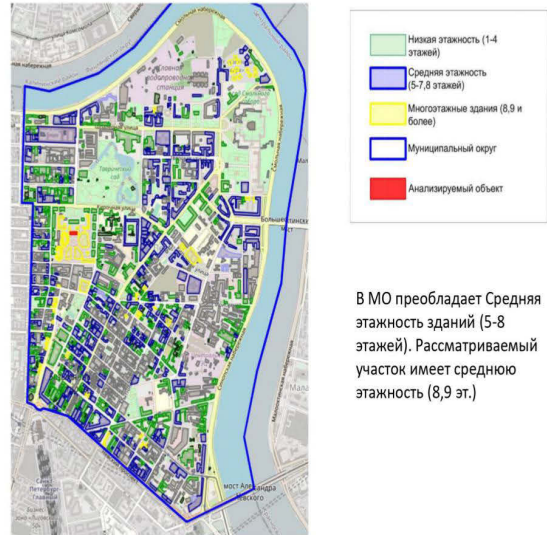


Рис. 3 Высота окружающей застройки

4

Вид и время застройки

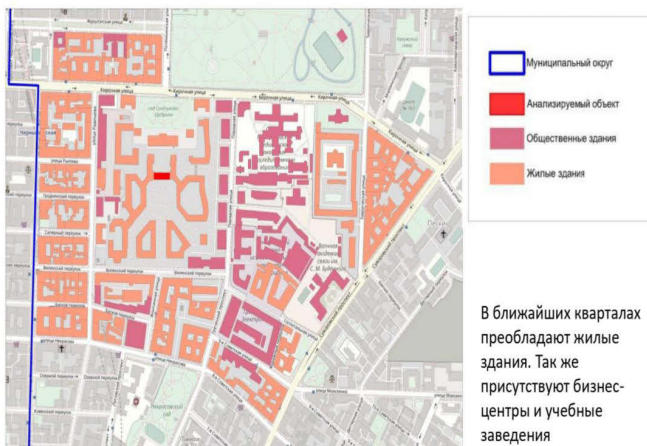


Рис. 4 Схема вида окружающей застройки

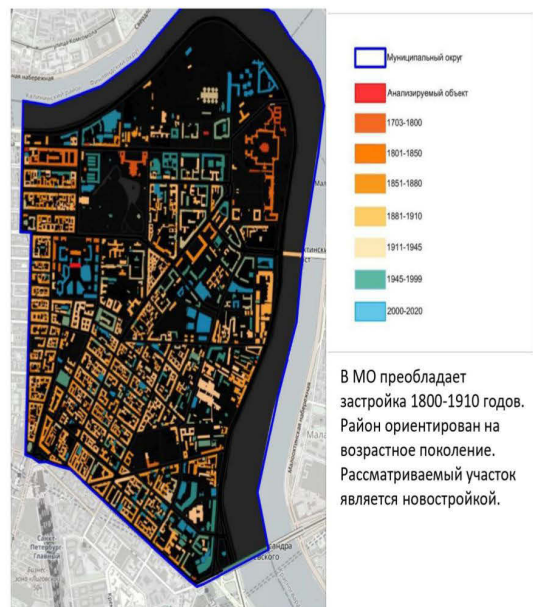


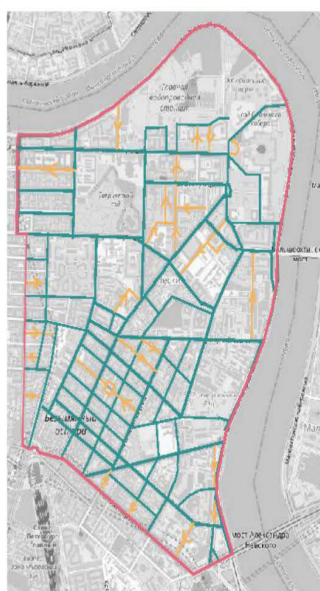
Рис. 5 Схема времени окружающей застройки

5

Илл. 46

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Дорожная ситуация: направление и загруженность



- Границы МО
- Дороги с односторонним движением
- Дороги с двусторонним движением

В МО преобладает двустороннее движение. Вокруг рассматриваемого участка присутствует двустороннее движение.



- Границы МО
- Дороги свободной загруженности
- Дороги средней загруженности
- Дороги высокой загруженности

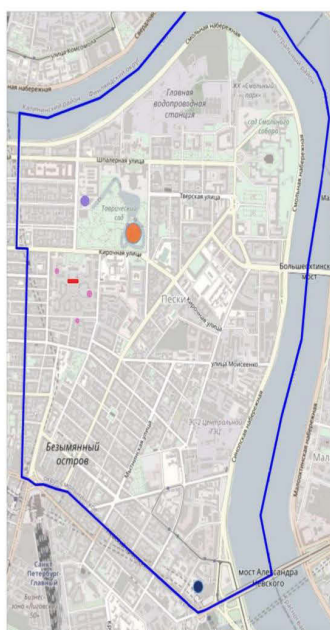
Свободная загруженность дорог в МО. Присутствуют участки затрудненного движения. Вокруг рассматриваемого участка свободная нагрузка дорожного движения.

Рис. 6 Определение основных автомобильных дорог и анализ их направления

Рис. 7 Определение основных автомобильных дорог и анализ их загруженности

6

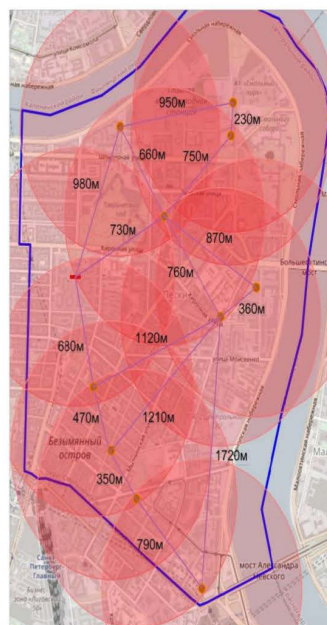
Анализ аналогичных объектов в МО «Смольный»



- Муниципальный округ
- Анализируемый объект
- Каток
- Студии
- Спортивные школы
- Бассейн

В МО образовались 6 общественных спортивных центров. Каток, студии узкого назначения, бассейн. Недалеко от нашего участка располагается каток, спортивная школа и студии узкого назначения.

Рис. 8 Размещение аналогичных объектов в черте МО



- Муниципальный округ
- Анализируемый объект
- Фитнес-центры, спортивные залы
- Радиус пешеходной доступности
- Связь

В МО образовались 11 фитнес-центров. Рассматриваемый участок находится на границе пересечения двух радиусов пешеходной доступности двух других центров. Участок имеет достаточно выгодное расположение.

Рис. 9 Расположение аналогичных объектов с радиусом пешеходной доступности

7

Илл. 47

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Пешеходная доступность и доступность остановок общественного транспорта



- Границы МО
- Основные пешеходных пути от остановок транспорта
- Метрополитен
- Автобусные остановки
- Радиус пешеходной доступности

Рис. 10 Определение основных пешеходных путей от остановок транспорта и жилых домов

8

Анализ прилегающей территории

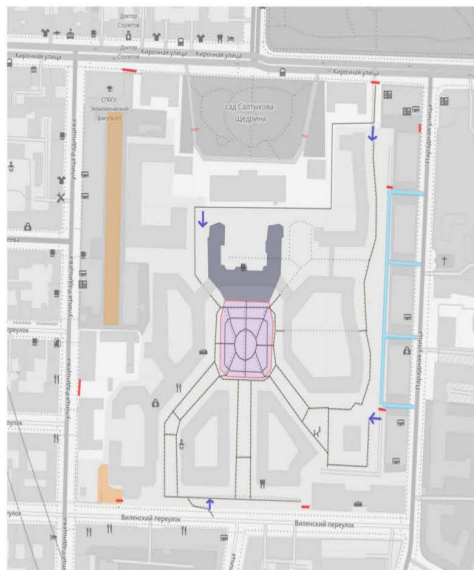


Рис. 11 Схема анализа прилегающей территории

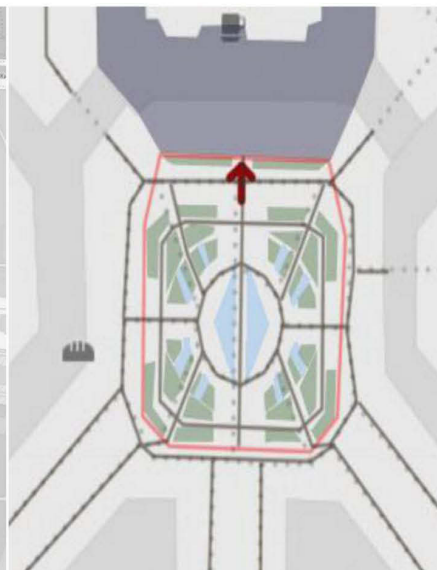


Рис. 12 Схема анализа прилегающей территории квартала

- Дом, где расположен фитнес-центр
- Парковки
- Открытые проезды
- Участок благоустройства
- Технические проезды
- Шлагбаумы
- Основные пешеходные дорожки
- Озеленение
- Вход в фитнес-центр
- Границы участка благоустройства
- Элементы благоустройства

9

Илл. 48

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выводы:

- Фитнес центр ориентирован на посетителей, которые являются жильцами прилегающих жилых домов (вся зона благоустройства относится к жилым домам)
- Объект покрывает новую площадь микрорайона зоной пешеходной доступности в среде аналогичных, но так же имеет много пересечений с другими зонами других аналогичных объектов. В данном случае недостатком это не является, так как у фитнес центра иная целевая аудитория (жильцы ближайших ЖК)
- Объект находится в пешей доступности от остановок общественного транспорта
- Парковки для посетителей находятся только по периметру микрорайона
- Транспортная доступность для автомобилистов не очень выгодная, так как отсутствуют парковочные места для комфортного расположения автомобиля
- Отсутствие возможности идентифицировать проход к объекту за пределами ЖК
- Кардинальные изменения в сфере благоустройства территории внести не удастся, так как ЖК обладает сформировавшейся пешеходной и транспортной структурой, которая ограничена для не живущих в нем людей

11

Определение схемы функционального зонирования



Рис. 15. Схема функционального зонирования

13

Илл. 49

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Определение основных технологических связей

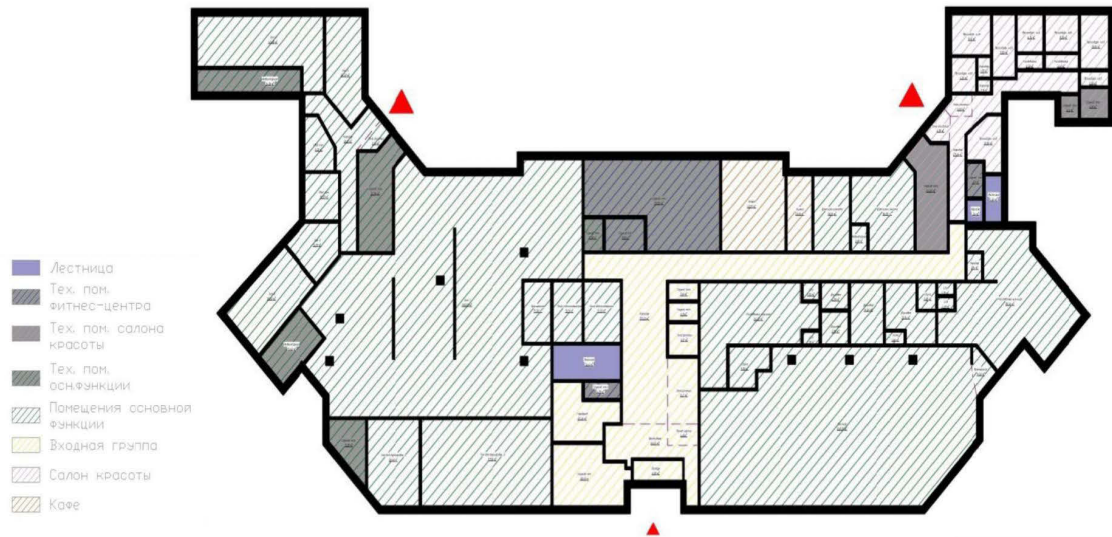


Рис. 16. Схема основных технических связей

14

Определение основных потоков посетителей

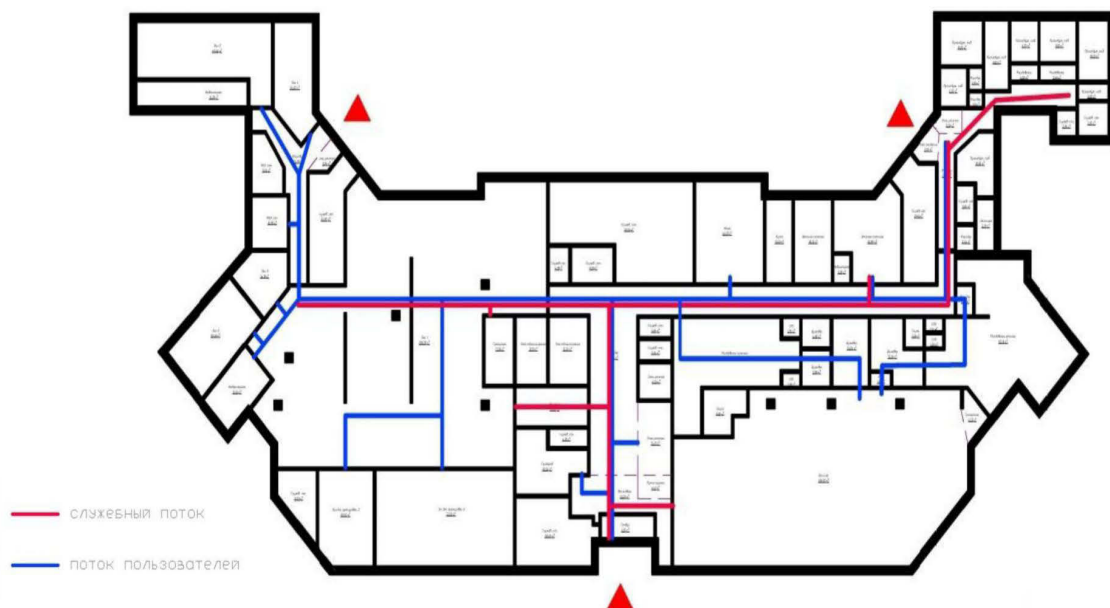


Рис. 17. Схема разделения потоков

15

Определение базовых, вспомогательных и сервисных функциональных зон

Основная функция:

- Фитнесс залы (залы для групповых тренировок, зал для силовых тренировок, зал кардионагрузок и тд.)
- Бассейн

Сервисные услуги:

- Кафе
- Салон красоты
- Зона медицинского обследования
- Детская комната
- Сауны

Коммуникативные:

- Коридоры
- Холлы
- Лестницы
- Входная зона

Вспомогательные:

- Технические помещения
- Служебные помещения
- Инвентарные
- Пункт охраны
- Гардероб
- Тренерская
- Раздевалки
- Зона ресепшн
- Помещения персонала
- Зона администрации

Присутствуют помещения универсального назначения- залы групповых тренировок
Здание имеет свой знак- табличка над основным входом

16

Формирование универсальной функциональной модели

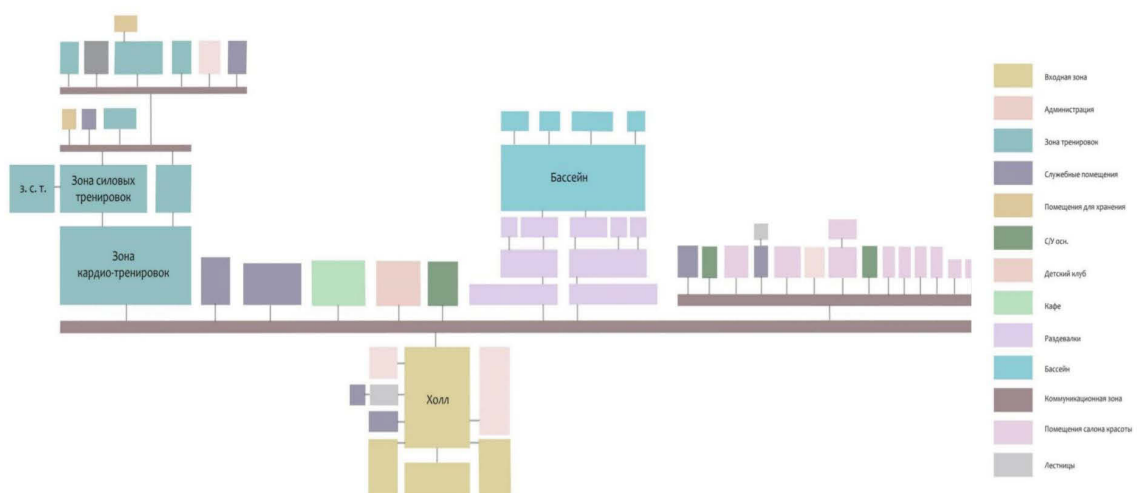


Рис. 18. Универсальная «Функциональная модель»

17

Илл. 51

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Проектное предложение 1

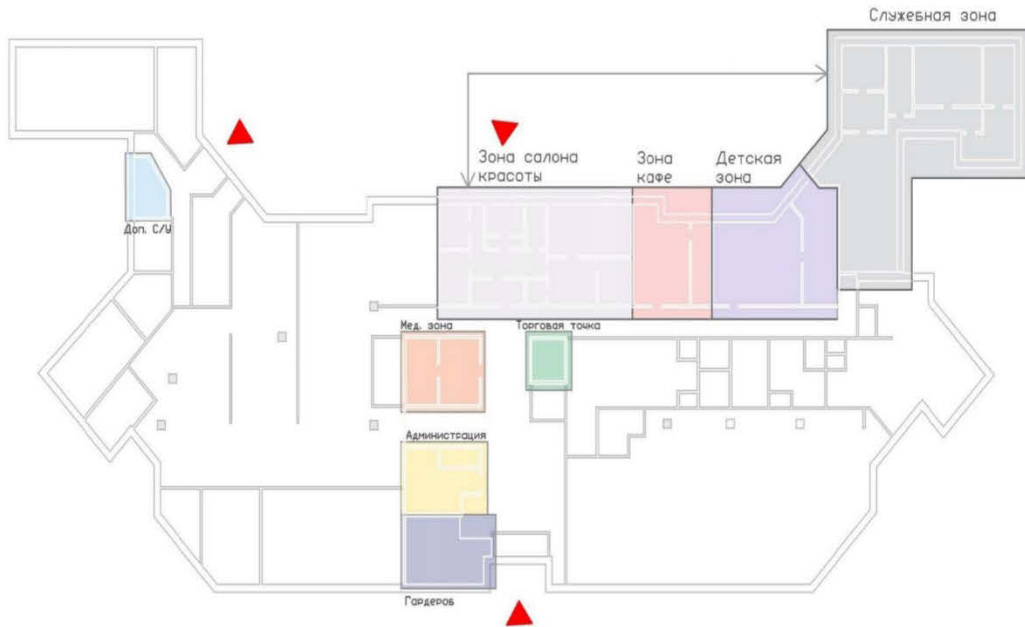


Рис. 20. Схема проектного предложения 1

19

Проектное предложение 2

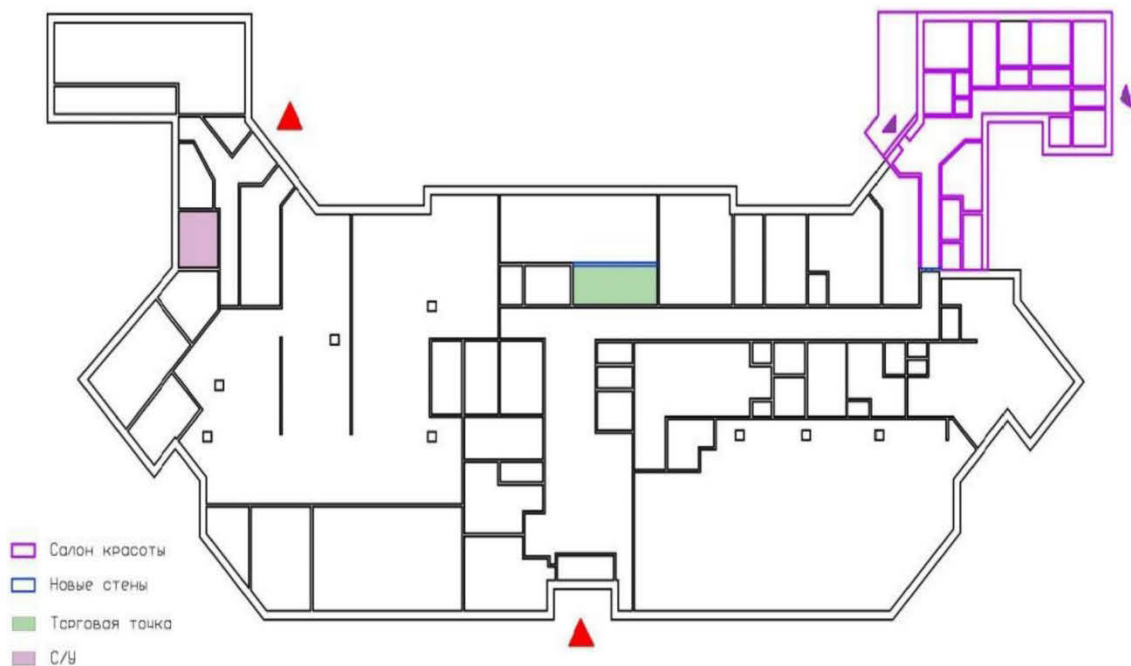


Рис.21. Схема проектного предложения 2

20

Илл. 52

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Проектное предложение 3

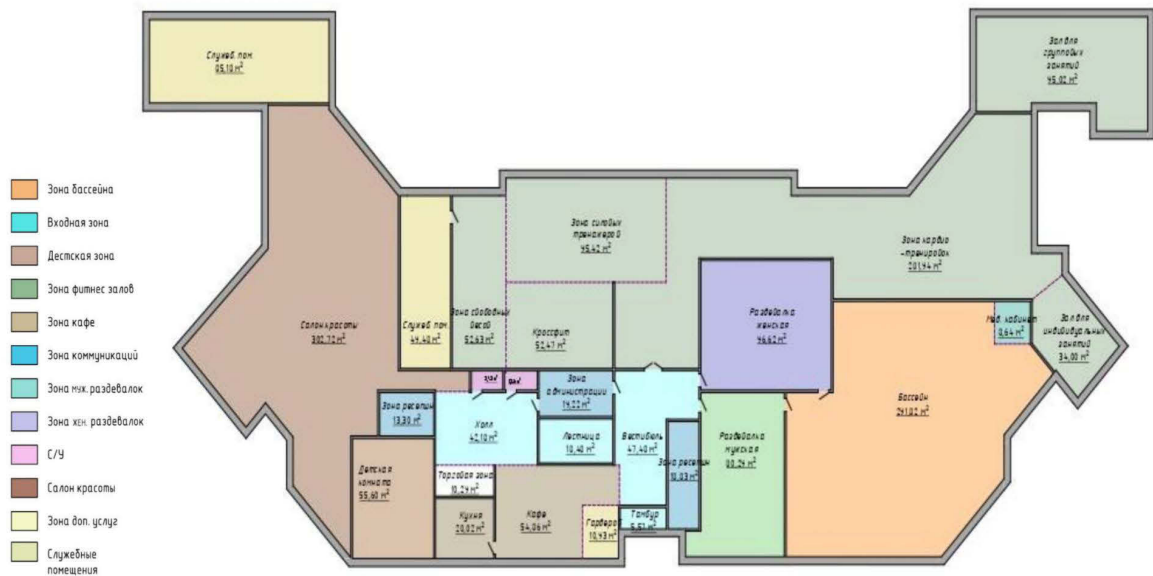


Рис.22. Схема проектного предложения 3

21

Проектное предложение 3

- Зона бассейна
- Входная зона
- Дестская зона
- Зона фитнес залов
- Зона кафе
- Зона коммуникаций
- Зона муж. раздевалок
- Зона жен. раздевалок
- С/У
- Салон красоты
- Зона доп. услуг
- Служебные помещения

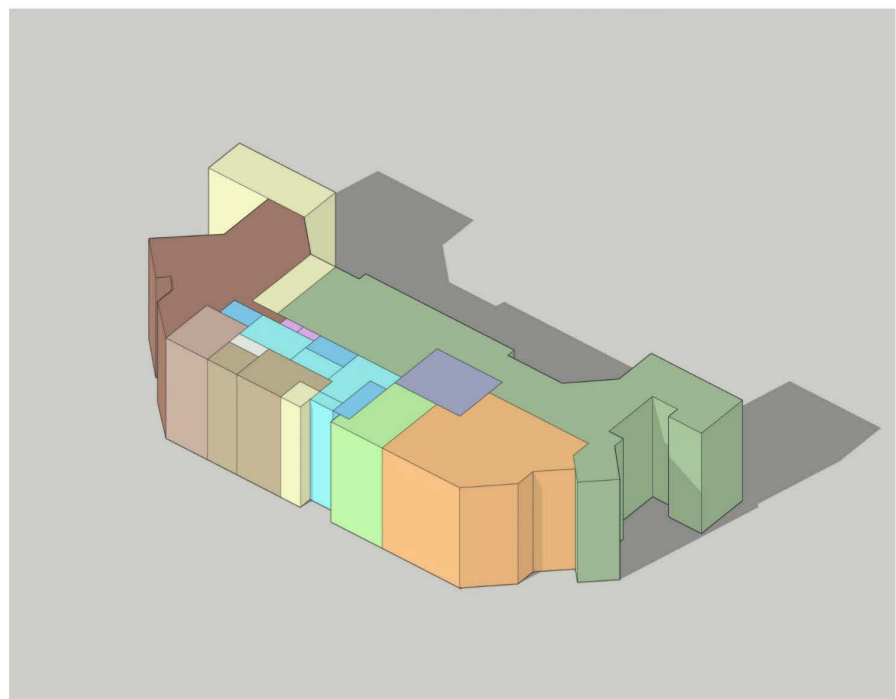


Рис.23. Объемно-пространственная модель проектного предложения 3

22

Илл. 53

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выводы

- Выделено 2 приоритетных зоны: фитнес зал и бассейн
- Постоянное взаимодействие потоков пользователей и служебных потоков
- Пересечение двух потоков посетителей (фитнес-центра и салона красоты)
- Салон красоты расположен далеко, недостаток контроля
- Добавление торговой точки
- Возможно небольшое расширение фитнес залов и группировка служебных помещений
- Изменение расположения салона красоты и служебной зоны
- Отдельный вход в салон красоты

23

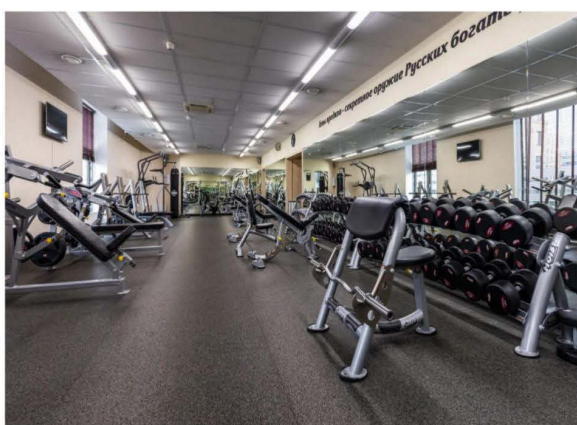


Рис.24. Изображение интерьера фитнес-центра

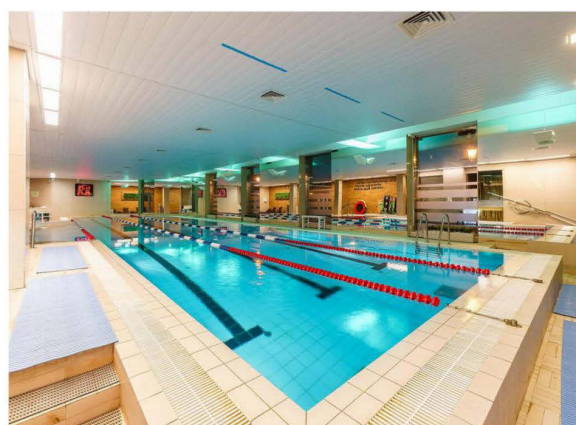


Рис.25. Изображение интерьера фитнес-центра

Илл. 54

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Анализ функциональных зон в структуре комплекса

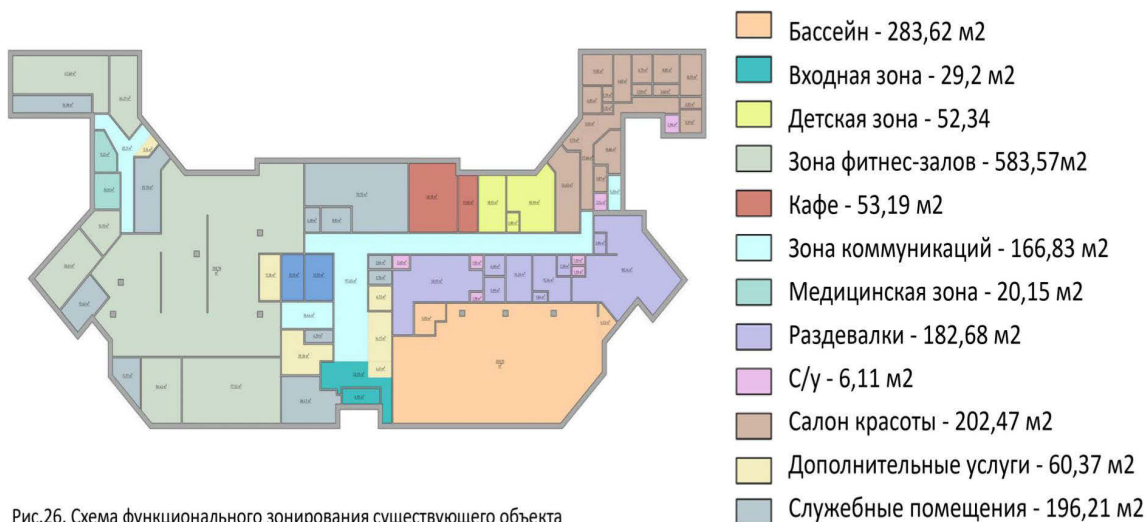


Рис.26. Схема функционального зонирования существующего объекта

26

Анализ фитнес-юнитов в существующей планировке комплекса

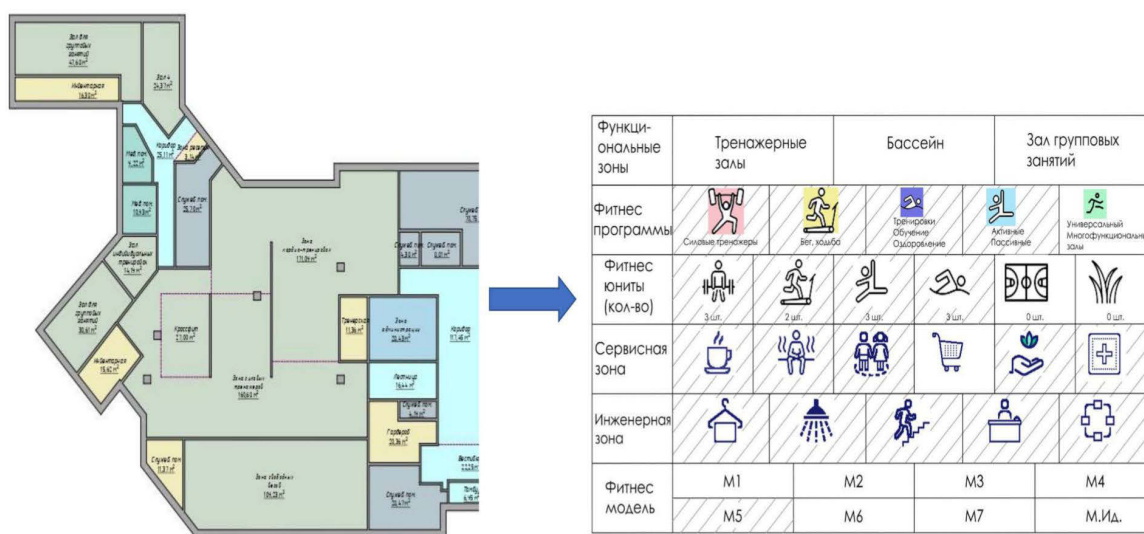


Рис.27. Схема функционального зонирования фитнес зоны

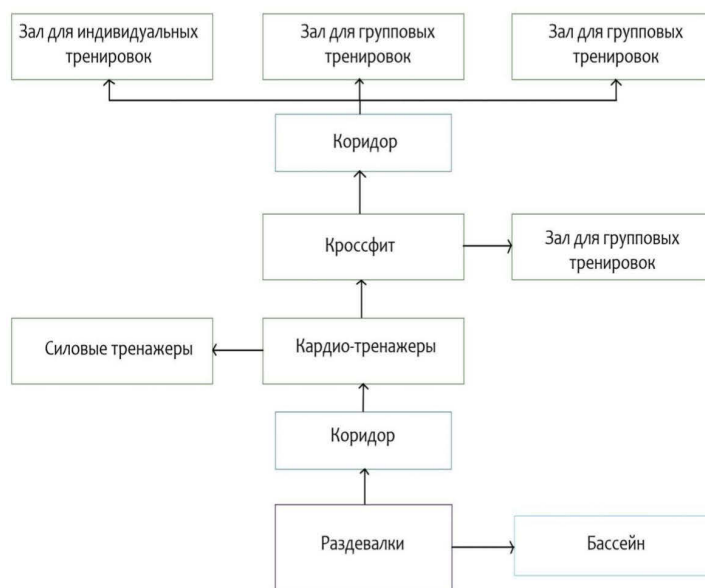
Таблица 1. Фитнес юниты существующего объекта

27

Илл. 55

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Блок-схема существующей планировки фитнес-юнитов



28

Проектное предложение №1

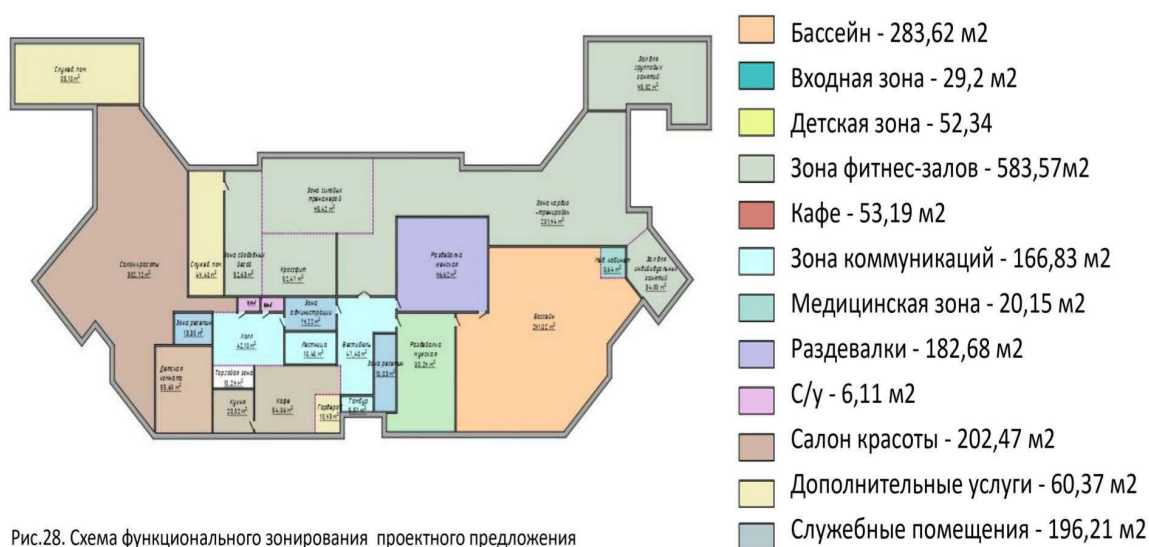


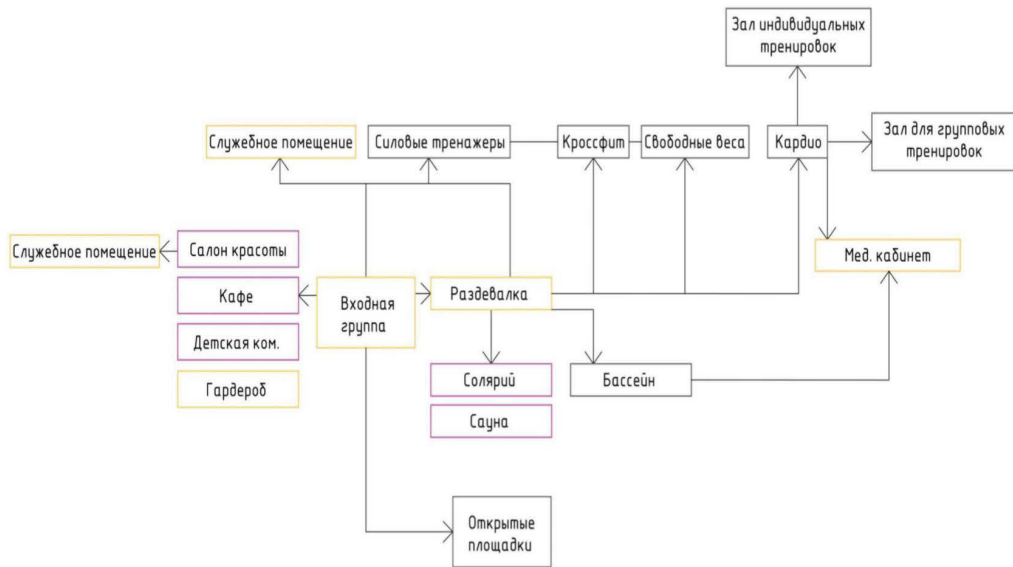
Рис.28. Схема функционального зонирования проектного предложения

29

Илл. 57

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Блок-схема планировки проектного предложения



32

Объемно-пространственная модель проектного предложения

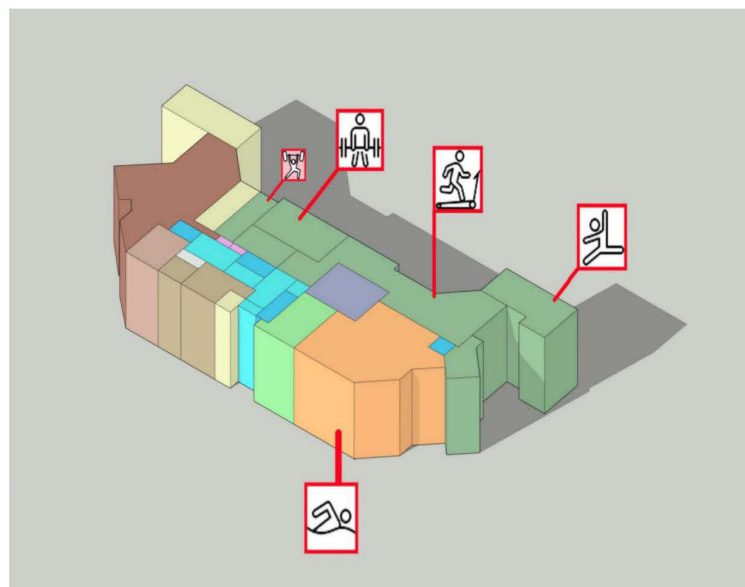
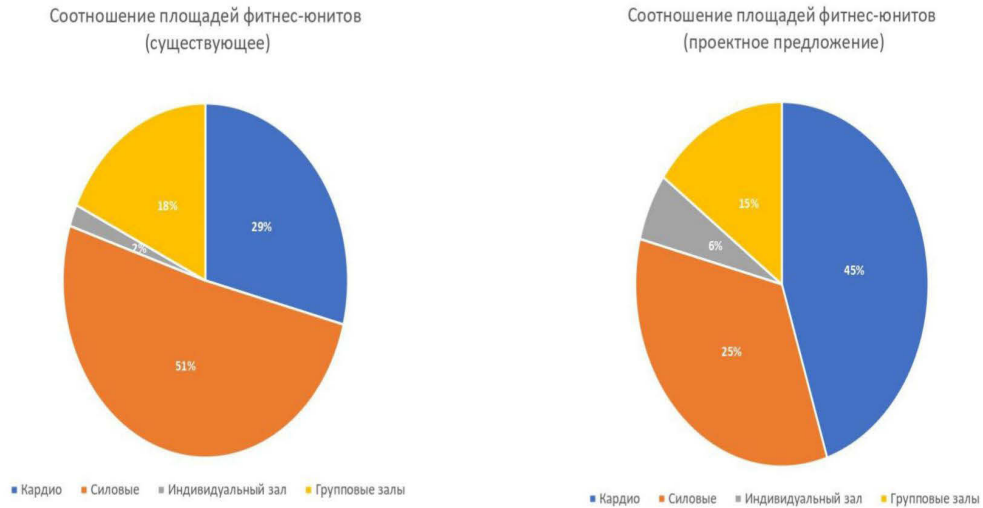


Рис.31. Объемно-пространственная модель с выделением фитнес-юнитов

33

Соотношение площадей фитнес-юнитов



34

Проектное предложение с расширением функционально-планировочной модели



Рис.32. План предложения по расширению функц. модели

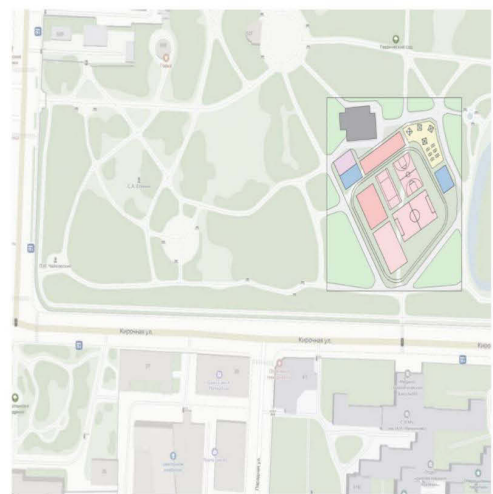


Рис.33. ГенПлан предложения по расширению функц. модели

35

Илл. 59

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выводы

1. Малая возможность расширения в пределах ЖК
2. Смена доминантного фитнес-юнита: силовые -> кардио
3. Расширение фитнес-модели путем добавления фитнес-юнита с открытой площадкой

36

Выявление основного принципа



Рис.34. Изображение анализируемого объекта



Рис.35. План существующего объекта



Рис.36. Функциональная модель существующего объекта

Основной принцип – автономность
Дополнительный – принцип трансформации

38

Илл. 60

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Предложение по изменению принципа



Рис.37. Изображение анализируемого объекта



Рис.38. План проектного предложения

Основной принцип – автономность
Дополнительный – принцип трансформации + принцип пульсации



Рис.39. Функц. модель проектного предложения



Рис.40. ГенПлан предложения по расширению функциональной модели

Общий анализ сооружения

Анализ существующего объекта	
Тип	Универсальный
ФМ	М5
АПП	Коридорный
ОПП	Встроенный
Принцип	Автономный + трансформации

Таблица 3. Анализ существующего объекта

Анализ объекта после проектного предложения	
Тип	Универсальный
ФМ	Индивидуальная
АПП	Коридорный
ОПП	Встроенный
Принцип	Автономный + "комбинации"

Таблица 4. Анализ проектного предложения

Илл. 61

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Преимущества и недостатки существующего фитнес-центра

Преимущества	Недостатки
<ul style="list-style-type: none"> • Расположение в ЖК (на главной оси, на основной площади в центре), удобное для жителей • Возможность пользования фитнес-центра людьми, не живущими в данном ЖК • Наличие помещений с дополнительными функциями (сауна, детская комната) • Наличие коммерческих помещений (салона красоты и кафе), дополняющих основную функцию • Наличие общей коммуникационной зоны для распределения потоков пользователей • Удобное неизолированное зонирование фитнес-юнитов 	<ul style="list-style-type: none"> • Отсутствие парковки для посетителей не из ЖК • Отсутствие возможности идентификации прохода к объекту за пределами ЖК • Изолирован от окружающей застройки вокруг комплекса (городской среды) • Рассчитан на жителей комплекса • Отсутствие торговой зоны • Отсутствие прилегающей территории • Ограниченная площадь (ограниченная возможность для расширения и добавления новых фитнес-юнитов) • Неиспользуемый ресепшн в зоне групповых тренировок • Расположение раздевалок на большом расстоянии от тренировочного зала • Пересечение потоков посетителей разной категории • Отсутствие контроля посетителей салона относительно пользования услугами фитнес-центра • Разброс служебных помещений по площади объекта

41

Итоговые выводы

Фитнес-центр находится на территории ЖК и ориентирован преимущественно на его жителей (вывод из особенности расположения, отсутствия прилегающей территории, парковок для приезжающих посетителей и универсального набора фитнес-юнитов).

Существующий фитнес-центр сформирован в соответствии с принципом автономности, универсальным типом, по функциональной модели ФМ5.

Предложения по развитию:

- отсутствие прилегающей территории и труднодоступность для посетителей, проживающих за пределами ЖК
– > филиал в таврическом саду
- По возможности объединить служебные помещения в общую зону
- Добавить торговую зону
- От пересечения потоков посетителей разных категорий избавляемся путем перестановки зоны салона красоты и зоны фитнес-зала

Расширение существующих и добавление новых фитнес-юнитов не представляется возможным, т. к. площадь фитнес-центра ограничена площадью жилого дома и фитнес-центр не имеет собственной прилегающей территории.

42

Илл. 62




Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

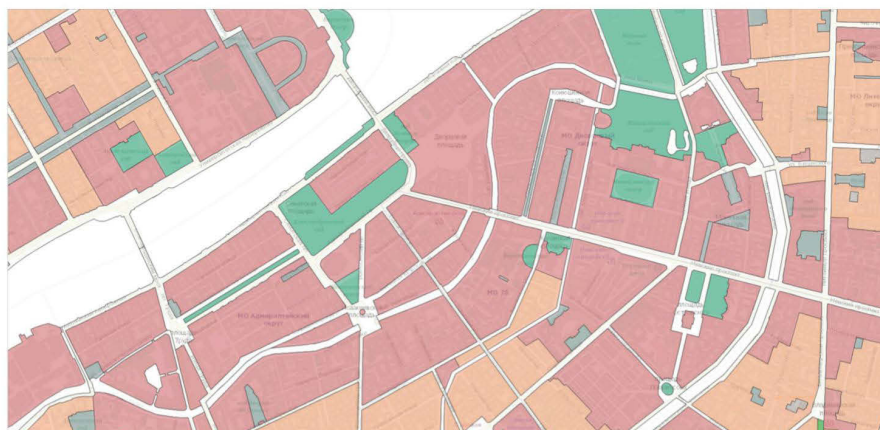


ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- Фитнес центр «Легенда» находится в центральном районе СПб в ТРК «Адмирал» по адресу Малая Морская ул., 4, Кирпичный пер., 1.
- На данном месте ранее располагался доходный дом, построенный в 1913г. Был снесен в 2009 для создания станции метро и ТРК.
- Новое пятиэтажное здание было построено в 2011 году.

КАРТА
ФУНКЦИОНАЛЬНОГО
ЗОНИРОВАНИЯ

-  - общественно-деловая зона
-  -жилая зона
-  -рекреационная зона



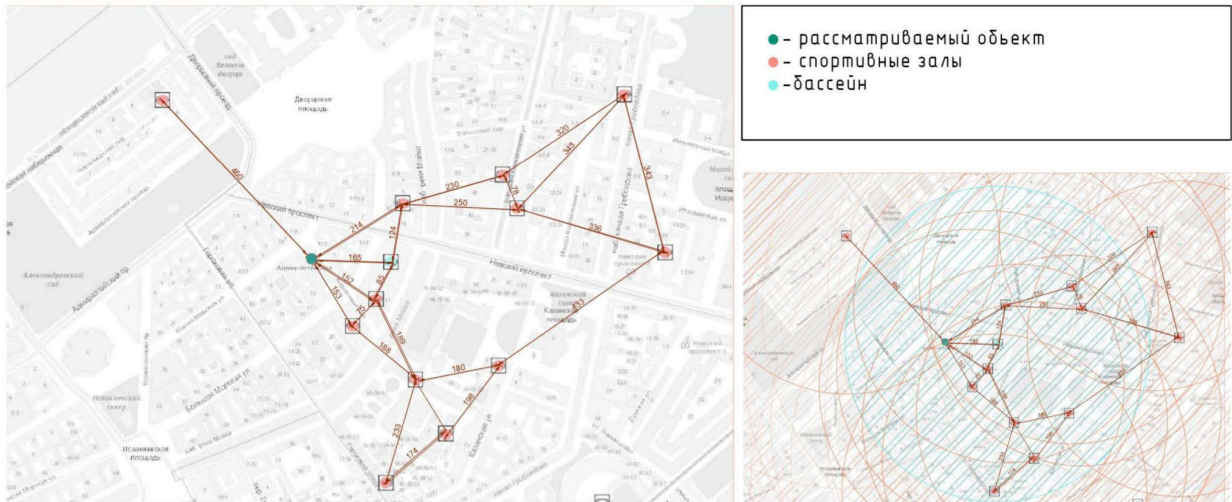
Илл. 63

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

СХЕМА ВРЕМЕНИ ОКРУЖАЮЩЕЙ ЗАСТРОЙКИ



РАЗМЕЩЕНИЕ СПОРТИВНЫХ ЗАЛОВ ВБЛИЗИ ОБЪЕКТА ПРОЕКТИРОВАНИЯ



Илл. 64

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

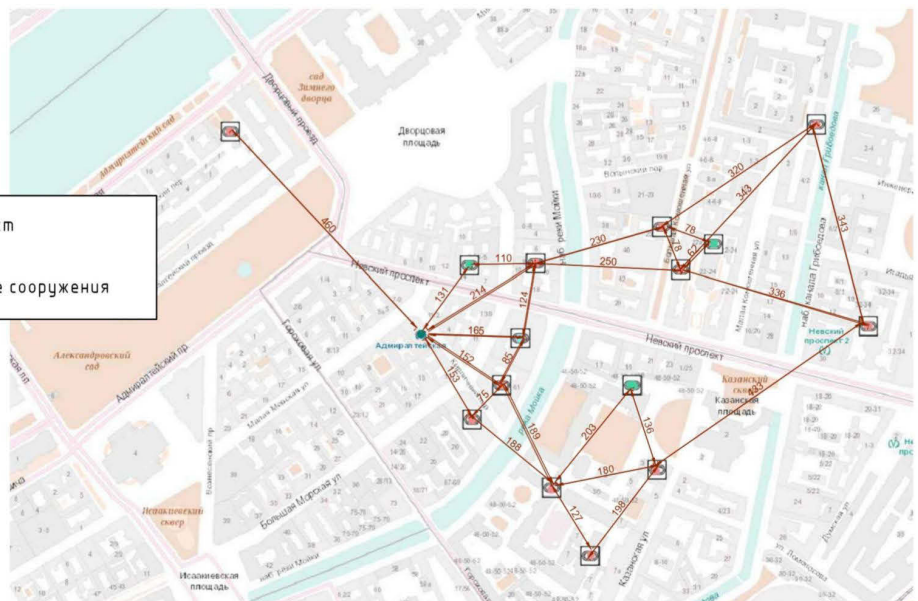


РАЗМЕЩЕНИЕ
ПЛОСКОСТНЫХ СПОРТИВНЫХ
СООРУЖЕНИЙ
ВБЛИЗИ ОБЪЕКТА
ПРОЕКТИРОВАНИЯ

- - рассматриваемый объект
- - плоскостные спортивные сооружения

СВОДНЫЙ ПЛАН
СПОРТИВНЫХ
ОБЪЕКТОВ
ВБЛИЗИ ОБЪЕКТА
АНАЛИЗА





- - рассматриваемый объект
- - спортивные залы
- - бассейн
- - плоскостные спортивные сооружения

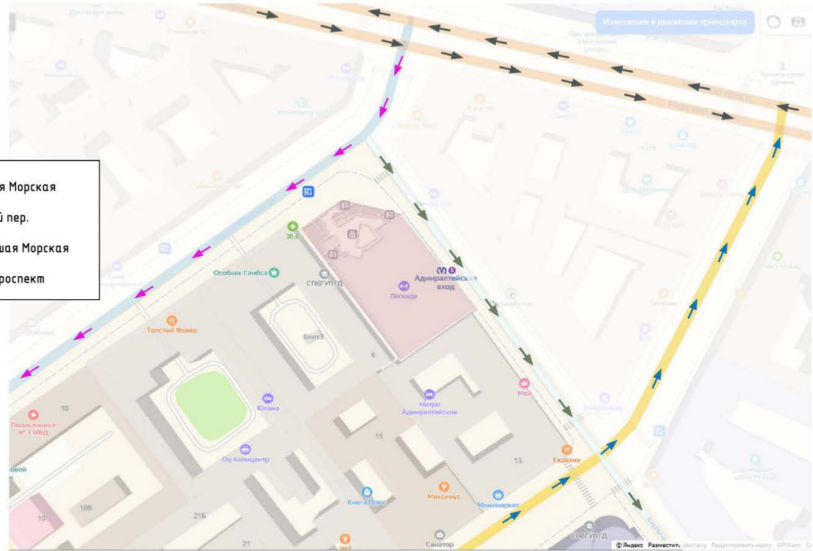


Илл. 65







Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

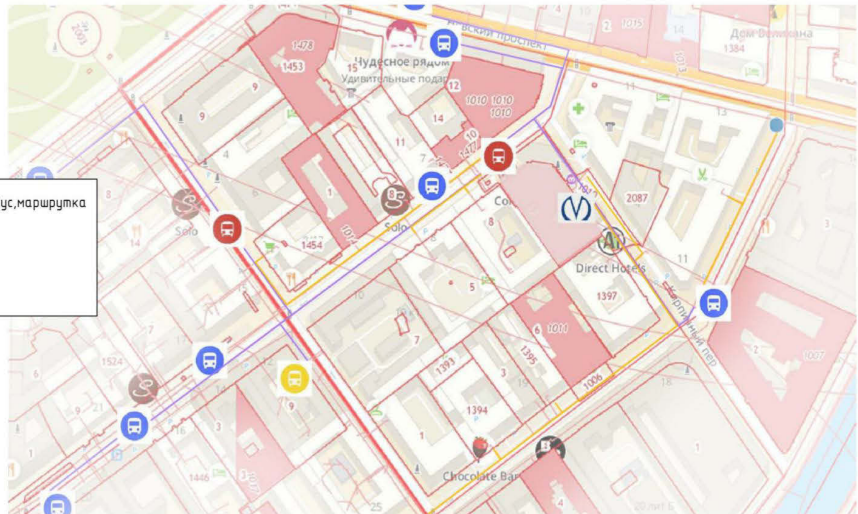
ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ТРАНСПОРТА

-  Направление движения транспорта с ул. Малая Морская
-  Направление движения транспорта Кирпичный пер.
-  Направление движения транспорта с ул. Большая Морская
-  Направление движения транспорта Невский проспект



ОСНОВНЫЕ ПЕШЕХОДНЫЕ ПУТИ

-  Смешанные остановки : автобус, троллейбус, маршрутка
-  Остановка троллейбуса
-  Остановка Маршрутки
-  Станция метро
-  Путь от остановки транспорта
-  Путь от жилых домов





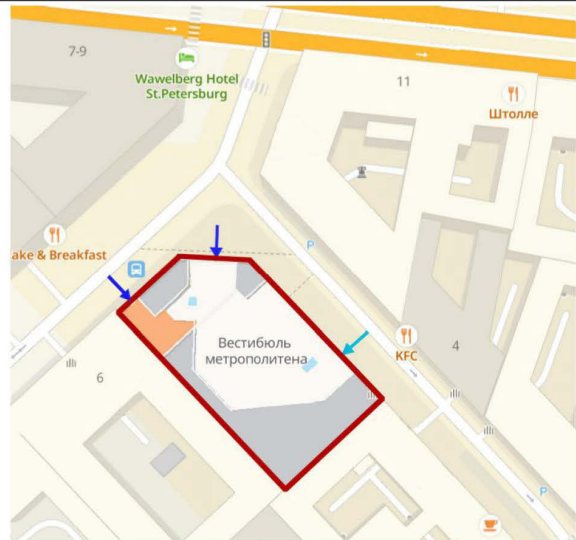
Илл. 66

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

АНАЛИЗ ПРИЛЕГАЮЩЕЙ ТЕРРИТОРИИ




- ОСНОВНЫЕ ВХОДЫ В ТРК

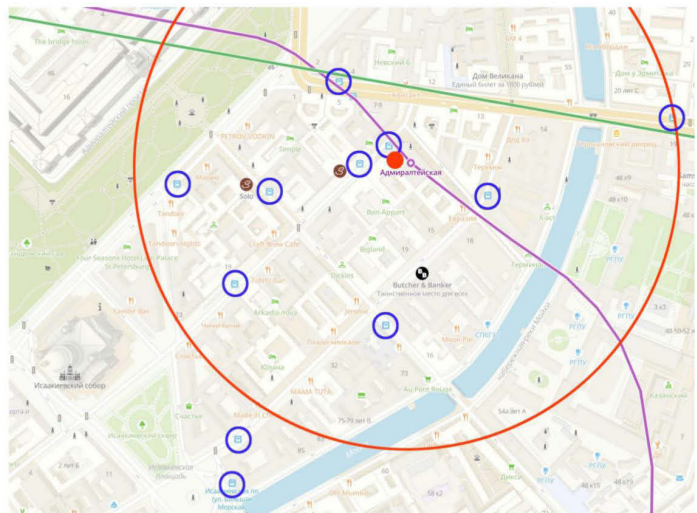
-  ВХОД В МЕТРОПОЛИТЕН (СТАНЦИЯ М.АДМИРАЛТЕЙСКАЯ)
-  ВХОД В ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР



АНАЛИЗ ПРИЛЕГАЮЩЕЙ ТЕРРИТОРИИ

- ТРАНСПОРТНАЯ СХЕМА

-  ФИТНЕС ЦЕНТР В ТРК / РАДИУС ПЕШЕХОДНОЙ ДОСТУПНОСТИ-800 М
-  АВТОБУСНЫЕ ОСТАНОВКИ
-  ФИОЛЕТОВАЯ ВЕТКА МЕТРОПОЛИТЕНА / СТАНЦИЯ М. АДМИРАЛТЕЙСКАЯ

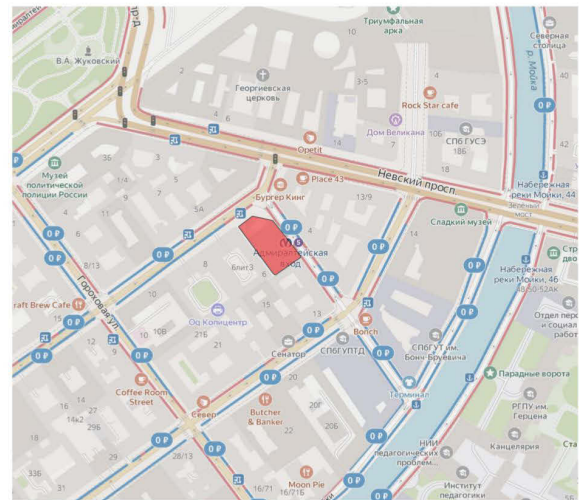


Илл. 67

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

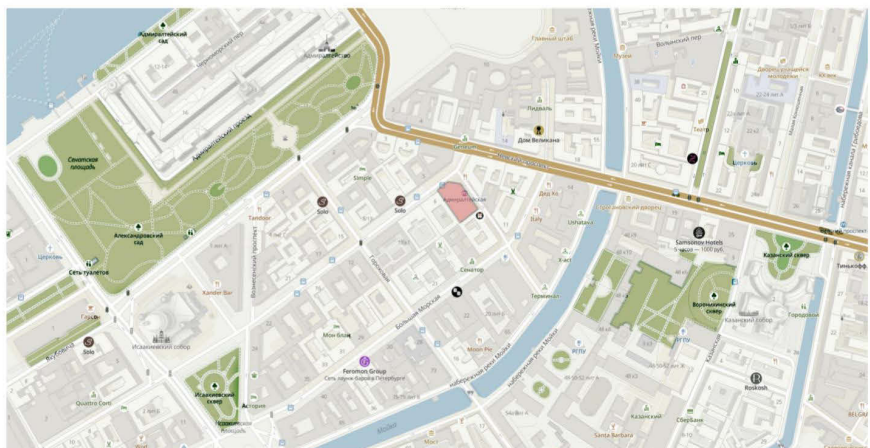
АНАЛИЗ ПРИЛЕГАЮЩЕЙ ТЕРРИТОРИИ

- ПАРКОВКИ



АНАЛИЗ ПРИЛЕГАЮЩЕЙ ТЕРРИТОРИИ

- ОЗЕЛЕНЕНИЕ



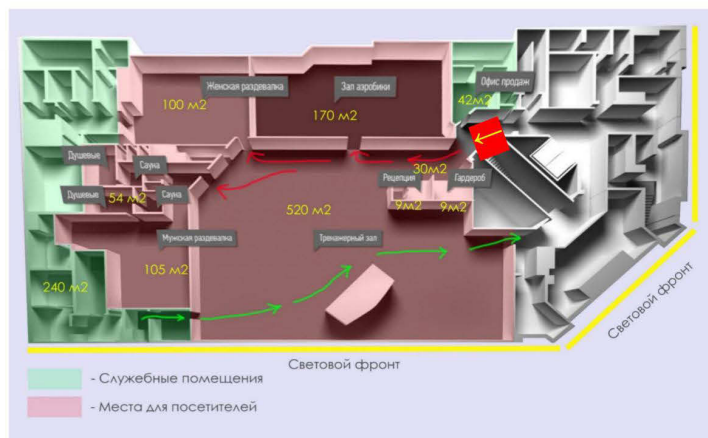
Илл. 68

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

ВЫВОДЫ

- Фитнес клуб имеет хорошее местоположение поскольку есть транспортная доступность, центр города позволяет легко добраться из другой точки Санкт-Петербурга.
- В шаговой доступности от фитнес центра находится большое количество магазинов, ресторанов и кафе, что является важным преимуществом для посетителей.
- Фитнес клуб имеет доступный ценовой диапазон что также является его преимуществом перед другими фитнес центрами.

Анализ зонирования фитнес-центра



Илл. 69

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

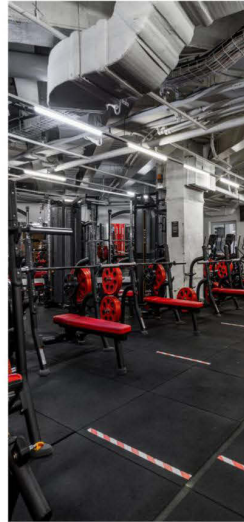
С сайта фитнес центра

ОСНОВНЫЕ УСЛУГИ:

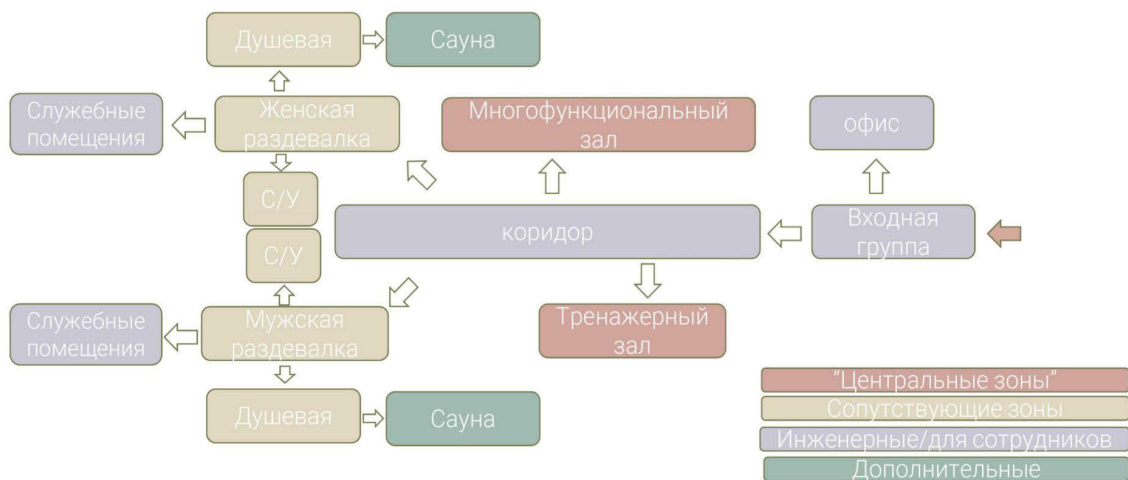
- Персональные тренировки
- Аэробные классы
- Силовые классы
- Функциональные классы
- Танцевальные классы
- Студийные классы
- Тренажерный зал
- Body&Mind
- Единоборства

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ:

- Солярий
- Аренда зала
- Рекомендации по питанию



Функционально-планировочная структура



Илл. 70

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Зонирование тренажерного зала



Объемно- пространственная схема

Фитнес – юниты:

- Силовые Тренажеры;
- Кардио Тренажеры;
- Многофункциональный Зал.

Сервисные услуги:

- Солярий;
- мини-магазин у входной группы.
- автомат с кофе

Вспомогательные помещения:

- Входная группа;
- Отдел продаж;
- Администрация;
- Помещение персонала;
- Технические помещения.

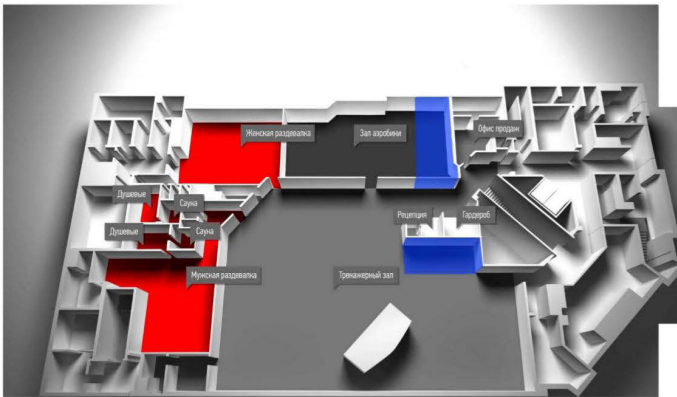


Илл. 71

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

ПРЕДЛОЖЕНИЕ №1

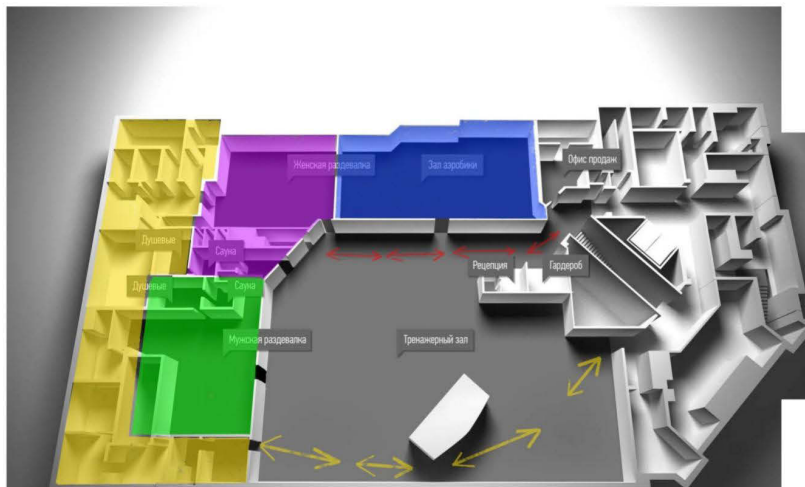
• Обустройство детской игровой комнаты



■ Варианты размещения игровой комнаты



ПРЕДЛОЖЕНИЕ №2



■ Мужская раздевалка ■ Помещения для персонала → Движение посетителей
 ■ Женская раздевалка ■ Зал аэробики → Движение персонала

Выводы

1) Трк и фитнес зал не имеют детской зоны(детской комнаты), что может быть важно для контингента людей, посещающих этот фитнес центр. Предложение-добавить детскую зону. Также детскую комнату можно ориентировать не только на пользователь фитнес клуба, но и на посетителей ТЦ.

2) Анализ функционального зонирования показал, что нахождения раздевалок вдали от входа в фитнес центр и пересечение спортивной зоны при прохождении в раздевалку является явным минусом. По возможности мы хотели бы разделить эти потоки и сделать пространство более функциональным. Если поменять зал аэробики с зоной раздевалки и саун, то перемещение человека в фитнес центре будет более комфортным и быстрым.

3) В данном примере нет бассейна, но бассейн это достаточно сложная структура, тем более не на первом этаже(наш фитнес центр расположен выше первого этажа). Поэтому в данном примере акцент смещён на большие и комфортные тренажёрный зал и аэробный зал.

4) В качестве приоритетной зоны выделяется фитнес зал и зал аэробики, в качестве второстепенной - подсобные помещения Мы считаем это удачным и правильным решением, которое отражает главную функцию фитнес центра

Функциональная компоновка фитнес-модели

Фитнес – юниты:

- Силовые Тренажеры
- Кардио Тренажеры
- Многофункциональный Зал.

Сервисные услуги:

- Солярий
- мини-магазин у входной группы
- автомат с кофе

Вспомогательные помещения:

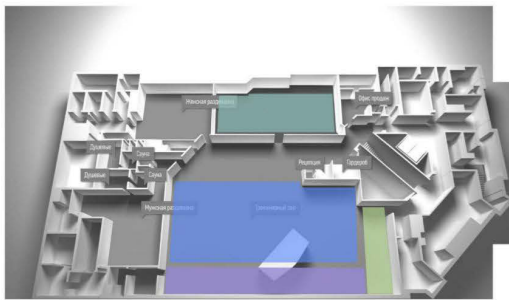
- Входная группа
- Отдел продаж
- Администрация
- Помещение персонала
- Технические помещения



Илл. 73

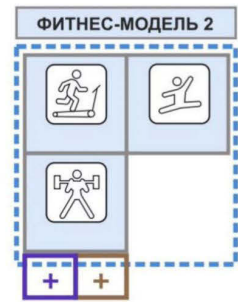
Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

ФИТНЕС-ЮНИТЫ



ФИТНЕС-ЮНИТЫ

- - Многофункциональный зал 30%
- - Универсальная зона 10%
- - Силовые тренажеры 40%
- - Кардио тренажеры 20%



Площадь до 400м2

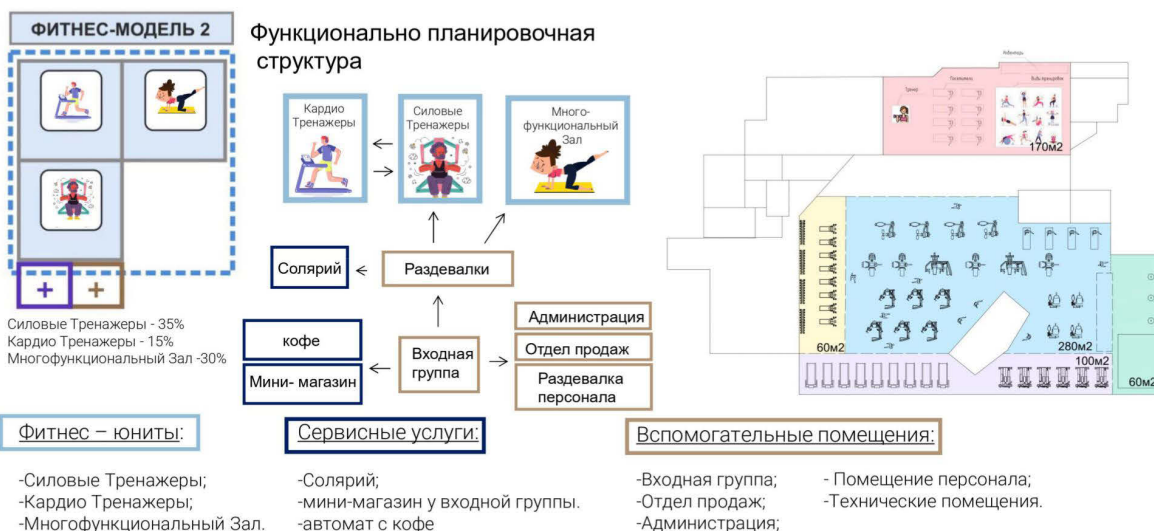
Структурные элементы фитнес-модели

функциональные зоны	Тренажерный зал	Бассейн	Зал групповых занятий		Зал игровых занятий	
Фитнес программы	 Силовые тренажеры	 Бег, ходьба	 Тренировки, оздоровление, обучение	 Активные, пассивные	 Универсальный многофункциональный зал	
Фитнес юниты (кол-во)	 6 Шт. (20 кв. м.)	 2 Шт. (50 кв.м.)	 5 Шт. (40)	 0 Шт.	 0 Шт.	 0 Шт.
Сервисная зона						
Инженерная зона						
Фитнес модель	M1	M2		M3	M4	
	M5	M6		M7	M8	

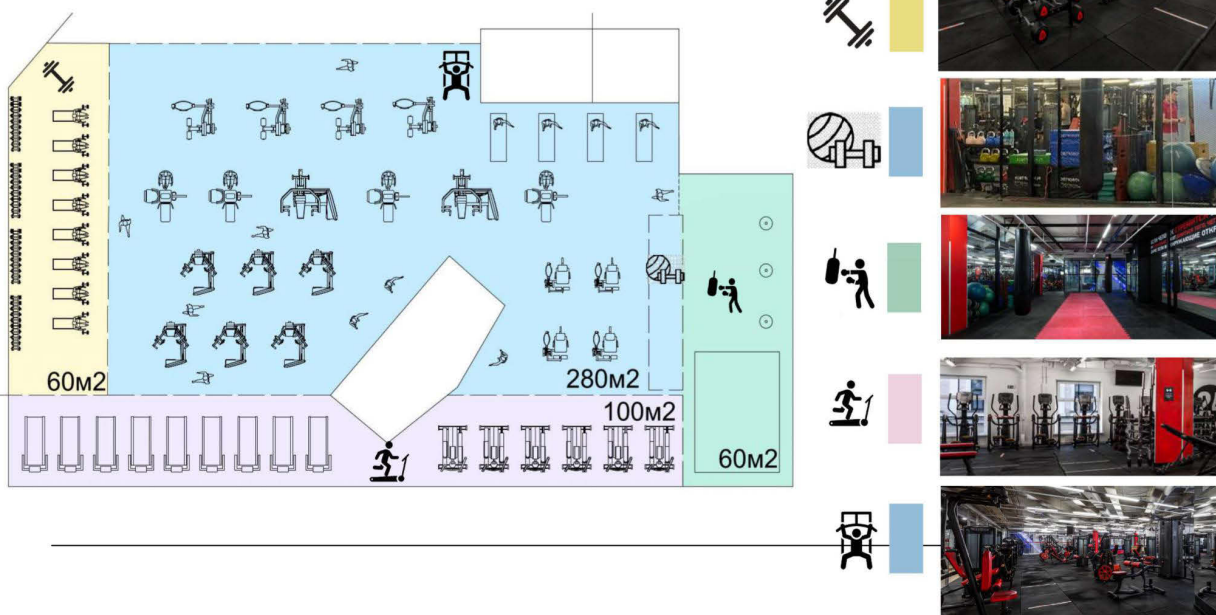
Илл. 74

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Существующая фитнес-модель



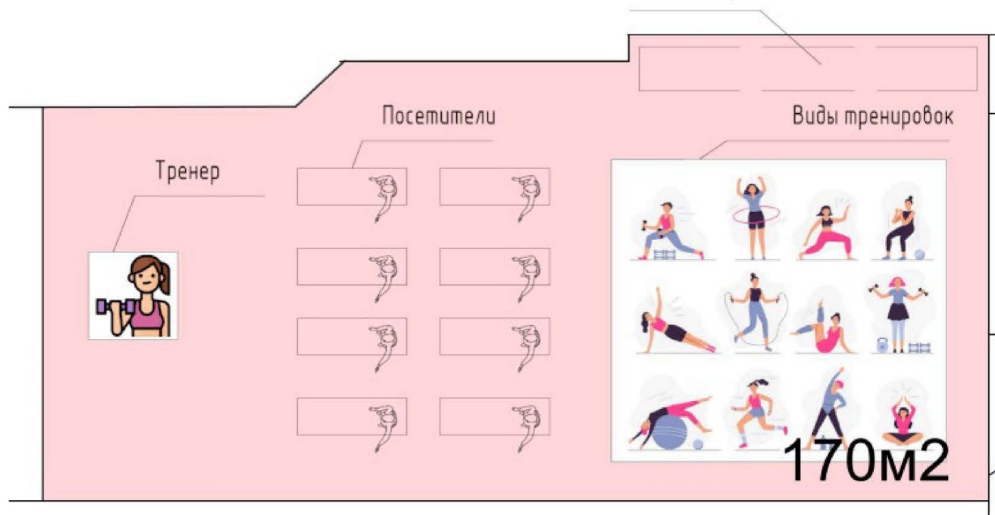
Существующая фитнес-модель



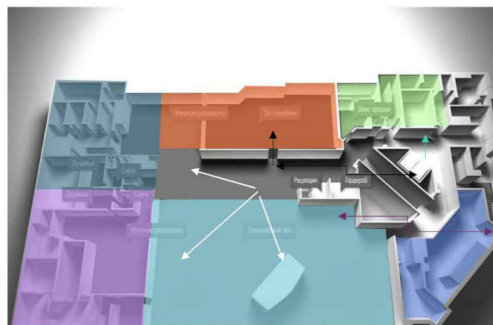
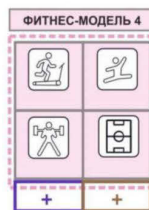
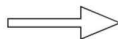
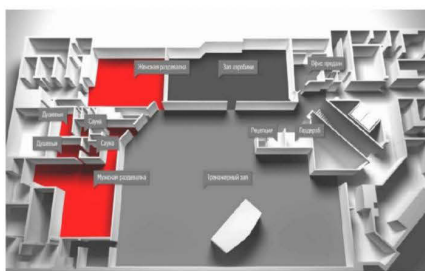
Илл. 75

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Существующая фитнес-модель



ПРЕДЛОЖЕНИЕ 1



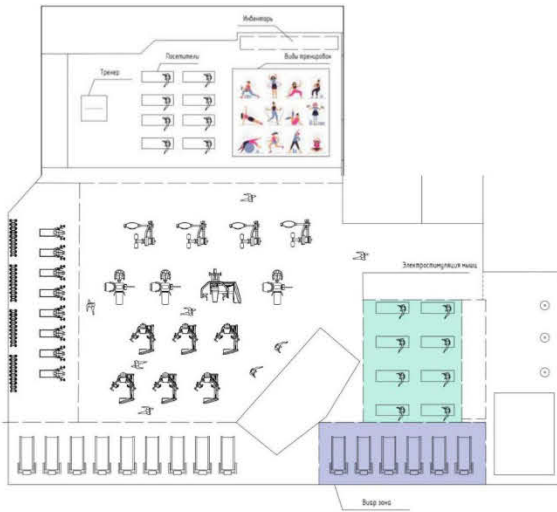
Проектное предложение.
(Перепланировка пространства,
изменение расположения функциональных зон)

- Силовые тренажеры, Кардио тренажеры
- Универсальный спортивный зал
- Многофункциональный зал
- Женские/Мужские раздевалки, сауна, душевые
- Тренерская, раздевалка персонала, душевые
- Административная зона

Илл. 76

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Предложение 2



Стандартный кардио тренажер



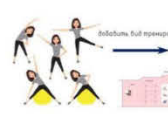
преобразование

Виртуальная реальность для кардиотренировок

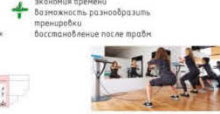


+ погружение в процесс тренировки
+ привлечение людей
+ стоимость

Зона силовых



EMS-тренировки (электростимуляция мышц)



+ экономия времени
+ возможность разнообразить тренировки
+ восстановление после травм

-1 тип кардио тренажеров/ уменьшение количества кардио тренажеров;

-1 тип силовых тренажеров/ уменьшение количества силовых тренажеров;

** зона виар;

** зона электростимуляции мышц.

Илл. 77

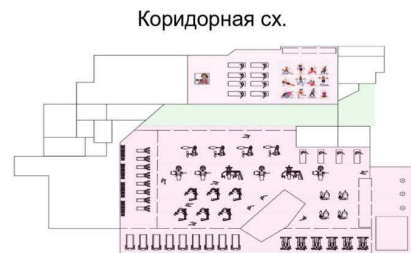
Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выводы

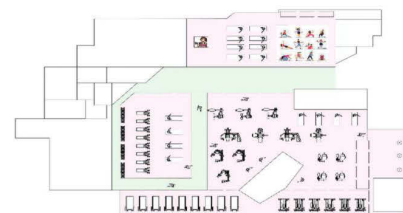
1. У данного фитнес центра достаточно маленькая площадь, поэтому важно добиться максимально логичной и вместительной планировки, разделяющей потоки посетителей и персонала.
2. Проанализировав нашу фитнес модель и добавив новые фитнес юниты засчет перепланировки и логичного расположения залов между собой, нам удалось развить новые тенденции и привлечь в фитнес центр больше людей.

ВЫЯВЛЕНИЕ ОСНОВНОГО ПРИНЦИПА

 Фитнес – центр « Легенда » в ТРК «Адмирал»	ПРИН.	АВТОНОМНОСТЬ(внутри фитнес центра), ПУЛЬСАЦИЯ(относительно ТРК)
	ТИП	СПЕЦИАЛЬНЫЙ
	АПП	КОРИДОРНАЯ СХ.
	ОПП	ВСТРОЕННАЯ СХ.
	ФМ	M2



Фитнес модель 2 до 400 кв.м.



Илл. 78

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

ВЫВОДЫ ОТНОСИТЕЛЬНО ПРИМЕНЕННОГО ПРИНЦИПА.

-Доминирующий принцип – *трансформация*.

-*Невозможность применения других принципов.*

Мобильность – фитнес центр не имеет передвижного модуля

Автономность – фитнес центр находится в ТРК, что уже не позволяет претендовать на полную автономность. (относительно ТРК)

Пульсация – нет возможности регулярной перекомпоновки функциональных зон (отчасти из-за отсутствия разнообразия этих зон (ФМ – М2)). (относительно фитнес центра)

-Планировочная структура – *коридорная*.

Доступ в любое помещение осуществляется только через общий коридор

Принцип дополненная реальность



соревнование с виртуальным соперником



спортивные игры в реальном времени

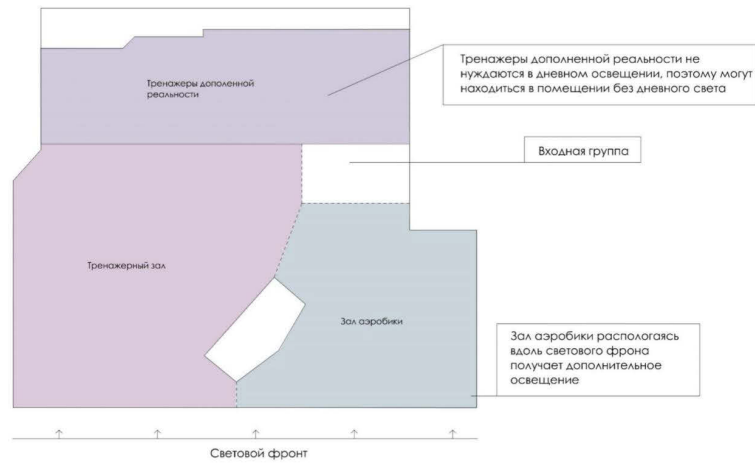


изменение локации тренировки

Илл. 79

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Схема возможного расположения залов

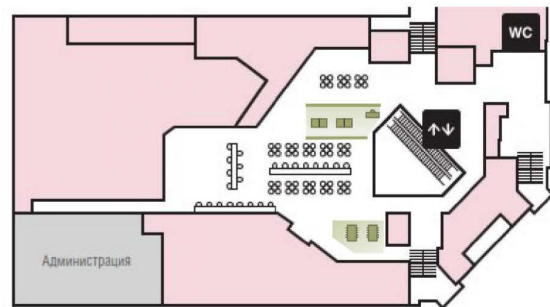


Принцип «ВКЛЮЧЕНИЕ»

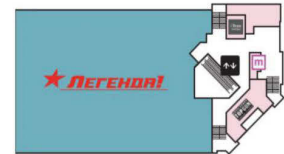
Предложение состоит в том, чтобы разместить на этажах торгово-развлекательного центра зоны активных игр, таких как пинг-понг, настольный футбол или хоккей. Это не только разнообразит досуг посетителей ТРЦ, но и привлечет внимание к самому фитнес-центру.



ЭТАЖ 5



ЭТАЖ 4



Илл. 80**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга****Выводы**

1. ИЗ ЗА ОГРАНИЧЕННОЙ ПЛОЩАДИ ФИТНЕС-ЦЕНТРА, МЫ МОЖЕМ ТОЛЬКО ПРЕОБРАЗОВЫВАТЬ ВНУТРЕННЕЕ ПРОСТРАНСТВО ЗАЛА, ЧТО МЫ И ПОКАЗАЛИ В ПЕРВОМ ПРЕДЛОЖЕНИИ.
 2. ДАЖЕ ПОСЛЕ ПЕРЕПЛАНИРОВКИ И ТРАНСФОРМАЦИИ НЕКОТОРЫХ ПОМЕЩЕНИЙ, ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА ОСТАЁТСЯ - КОРИДОРНОЙ. ОПРЕДЕЛИВ ЧЕТКОЕ РАЗДЕЛЕНИЕ ПО ЗОНАМ: РАБОЧАЯ ЗОНА, СПОРТИВНАЯ ЗОНА, ЗОНА РАЗДЕВАЛОК; НАМ УДАЛОСЬ РАЗДЕЛИТЬ ПОТОКИ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ПЕРСОНАЛА, НО ВСЕ ТАКЖЕ ПОПАДАЕМ В РАЗНЫЕ ПОМОШЕННИЧАВШИЙ ИЗ ОБЩЕГО ЗАЛА/КОРИДОРА.
 3. ОСОБЕННОСТИ РАСПОЛОЖЕНИЯ ЗАЛА ПОЗВОЛЯЮТ НАМ ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ НЕ ТОЛЬКО С ПОСЕТИТЕЛЯМИ ЗАЛА, НО И ПОСЕТИТЕЛЯМИ ТОРГОВОГО ЦЕНТРА. ВТОРОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ УВЕЛИЧИТ ПОТОК ПОСЕТИТЕЛЕЙ В ФИТНЕС ЦЕНТР И ПОВЫСИТ ЕГО УЗНАВАЕМОСТЬ.
-

Общие выводы

1. СПЕЦИФИЧНОСТЬ РАСПОЛОЖЕНИЯ И НЕБОЛЬШИЕ РАЗМЕРЫ ФИТНЕС ЦЕНТРА НЕ ПОЗВОЛЯЮТ ДЕЛАТЬ РАДИКАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ В СТРУКТУРЕ КОМПЛЕКСА (НАПРИМЕР ДОБАВЛЕНИЕ БАССЕЙНА).
 2. ПОЭТОМУ МЫ СЧИТАЕМ, ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ АКЦЕНТ НА РАЗДЕЛЕНИЕ ПОТОКОВ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ПЕРСОНАЛА, ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПЛАНИРОВКИ И ЗАДЕЙСТВОВАНИИ ОСВОБОЖДЁННЫХ ПЛОЩАДЕЙ ДЛЯ НОВЫХ ФУНКЦИЙ.
 3. В ДАННЫЙ ЗАЛ ХОДИТ ОПРЕДЕЛЁННЫЙ КОНТИНГЕНТ ЛЮДЕЙ - МОЛОДЫЕ БАНКОВСКИЕ РАБОТНИКИ, МЕНЕДЖЕРЫ И ТД. (ЭТО СВЯЗАНО С ОСОБЫМ РАСПОЛОЖЕНИЕМ ЦЕНТРА, В ОБЩЕСТВЕННО-ДЕЛОВОЙ ЗОНЕ ГОРОДА) ПОЭТОМУ В НАШЕМ ЗАЛЕ ВАЖНО БЫЛО УЧЕСТЬ СПЕЦИФИКУ ПОСЕТИТЕЛЕЙ И ПОДСТРАИВАТЬСЯ ПОД ПОТРЕБНОСТИ КОНКРЕТНОЙ ГРУППЫ.
 4. ЭТИ ПОТРЕБНОСТИ МОЖЕТ ОБЕСПЕЧИТЬ МИНИМАЛЬНЫЙ И ПРИ ЭТОМ ДОСТАТОЧНЫЙ НАБОР БАЗОВЫХ ТРЕНАЖЕРОВ И ТРЕНИРОВОК.
 5. ДОБАВЛЕНИЕ НОВОГО ПОМЕЩЕНИЯ ПОСЛЕ ПЕРЕПЛАНИРОВКИ, ПОЗВОЛИЛО РАЗНООБРАЗИТЬ СТРУКТУРУ НАШЕГО ФИТНЕС ЦЕНТРА И РАСШИРИТЬ ЕГО ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ: НОВЫЙ ЗАЛ МОЖЕТ СЛУЖИТЬ ЗОНОЙ ДЛЯ СПОРТИВНЫХ ИГР/ ТАНЦЕВ/ ЗОНОЙ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ И ТД.
-

Илл. 81

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

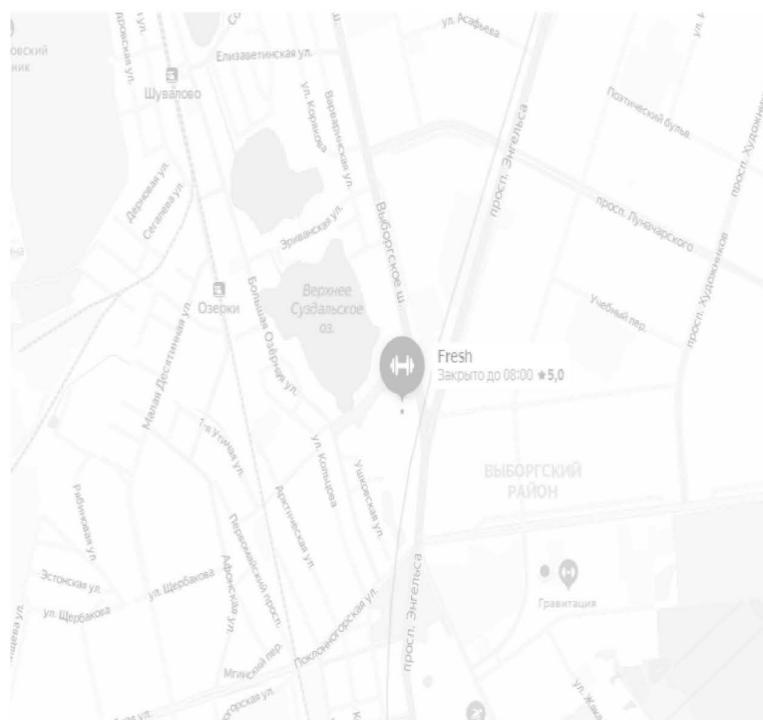
«ПЛЮСЫ » И « МИНУСЫ»

«+»	«-»
<ul style="list-style-type: none"> -Нахождение в ТРК позволяет трансформировать не использованную площадь под ещё 1 игровой зал - Возможно разместить спортивные модули на этажах ТРК -Зал занимает свою нишу по контингенту посетителей. - Удобное расположение зала относительно данной группы посетителей 	<ul style="list-style-type: none"> -Небольшие размеры фитнес центра -Совмещение потоков посетителей и работников -Невозможность добавления площади извне -В данный зал в основном ходят молодые банковские работники, менеджеры - На данный момент зал не рассматривает посетителей ТРК с детьми как потенциальных клиентов, следовательно теряет потенциальных посетителей

Фитнес центр

Градостроительная ситуация

Сликеры: Сокол Светлана, Рябова Мария, Олевалова Анастасия
 Презентация: Рябова Мария
 Информация: Олевалова Анастасия, Кониева Элеонора, Бугаева Дарья, Сокол Светлана



Илл. 82

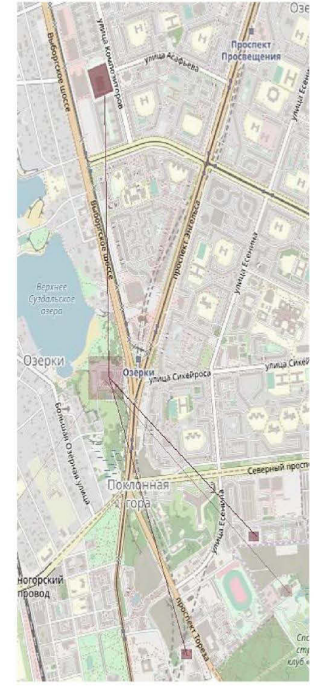
**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

**Анализ
муниципального
образования**

Функциональное зонирование

Вид застройки – жилая застройка
Время застройки – 2000-ые
Высотность – 10/13; 12/16; 18/23; 22/29

- Жилая зона (Многоквартирная застройка)
- Зона объектов инженерной и транспортной инфраструктуры
- Жилая зона (ИЖД)
- Рекреационная зона (насаждения общ. польз.)
- Рекреационная зона (спорт, досуг, развлечения, пансионаты, гостиницы)
- Общественно-деловая зона
- Рекреационная зона (спортивные соору., пляжи с включением инфраструктуры)
- Вода
- Объект
- МО Шуваево-Озерки
- Границы соседних округов и районов



2

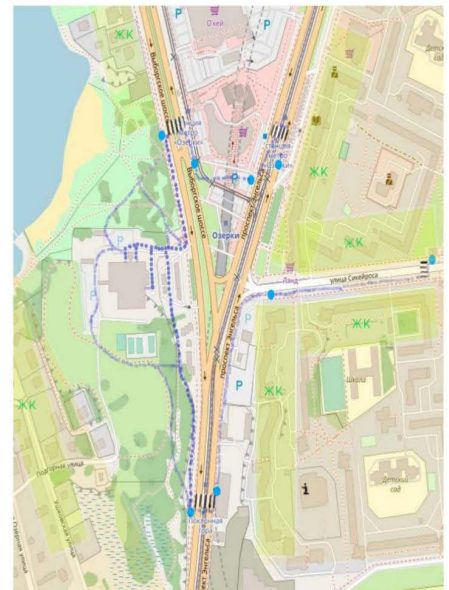
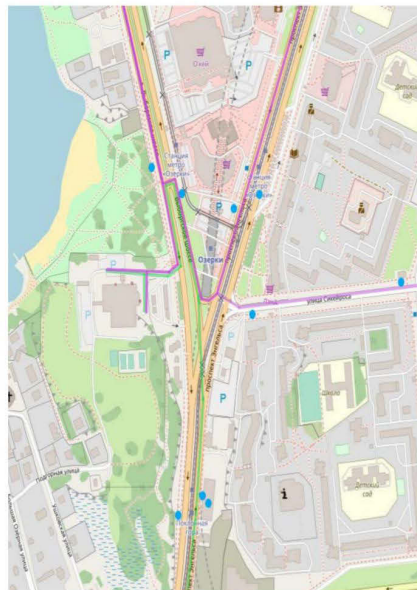
**Анализ
муниципального
образования**

**Основные транспортные
направления**

- Путь из центра города
- Пути из других направлений (встречные)
- Остановки общественного транспорта

**Основные пешеходные пути и
остановки общ. транспорта**

- Пешеходные пути от остановок общественного транспорта
- Остановки общественного транспорта



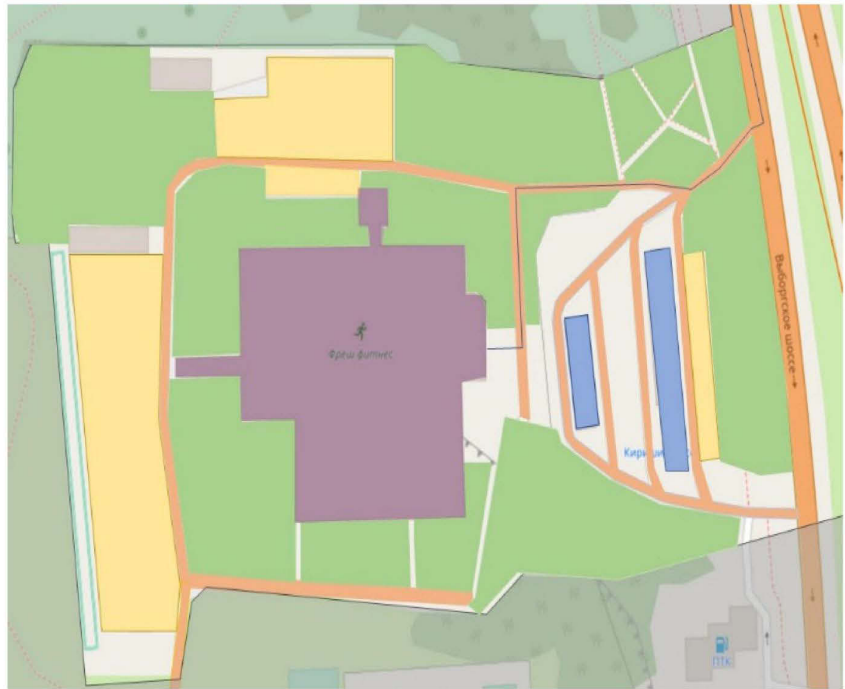
3

Илл. 83

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Анализ прилегающей территории

- Фитнес-центр
- Парковочные места
- Техническая постройка
- Зеленые насаждения
- Заправки
- Асфальтированные участки земли
- Дороги
- Пешеходные дорожки



4

Выводы:

- Более выгодное расположение относительно других ФЦ.
- Транспортная и пешеходная доступность и коммуникация.
- Транспортная обеспеченность.
- Выгодное расположение в рекреационной зоне.
- Пешеходные взаимосвязи рекреационной зоны и ФЦ.
- Приспособление для маломобильной группы населения.
- Создание зоны отдыха.
- Озеленение и добавление МАФ.
- Благоустройство парковочной зоны.

6

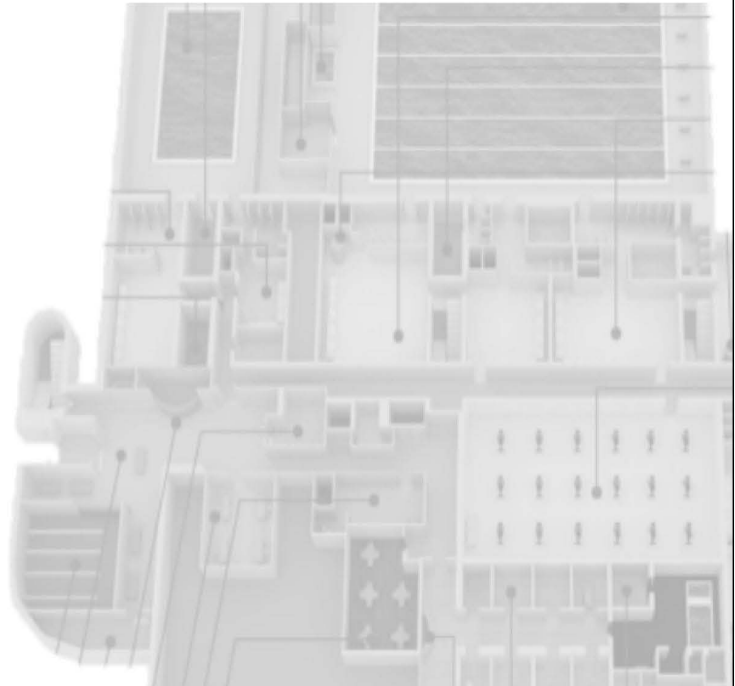
Илл. 84

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Фитнес центр

Функциональное зонирование

Спикеры: Кочиева Элеонора, Рябова Мария
 Презентация: Кочиева Элеонора
 Информация: Опевалова Анастасия, Бугаева Дарья,
 Сокол Светлана, Рябова Мария



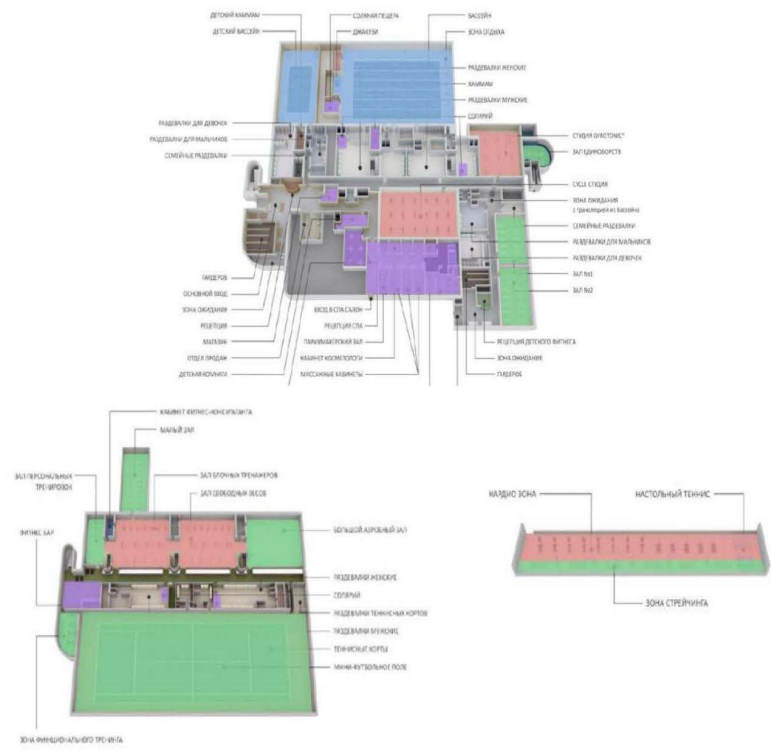
7

Анализ фитнес-центра

Функциональное зонирование

- Легкая атлетика и игровые виды спорта
- Силовые тренировки и тренажерные залы
- Бассейн
- Сервисные услуги

	1 ЭТАЖ	2 ЭТАЖ	3 ЭТАЖ
	176 м ²	1081 м ²	42 м ²
	261 м ²	219 м ²	92 м ²
	513 м ²	-	-
	274 м ²	43 м ²	-
Другие помещения	1433 м ²	196 м ²	-



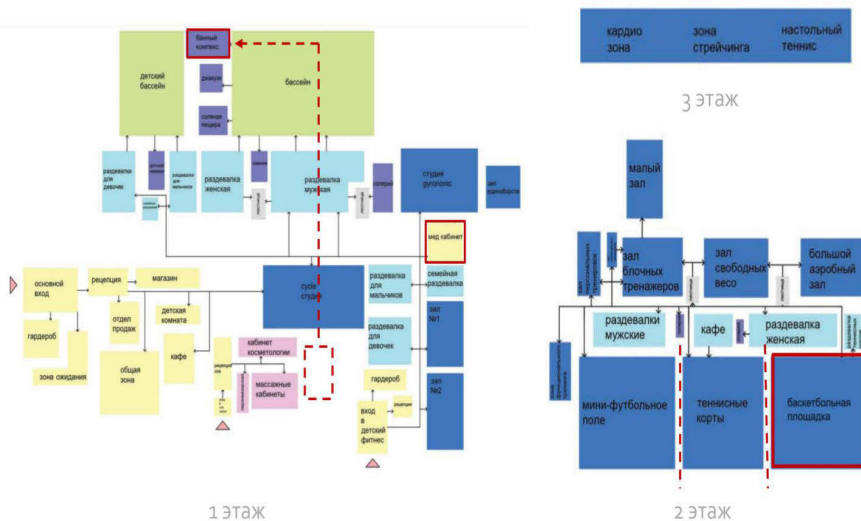
8

Илл. 86

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Предложение по изменению функциональной схемы

- Перенести банный комплекс ближе к бассейну для удобства и расположению ближе к раздевалкам.
- Добавить мед кабинет для оказания первой помощи.
- Разделить футбольное поле и теннисные корты.
- Добавить баскетбольную площадку



11

Выводы:

- Функциональное зонирование:

В ходе анализа функционального зонирования было выявлено его удобство для посетителей.

- Потоки посетителей:

Посетители не пересекаются с обслуживающими и служебными потоками. Не пересекаются детские и взрослые потоки.

- Анализ функциональной модели:

Основными функциональными зонами являются спортивные помещения. Вспомогательными являются обслуживающие, инженерные и служебные помещения.

- Анализ объемно-пространственной модели:

Основной смысл – много разных по функции залов, что делает этот клуб многофункциональным центром притяжения людей с разными интересами.

Клуб имеет хорошо продуманное функциональное зонирование. Отличается тем, что в одном объеме располагается много разных по назначению спортзалов и бассейнов. Все спортивные объекты удачно соединены коммуникациями от 2 входных зон.

Клуб, по нашему мнению, не нуждается в дальнейшем расширении путем пристроек/переделок за исключением некоторых моментов, обозначенных ранее, так как уже сейчас является завершенным и представляет симбиоз разных спортивных секций и функционально самодостаточен.

12

Илл. 87

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Фитнес центр

Архитектурный анализ

Спикеры: Сокол Светлана, Опевалова Анастасия
Презентация: Кочиева Элеонора
Информация: Опевалова Анастасия, Бугаева Дарья,
Сокол Светлана, Рябова Мария



13

Анализ фитнес-центра

Функциональное зонирование
Фитнесс-юниты

Многофункциональные залы

Силовые тренажеры

Тренировки, обучение, оздоровление

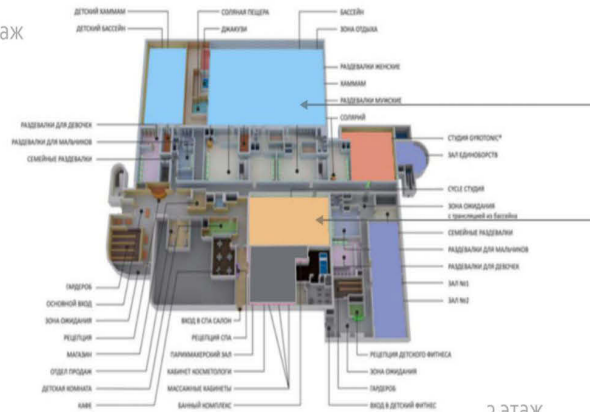
Кардио тренажеры

Активные/пассивные

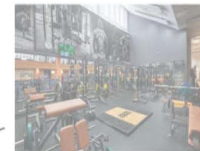
Общие площади

1000 м ²	450 м ²
533 м ²	550 м ²
1300 м ²	

1 ЭТАЖ



2 ЭТАЖ





14

Илл. 88

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

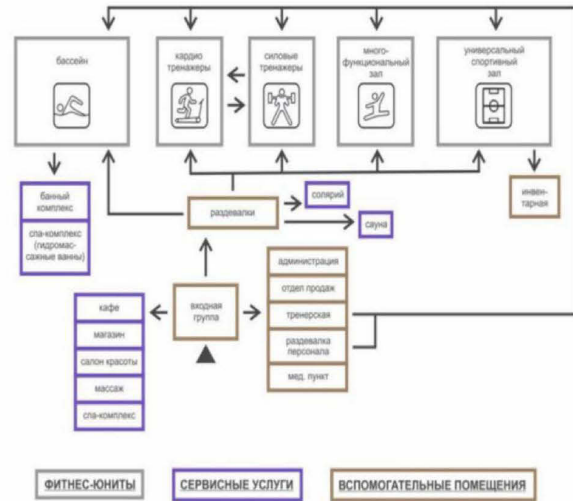
Анализ фитнес-центра

Фитнес юниты (количество)

-  2 шт.
-  2 шт.
-  3 шт.
-  6 шт.
-  2 шт.



ФУНКЦИОНАЛЬНО-ПЛАНИРОВОЧНАЯ СТРУКТУРА



15

Анализ фитнес-центра

1 этаж. 4 зоны.

- Входная и ее вспомогательные комнаты (детская, кафе, зона ожидания, администрация, магазин, гардероб и т.д.)
- Зона взрослого бассейна.
- Зона сервисных услуг (спа и т.д.)
- Детская зона (детский бассейн, детский фитнес).

2 этаж. 4 зоны.

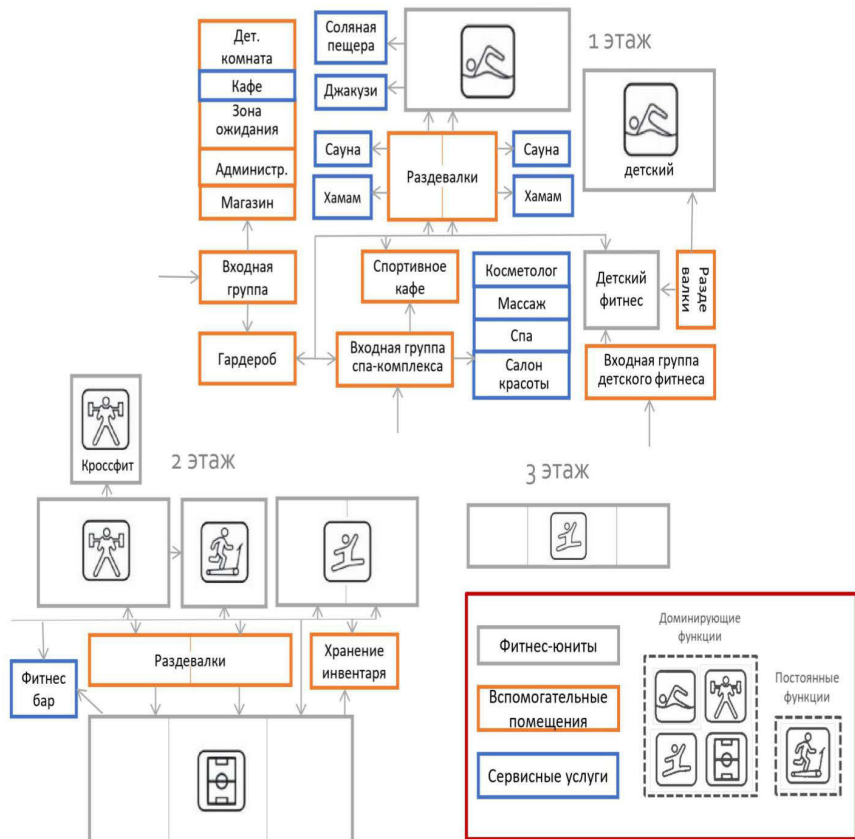
- Зона силовых тренировок.
- Зона кардио тренировок.
- Залы свободного назначения.
- Зона игровых видов спорта.

3 этаж. 1 зона.

- Залы свободного назначения (спокойные виды спорта: йога, стретчинг, Gyrotonik)

Фитнес-программы:

- Аэробные
- Body&Mind
- Силовые
- Акваэробика
- Танцевальные
- Единоборства
- Для беременных
- На открытом воздухе
- Зимние



16

Илл. 89

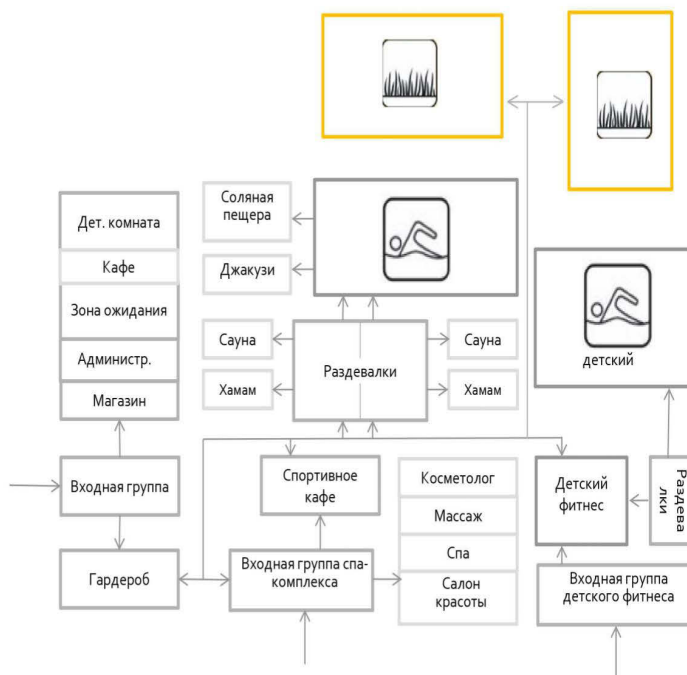
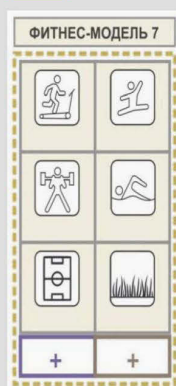
Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Анализ фитнес-центра

Предложения по новым фитнес-юнитам



Новые фитнес юниты:
открытые спортивные
площадки



17

Выводы:

Анализ планировочного решения показал, что с точки зрения функциональной компоновки клуб представляет собой фитнес-модель номер 6, состоящую из следующих фитнес-юнитов:

- силовые тренажеры
- кардио тренажеры
- зал групповых занятий
- многофункциональный спортивный зал
- бассейны

Поскольку ФЦ находится в парковой зоне, рядом с верхним суздальским озером, он имеет тенденцию преобразоваться в фитнес-модель номер 7, за счет присоединения нового фитнес-юнита - открытых спортивных площадок.

Плюсы:

- четкое функциональное зонирование
- использование всех необходимых фитнес-юнитов для занятий спортом в помещении

Минусы:

- не рассчитан на занятия с младенцами
- на людей с ограниченными возможностями
- не имеет зон специального оздоровительного лечебного назначения

Таким образом архитектурно-планировочная модель клуба является удачной и самодостаточной, но имеет возможность дальнейшего расширения и совершенствования, путем преобразования его в фитнес-модель номер 7.

18

Илл. 90

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Выявление принципа

Принцип автономности

– возможность размещения фитнес-центров на собственной территории, как обособленные объекты; возможность использования фитнес-центров в составе крупных комплексов в качестве самостоятельного объекта.

Причины формирования

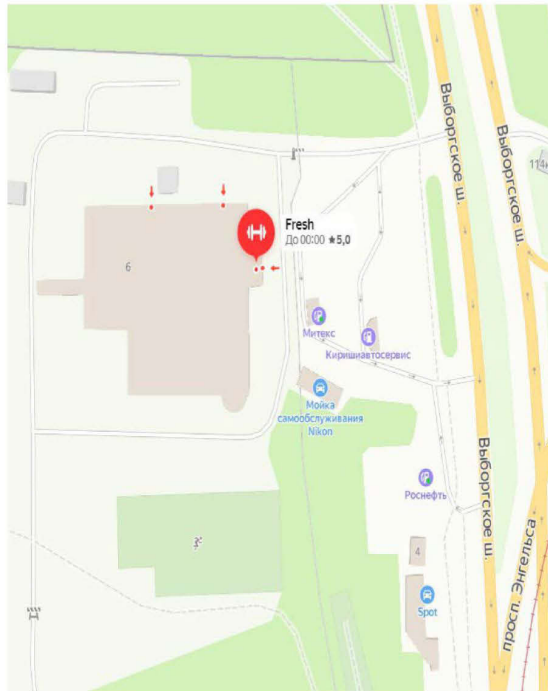
– потребность в высоком уровне комфорта и в разнообразии предоставляемых услуг.

Подтверждение принципа автономности

– фитнес-центр размещен на собственной территории, как обособленный объект.

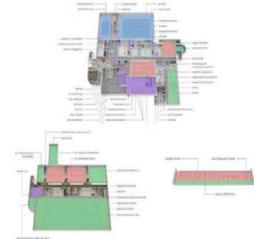
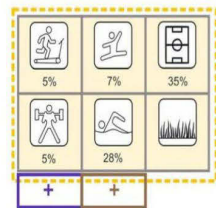
Выводы:

- ФЦ соответствует принципу автономности.
- Возможен принцип трансформации.



ПРИН.	АВТОНОМНЫЙ
ТИП	МНОГОФУНКЦИОН.
АПП	БЛОКИРОВАННАЯ СХ.
ОПП	САМОСТЯТЕЛЬНОЙ СХ.
ФМ	M7

ФИТНЕС-МОД. 7 > 2000м²

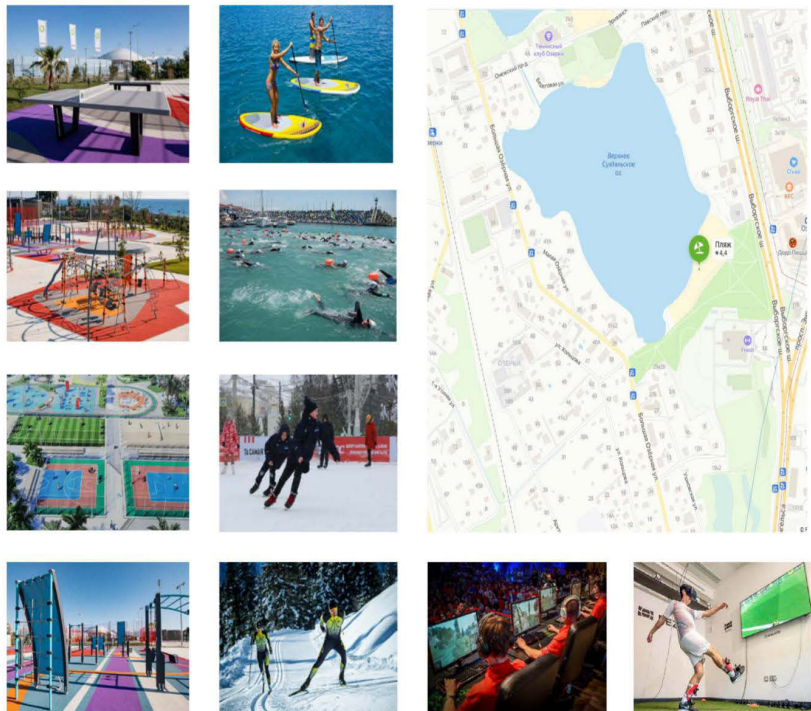


20

Предложения по изменению принципа:

Тенденции развития:

- Фитнес-отель.
- Фитнес-парк.
- Спортивные программы на открытой воде.



21

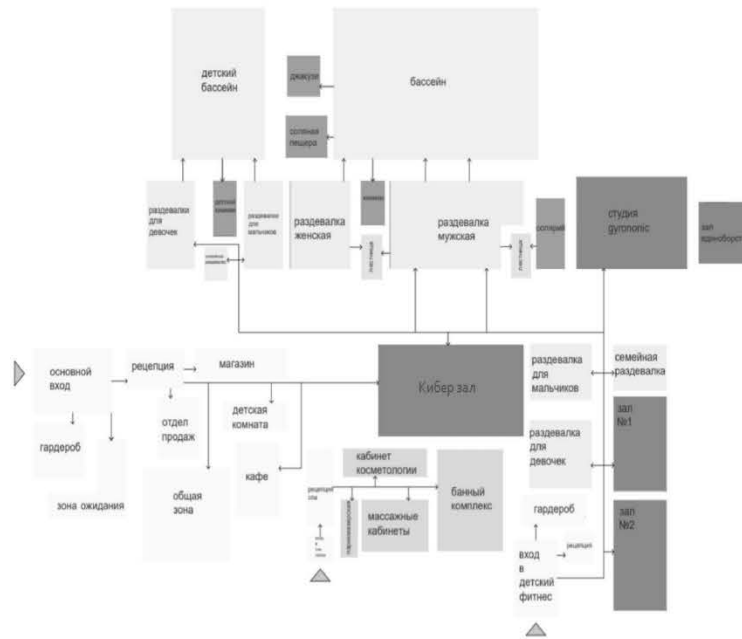
Илл. 91

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Предложения по изменению принципа:

Тенденции развития:

- Зона дополненной реальности.
- Кибер-спорт



22

Выводы:

- Принцип автономности.
- Возможен принцип трансформации.
- Возможно внедрение зоны дополненной реальности и кибер-спорта, также внедрение видов спорта на открытой воде.

Автономность и функциональная самодостаточность ФЦ дает ему преимущество в конкуренции.

23

Илл. 92

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

	Плюсы:	Минусы:
Градостроительная ситуация	<ul style="list-style-type: none"> • транспортная доступность. • наличие парковочных мест, заправок. • большие площади зеленых насаждений за счет расположения в рекреационно-парковой зоне. 	<ul style="list-style-type: none"> • затруднительный подход к центру для пешеходов по причине наличия скоростного шоссе. • создается «конкуренция» за счет рядом расположенных спортивных центров.
Функциональное зонирование	<ul style="list-style-type: none"> • посетители не пересекаются со служебными потоками. • удобное и грамотное зонирование. • функциональная самодостаточность. 	<ul style="list-style-type: none"> • отсутствие больших открытых спортивных площадок. • фитнес центр не рассчитан на занятия с младенцами и инвалидами. • не имеет зон специального оздоровительного лечебного назначения.
Функциональная модель	<ul style="list-style-type: none"> • продвинутой ФЦ модели №7 со всеми необходимыми фитнес-юнитами. 	<ul style="list-style-type: none"> • не использованы открытые территории возле ФЦ для дальнейшего его развития
Принципы	<ul style="list-style-type: none"> • автономный принцип структурирует фитнес центр, делает его более заметным. 	<ul style="list-style-type: none"> • обособленность и автономность фитнес центра требует больше времени для входа и выхода.

25

Выводы:

- Удачное планировочное решение.
- Самодостаточная планировочная модель, имеющая тенденцию к дальнейшему развитию.
- Грамотное функциональное зонирование.
- Выгодное местоположение относительно других ФЦ.
- Расположение в рекреационной зоне.
- Вариативность спортивных занятий для всех возрастов.

ФЦ справляется со своей основной функцией. Имеет тенденции к дальнейшему развитию. Является завершенным и функционально самодостаточным.

Принцип	Автономный
Тип	Многофункциональный
Архитектурно-планировочные принципы	Блокированная схема
Объемно-пространственные признаки	Самостоятельная схема
Фитнес-модель	M7
Функциональные зоны	Игровые, силовые, бассейны, сервисные услуги.
Тенденции	Развитие фитнес-парка, фитнес-отеля, зоны виртуальной реальности.

26

Илл. 93

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга



Архитектурный анализ фитнес-центра

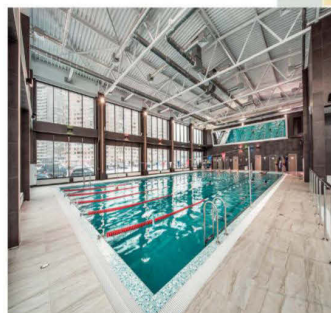
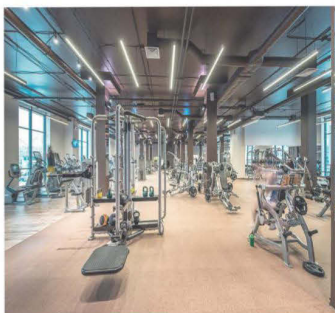
по адресу: Ул. Туристская, д.25

Выполнили:

- Борисова Алина
- Ельников Артем
- Корцева Дарья
- Лагуцева Алина
- Обчаров Никита
- Толстова Дарья

Общая информация

Адрес: Туристская ул., 25, Санкт-Петербург
 Архитекторы: архитектурная группа "АРКА"
 Год: 2013
 Площадь участка – 0,7 га
 Общая площадь – 4 842 м²
 Площадь застройки – 2 410 м²



Илл. 95

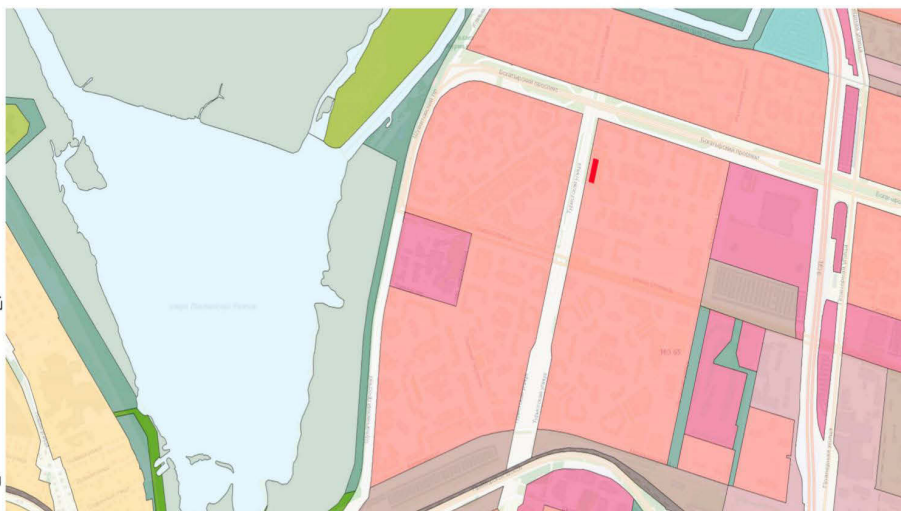
Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

4

Анализ муниципального образования Схема функционального зонирования территории близ рассматриваемого фитнес-центра:

Условные обозначени:

- зона среднеэтажной и многоэтажной жилой застройки
- общественно-деловая зона
- рекреационная зона
- зона инженерной и транспортной инфраструктур и объектов внешнего транспорта
- производственная зона
- зона застройки индивидуальными жилыми домами
- рассматриваемый фитнес-центр

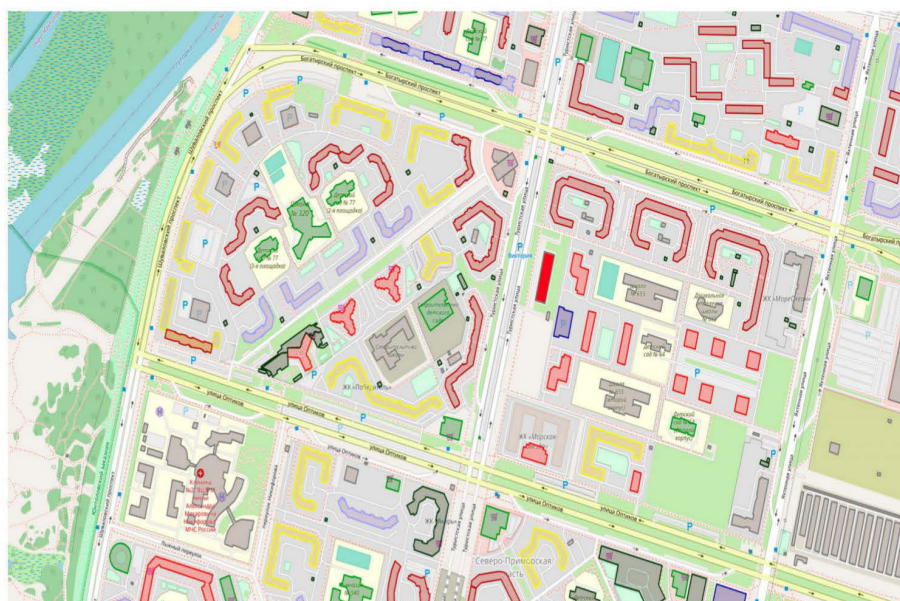


5

Анализ муниципального образования Высотность и тип застройки:

Условные обозначения:

- Жилые дома, 16-18 этажей
- Жилые дома, 20-27 этажей
- Здания детских садов и школ, 2-4 этажа
- Жилые дома с н/ж первым этажом, 14-19 этажей
- Жилые дома, 10-13 этажей
- Коммерческие организации на 1-х этажах жилых зданий
- Территории детских площадок и зон благоустройства
- рассматриваемый объект, фитнес-центр, 1-3 этажа



Илл. 97

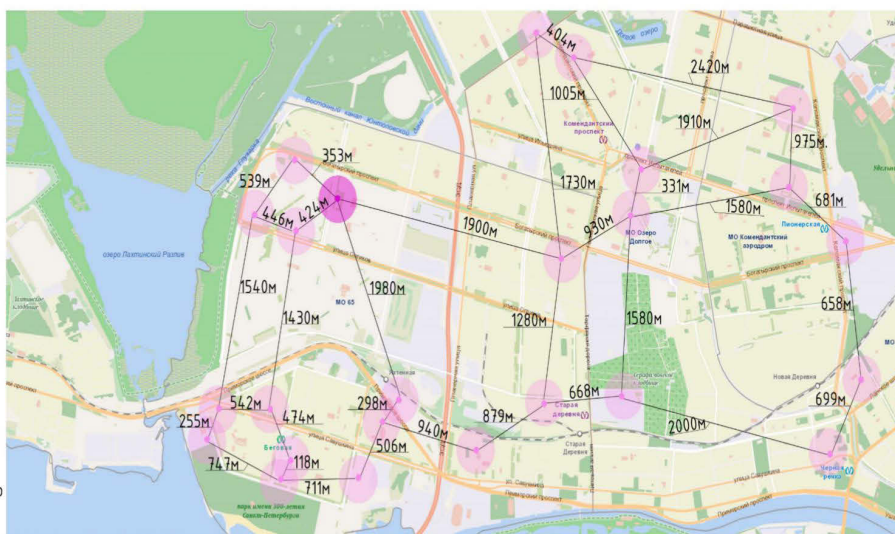
Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

8

Анализ муниципального образования Размещение близ лежащих спа-салонов с радиусом доступности и расстояниями между ними:

Условные обозначения:

- - рассматриваемый спа-салон, расположенный внутри изучаемого фитнес центра
- - спа-салоны в округе



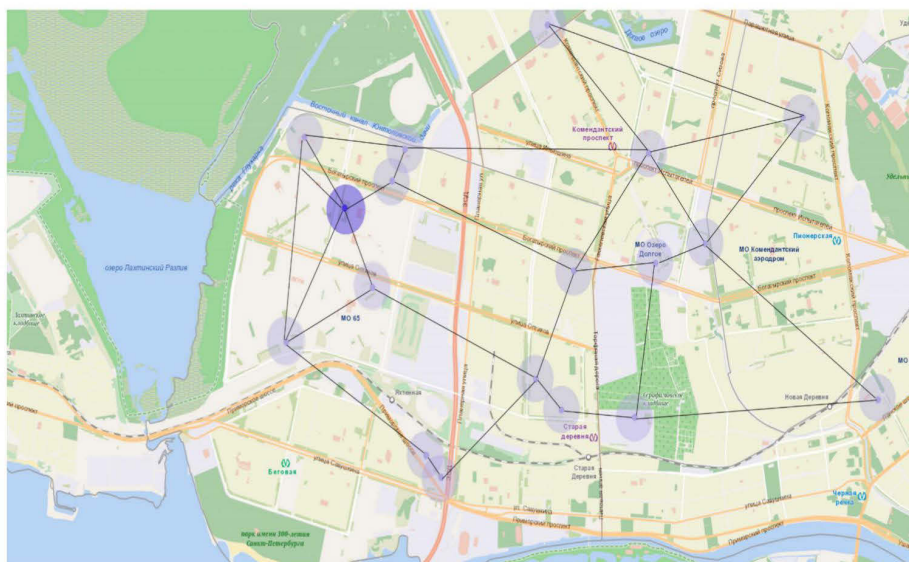
На выбранной территории вокруг анализируемого фитнес-центра располагается 24 спа-салона. Большая часть их находится в жилой зоне.

9

Анализ муниципального образования Размещение близ лежащих бассейнов с радиусом доступности:

Условные обозначения:

- - данный бассейн, находящийся внутри анализируемого фитнес-центра
- - бассейны в округе









На территории вокруг анализируемого фитнес-центра расположились 17 бассейнов. Треть из которых находится в зоне жилой застройки.

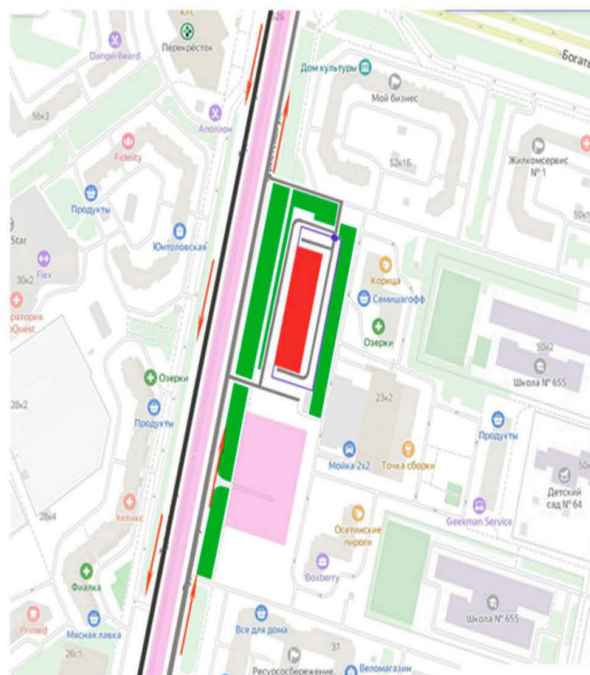
Илл. 98

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Анализ прилегающей территории

10

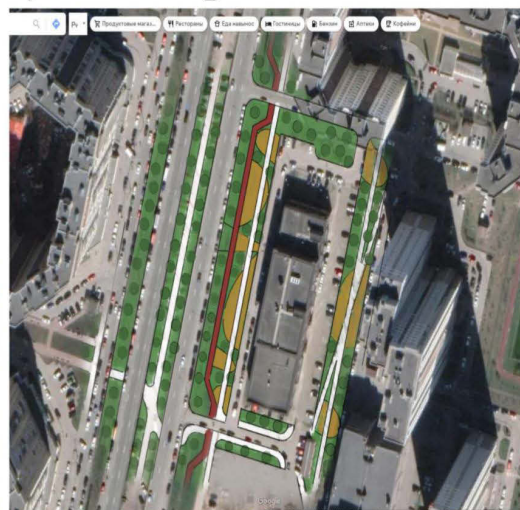
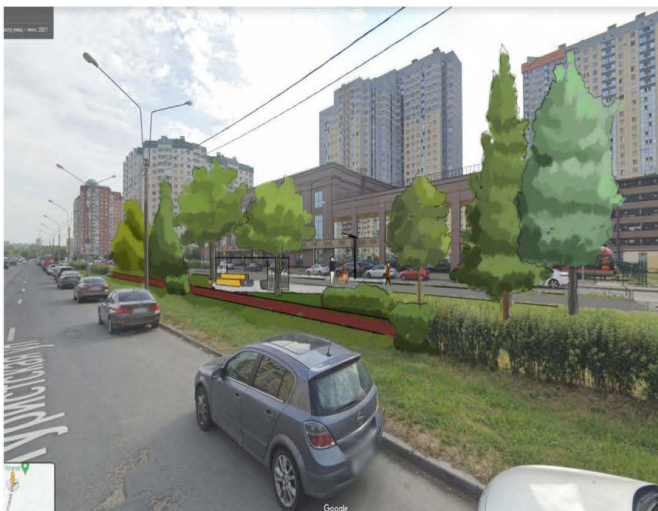
-  - наш объект
-  - озеленение
-  - ограждение со шлагбаумом
-  - зоны парковки
-  - проезжая часть и въезды на территорию
-  - встречная полоса движения








Предложения по благоустройству

11

- Приоритет пешеходам и велосипедистам
- Увеличение зелёных насаждений
- Перемещение парковки с центра улицы
- Оптимизация маршрутов



-  - Тротуар
-  - Зелёный каркас
-  - Общественные пространства (Парклеты, велопарк.)
-  - Велодорожка
-  - Парковка

Илл. 99

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Предложение по благоустройству

12



Бульвар в центре улицы

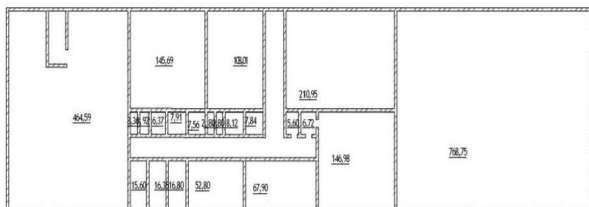
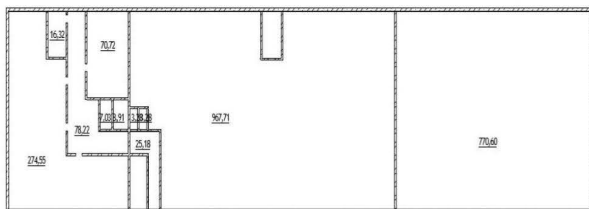
- + Добавляет озеленение
- + Приоритет пешеходам
- + Благоприятно влияет на визуальный облик улицы

1. «Народная тропа» сигнализирует о необходимости организации пешеходной дороги
2. Тропуар ведущий в никуда
3. Парковка «в поле». Необходимо организовать парковочное место



Анализ фитнес центра. Площади, состав помещений

14



Помещения 1-го этажа:

- Вестибюль
- Кабинет администрации и ресепшн
- Кафе
- Служебные помещения
- Раздевалки
- С/У
- Душевые
- Тех. помещения для бассейна
- Бассейн
- Солярий
- Спа салон

Помещения 2-го этажа:

- Зал аэробики
- Зал силовых нагрузок и кардио-тренировок
- Зал для занятий йогой
- С/У

Помещения 3-го этажа:

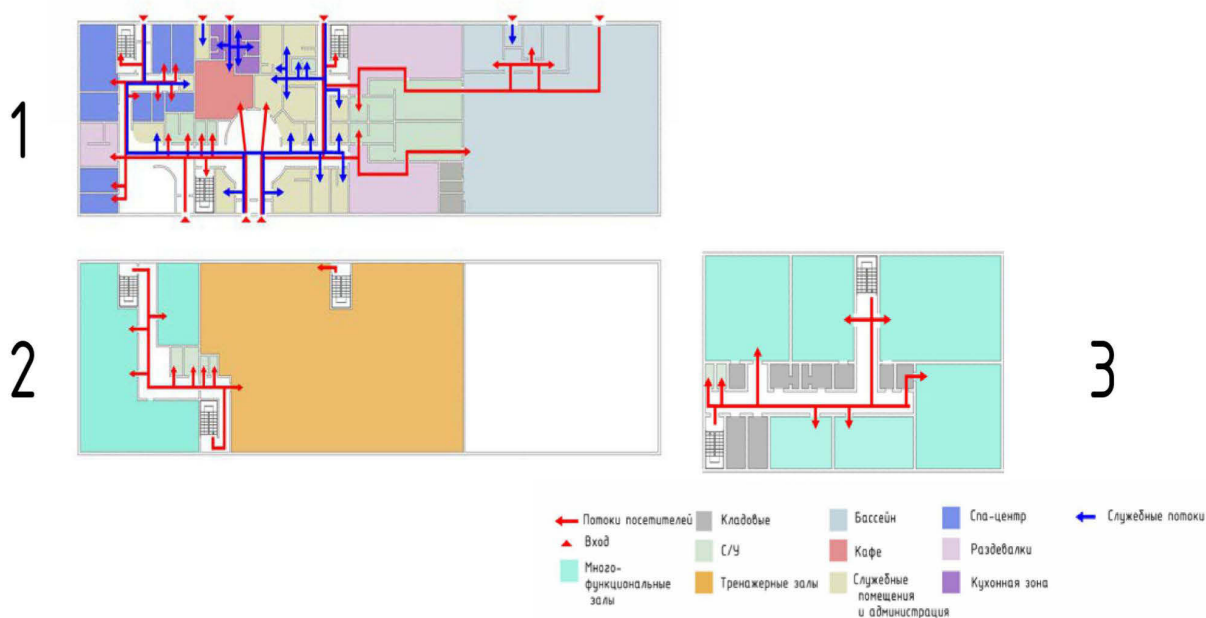
- Зал с настольным теннисом
- 4 многофункциональных зала
- Технические помещения
- Зал пилатеса
- С/У

Илл. 100

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Анализ планировочного решения

15



Определение функциональной модели

16

Основные функциональные зоны

Фитнес юниты:

- Силовые тренажеры + кардио тренажеры
- Бассейн
- Многофункциональные залы
- Залы аэробики

Вспомогательные функциональные зоны

Сервисные услуги:

- Кафе
- СПА салон
- Салон красоты
- Массажный кабинет
- Детский клуб – детская йога, кроссфит, развивающие классы (с использованием полос препятствий), фитнес-аэробика, обучение плаванию, единоборства

Инженерные помещения:

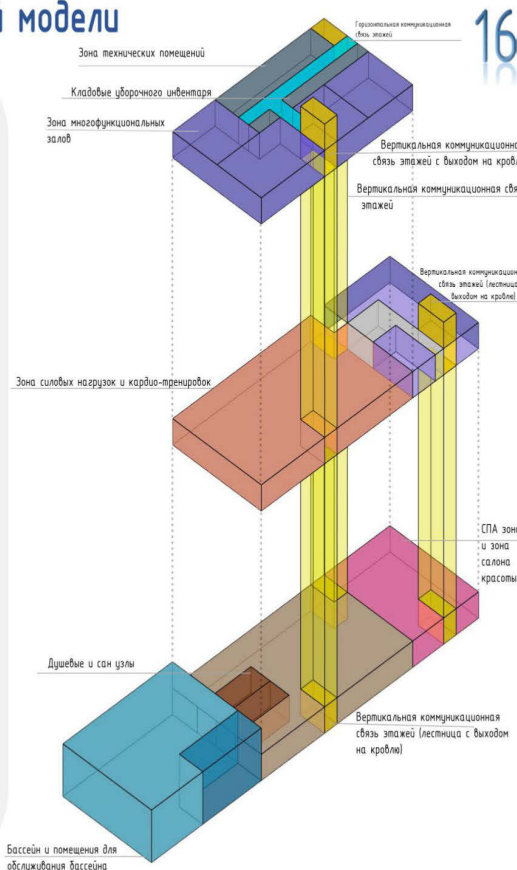
- Помещения водоподготовки бассейна
- Вент. камеры

Служебные помещения:

- Пом. администрации
- Раздевалки персонала
- Кладовые уб. инвентаря

Помещения посетителей:

- Раздевалки
- Сан узлы
- Душевые



Илл. 101

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

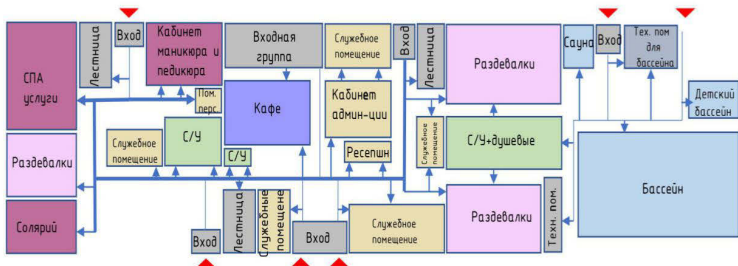
Определение функциональной модели

17

1

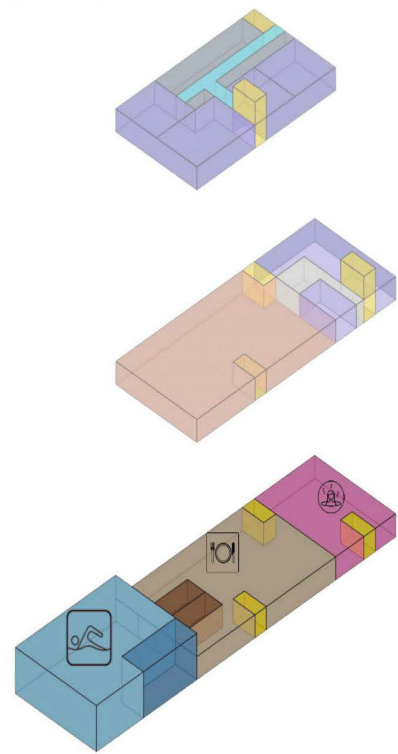


Функционально-планировочная структура 1 этажа



Условные обозначения:

- Коммуникация
- Раздевалки
- Службные помещения
- Бассейн
- Сантехнические помещения
- ▲ Основные входы
- SPA услуги



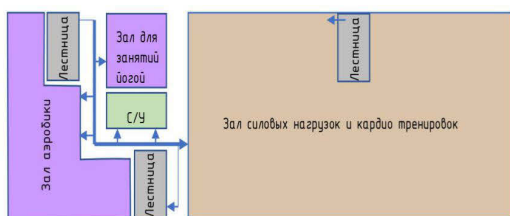
Определение функциональной модели

18

2

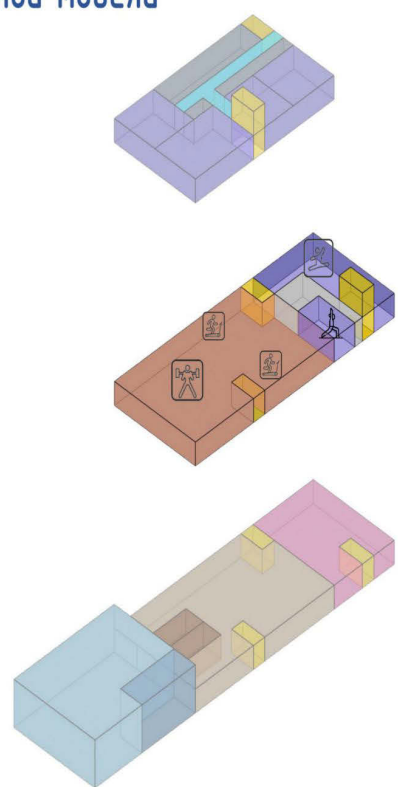


Функционально-планировочная структура 2 этажа



Условные обозначения

- Многофункциональные залы
- Сантехнические помещения
- Зал силовых тренажеров и кардио тренажеров
- Коммуникация



Илл. 102

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Определение функциональной модели

19

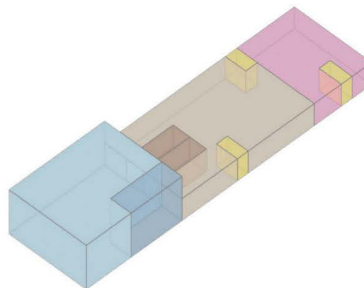
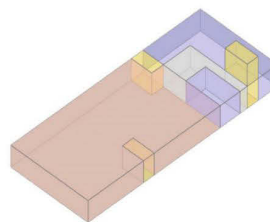
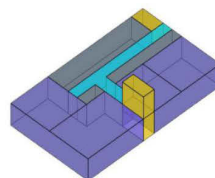


3
Функционально-планировочная структура 3 этажа



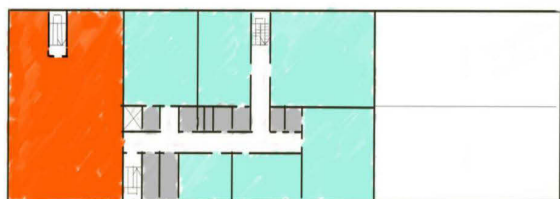
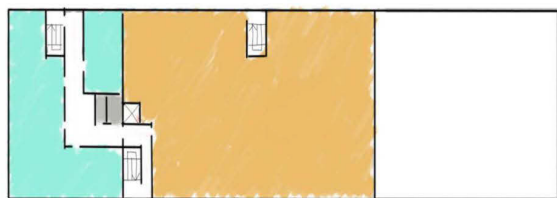
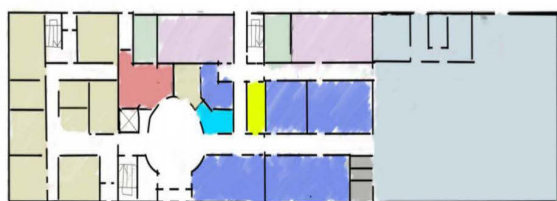
Условные обозначения

- Многофункциональные залы
- Коммуникация
- Сантехнические помещения
- Технические помещения



Предложение по изменениям функциональной схемы

20



- Спа зону сделать рядом с бассейном
- Добавить магазин со спортивным питанием
- Изменить расположение душевых
- Добавить медицинский кабинет
- Использовать кровлю как террасу
- Создать необходимые условия для МГН

- Административные/служебные помещения
- Бассейн
- Раздевалка
- Душ
- СПА
- Медицинский кабинет
- Буфет спортивного питания
- Кафе
- Тренажерный зал
- Многофункциональные залы
- Кладовые
- Кровля-терраса

Илл. 103

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выделение фитнес юнитов и структурных элементов в составе действующих функциональных зон:

21



Общая площадь:

Бассейна - 623 кв.м
Помещений всех сервисных услуг - 319,2 кв.м
Зоны силовых тренажеров - 621,9 кв.м
Зоны кардио-тренажеров - 204,2 кв.м
Многофункциональных залов - 525,8 кв.м
Зала общей физподготовки, игр с мячом - 213,5 кв.м

Функциональные зоны	Тренажерные залы	Бассейны	Зал групповых занятий	Зал игровых занятий		
Фитнес программы	Силовые тренажеры	Бег, ходьба	Тренировки Обучение Развитие Оздоровление	Активные, пассивные Универсальные многофункциональные залы		
Фитнес юниты (кол-во)	1 шт.	2 шт.	5 шт.	2 шт.	1 шт.	0 шт.
Сервисная зона	Кафе	Банный комплекс	СПА-комплекс	Медицинские услуги	Турецкая баня	Русская парная
Инженерная зона	Кафе	Банный комплекс	СПА-комплекс	Медицинские услуги	Турецкая баня	Русская парная
Фитнес модель	M1	M2	M3	M4	M5	M6
	M5	M6	M7	M . Инд.		

Фитнес юниты:

- Бассейн
- Кардио тренажеры
- Силовые тренажеры
- Многофункциональный зал
- Универсальный спортивный зал
- Зал танцев
- 2 зала аэробики
- Зал йоги
- Зал индивидуальных занятий
- Зал общей физподготовки и игр с мячом

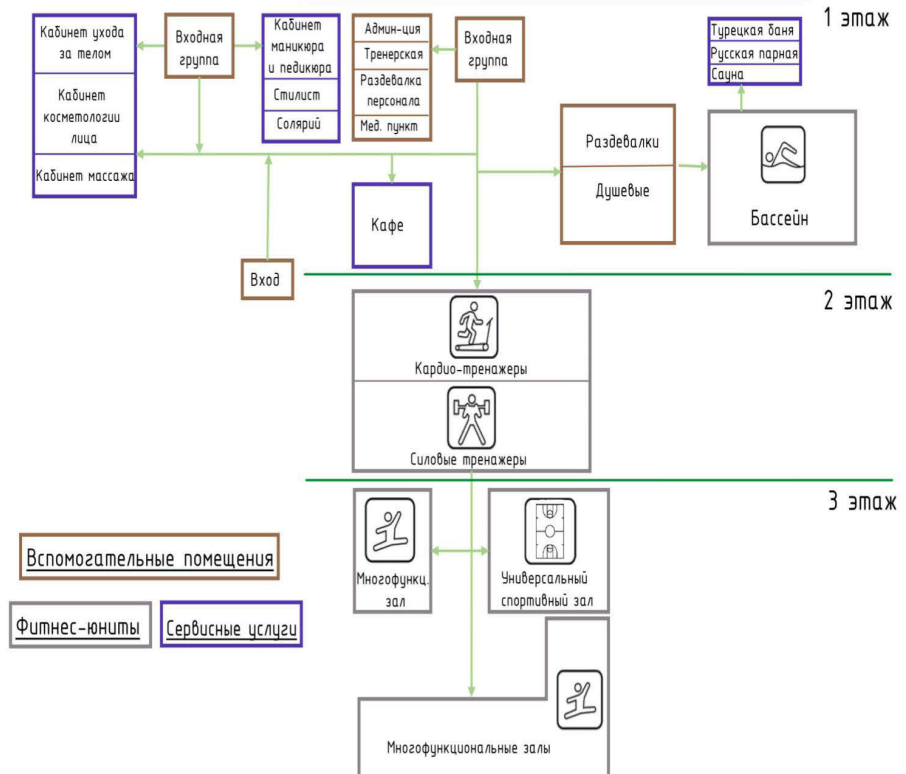
Сервисные услуги:

- Кафе
- Банный комплекс
- СПА-комплекс
- Медицинские услуги

Определение архитектурно-планировочной модели существующей планировочной системы

22

Функционально-планировочная структура:



Вспомогательные помещения

Фитнес-юниты

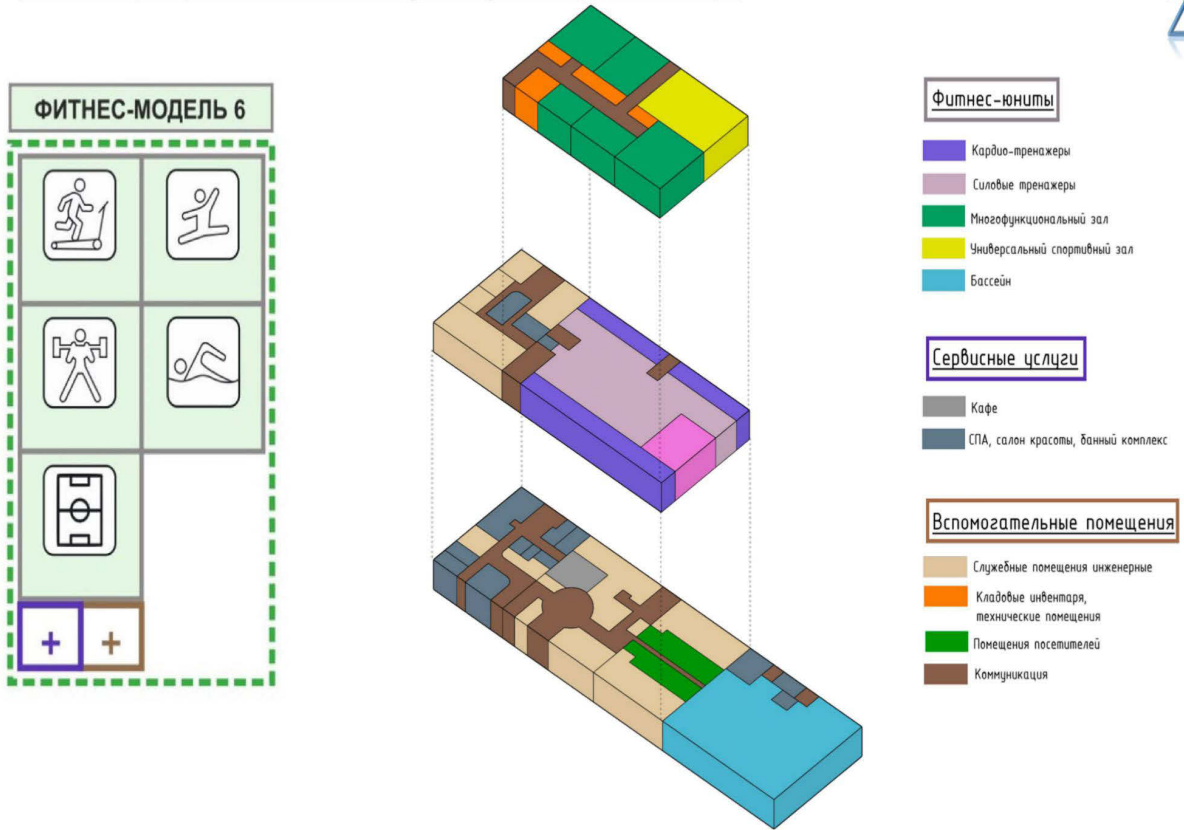
Сервисные услуги

Илл. 104

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Объемно-пространственная схема существующего фитнес центра

23



Предложение по фитнес-юнитам №1

Общая площадь:
 Бассейна – 623 кв.м
 Зоны силовых тренажеров – 723,9 кв.м
 Помещений всех сервисных услуг – 319,2 кв.м
 Зоны кардио-тренажеров – 204,2 кв.м
 Многофункциональных залов – 525,8 кв.м
 Зала общей физподготовки, игр с мячом – 213,5 кв.м

24

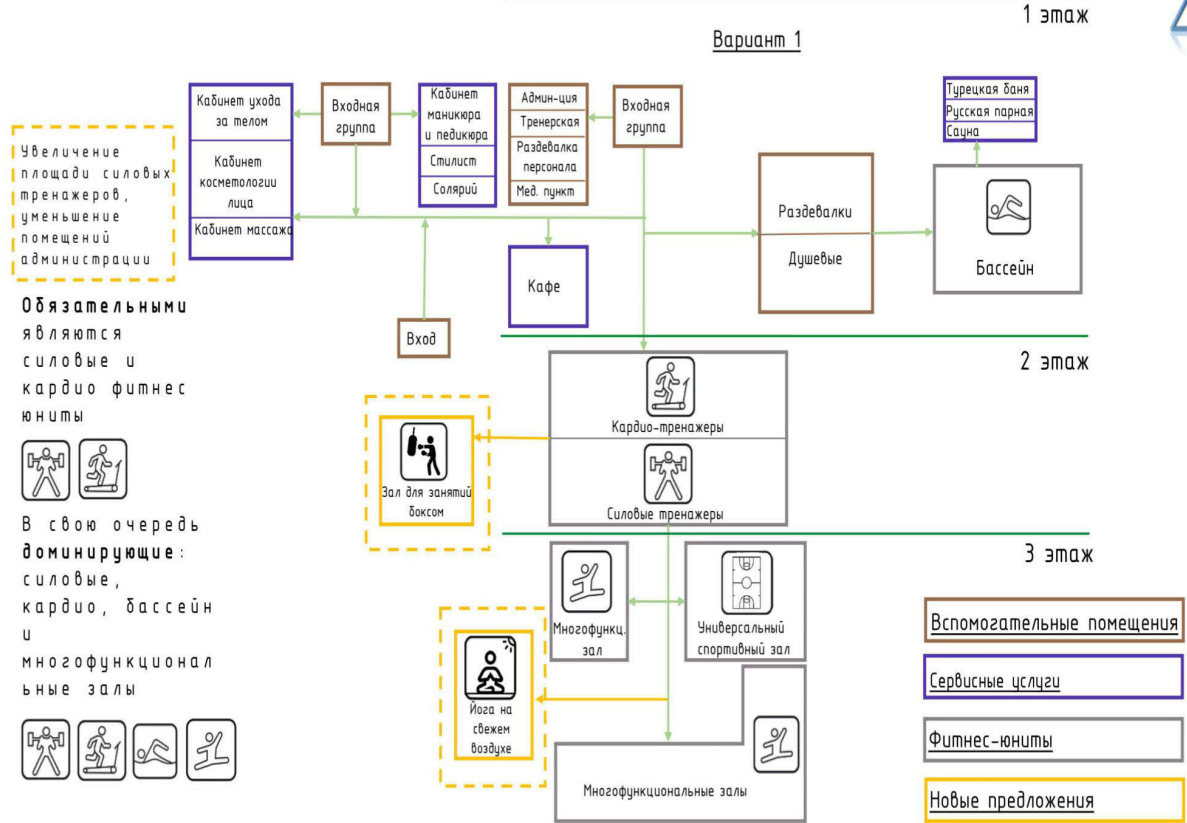


Функциональные зоны	Тренажерные залы	Бассейны	Зал групповых занятий	Зал игровых занятий
Фитнес программы	Силовые тренажеры	Бег, ходьба	Тренировки Обучение Развитие Оздоровление	Активные, пассивные Универсальные многофункциональные залы
Фитнес юниты (кол-во)	1 шт.	2 шт.	5+1+1шт.	2 шт. 1 шт. 0 шт.
Сервисная зона	☕	🧘	✂️	🛒
Инженерная зона	👕	🚿	🏃	🏠
Фитнес модель	M1	M2	M3	M4
	M5	M6	M7	M. Инд.

Илл. 105

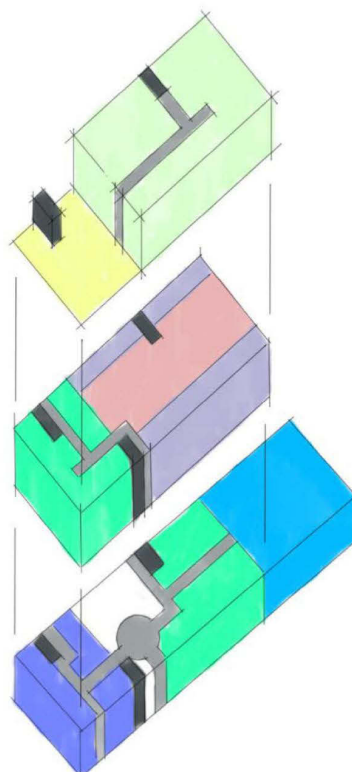
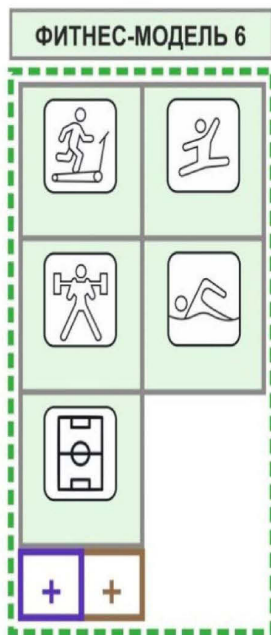
Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Определение архитектурно-планировочной модели:



Предложение по новым фитнес-юнитам

Объёмно-планировочная схема



Фитнес юниты:

- Многофункциональные залы
- Площадка на открытом воздухе
- Силовые упражнения
- Кардио-тренажеры
- Бассейн
- Спа

Вспомогательные юниты:

- Помещения для посетителей
- Служебные помещения
- Коридоры
- Лестничные клетки

Предложение по фитнес-юнитам №2

27

Общая площадь:

Бассейна - 623 кв.м
Зоны силовых тренажеров - 723.9 кв.м
Помещений всех сервисных услуг - 319.2 кв.м
Зоны кардио-тренажеров - 204.2 кв.м

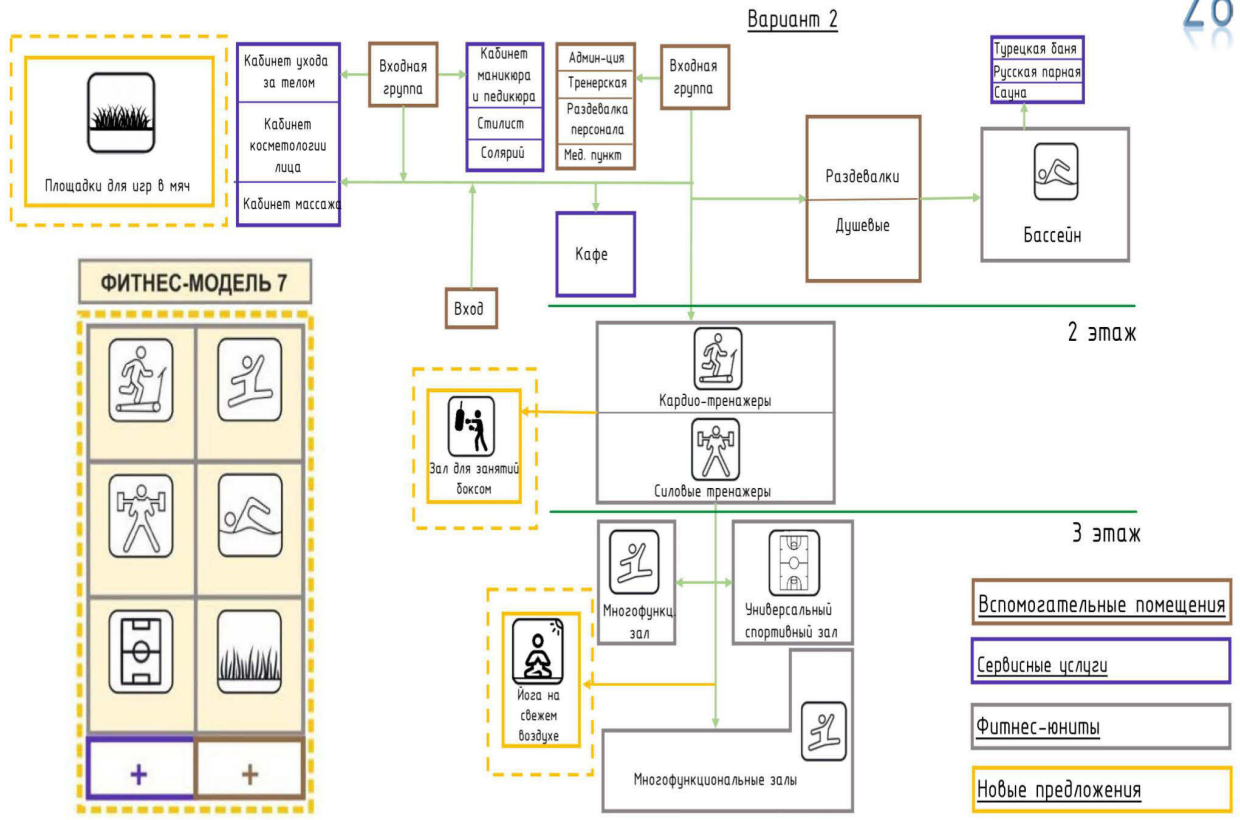
Йога на свежем воздухе
Уличная площадка для игр в мяч
Многофункциональных залов - 525.8 кв.м
Зала общей физподготовки, игр с мячом - 213.5 кв.м



Функциональные зоны	Тренажерные залы	Бассейны	Зал групповых занятий	Зал игровых занятий
Фитнес программы	Силовые тренажеры	Бег, ходьба	Тренировки Обучение Развитие	Активные, пассивные Универсальные многофункциональные залы
Фитнес юниты (кол-во)	1 шт.	2 шт.	5+1+1шт.	2 шт. 1 шт. 1 шт.
Сервисная зона	Кафе	Туалеты	Стиральная машина	Салон красоты
Инженерная зона	Вешалки	Душевые	Лифты	Входные группы
Фитнес модель	M1	M2	M3	M4
	M5	M6	M7	M. Инд.

Определение архитектурно-планировочной модели:

28



Илл. 107

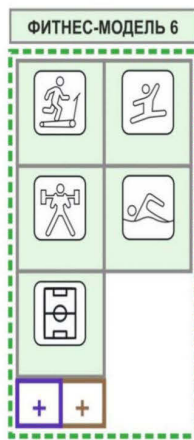
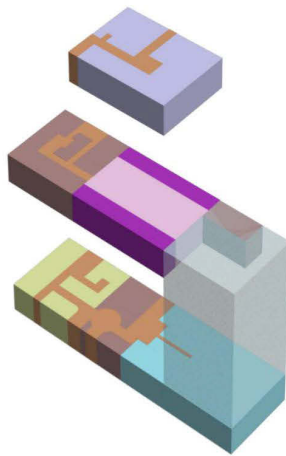
Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Принципы архитектурно-планировочной организации архитектурных объектов

29

Выявление основного принципа.

Принцип АВТОНОМНОСТИ



Принципы архитектурно-планировочной организации архитектурных объектов

30

Предположение по использованию иных принципов

Принцип автономности + принцип трансформации + принцип мобильности



Илл. 108

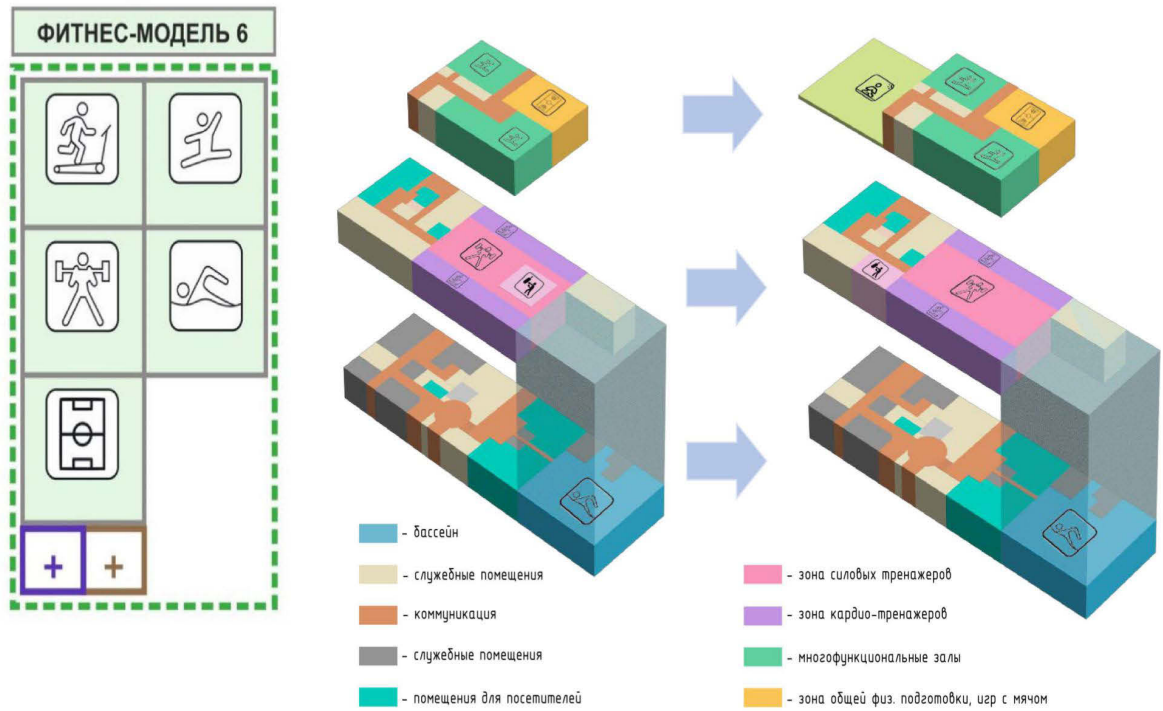
Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Принципы архитектурно-планировочной организации архитектурных объектов

Предположение по использованию иных принципов

Принцип автономности + принцип трансформации + принцип мобильности

31



Принципы архитектурно-планировочной организации архитектурных объектов

Предположение по использованию иных принципов

Принцип автономности + принцип мобильности + принцип трансформации

32



Илл. 109

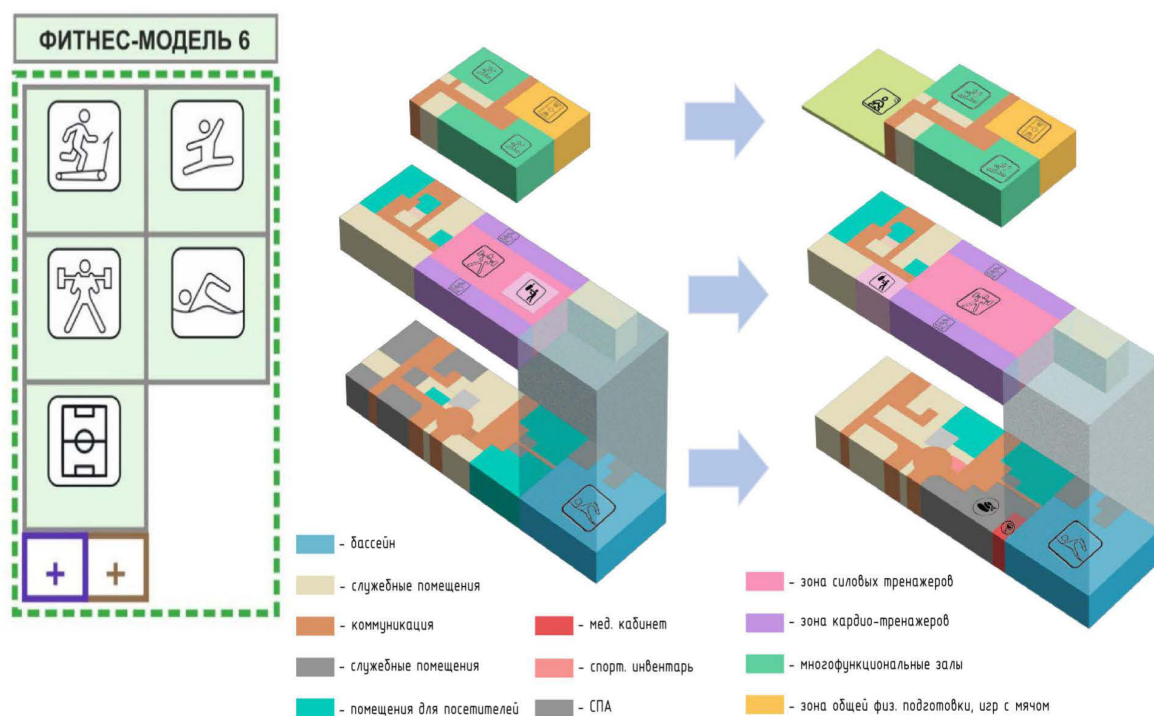
Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Принципы архитектурно-планировочной организации архитектурных объектов

Предположение по использованию иных принципов

Принцип автономности + принцип мобильности + принцип трансформации

33



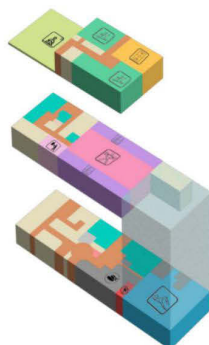
Общие выводы:

Проведенная работа позволяет заключить следующее:

- Анализируемый фитнес центр обособлен, является автономным объектом. Пешая доступность и изолированность, а в добавок удачное расположение благоприятно сказываются на поток и комфорт посетителей.
- Приоритетными зонами являются фитнес залы, бассейн и СПА-центр. Второстепенные зоны: кафетерий, служебные помещения, кладовые. Большинство помещений отведены на основные функции фитнес-центра, и можно сделать вывод что свою основную функцию объект выполняет максимально. Соотношение основных функциональных зон к вспомогательным приблизительно 70% к 30%.
- Основной принцип архитектурно-планировочной организации объекта – принцип автономности: фитнес центр расположен на собственной территории, является самостоятельным, обособленным объектом, блокированная схема, фитнес-модель – М6
- Приоритетная возможная модель: с учетом предложенных вариантов перераспределения фитнес-юнитов модель 7, приближенно-идеальная модель фитнес-центра

34

Результат анализа



Илл. 110

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Сильные и слабые стороны анализируемого фитнес - центра

35

Достоинства :

- Расположение относительно объектов-конкурентов
- Расположение в зоне современной застройки – как следствие большее внимание и большая привлекенность посетителей (карта возраста зданий)
- Удобные заезды , парковки и разворотные площадки как для персонала, так и для посетителей
- Пешая доступность к общественному транспорту
- Многообразие фитнес – юнитов
- Наличие сервисных услуг (СПА, парикмахерская, маникюрный салон, солярий, комната массажа) как дополнительное привлечение посетителей
- Отсутствие пересечений потоков посетителей и персонала
- Наличие помимо основного бассейна – бассейна детского
- Возможно дальнейшее развитие и улучшение объекта

Недостатки :

- Парковки между проезжими частями
- Благоустройство территории
- Расположение кабинета врача
- Отсутствие удобств для МГН
- Расположение боксерского ринга посреди зоны силовых тренажеров

Анализ фитнес-центра

Карта объекта

36

 <p>Фитнес-центр «GW Fitness», по адресу: ул. Туристская</p> 	ГРАДОСТРОИТЕЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ	ВЫГОДНАЯ, ИЗОЛИРОВАННАЯ
	ТРАНСПОРТНАЯ ДОСТУПНОСТЬ	ПЕШАЯ
	ПРИНЦИП	АВТОНОМНЫЙ
	ТИП	МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ
	АРХИТЕКТУРНО - ПЛАНИРОВОЧНЫЕ ПРИЗНАКИ	БЛОКИРОВАННАЯ СХЕМА 
	ОБЪЕМНО - ПРОСТРАНСТВЕННЫЕ ПРИЗНАКИ	САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ СХЕМА 
	ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ	М6

Илл. 111

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга










Анализ градостроительной ситуации.

Адрес участка: Барочная ул., 10к2Б

Белостоцкая София (вопрос 2);
 Греков Александр (вопрос 2);
 Хромова Алиса (вопрос 1, п. 1-2);
 Сороковикова Валерия (вопрос 1, п. 3-4);
 Лебедева Яна (вопрос 3, презентация);
 Кудрявцева Анастасия (вопрос 3, презентация).

Схема функционального зонирования

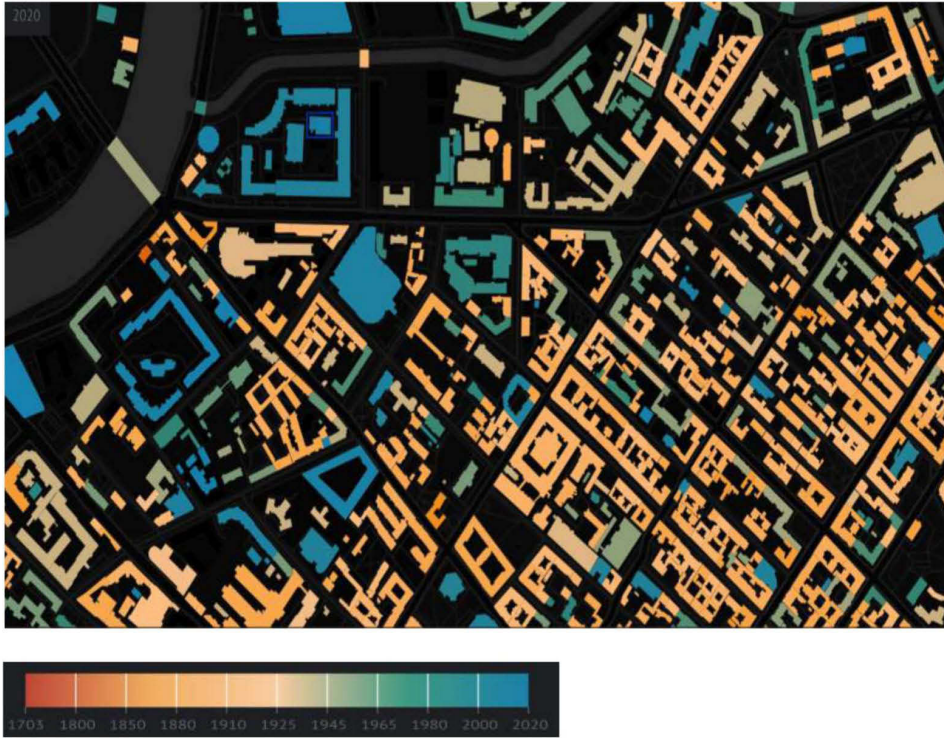


- | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  -Жилая зона |  -Рекреационная зона (P2) |  -Зона инженерной и транспортной инфраструктуры и объектов внешнего транспорта (И) |
|  -Общественно-деловая зона |  -Рекреационная зона (P5) |  -Зона инженерной и транспортной инфраструктуры и объектов внешнего транспорта (У) |
|  -Производственная зона |  -Рекреационная зона (P0) |  |

Илл. 112

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Схема застройки по возрасту зданий



3

Схема высотности застройки

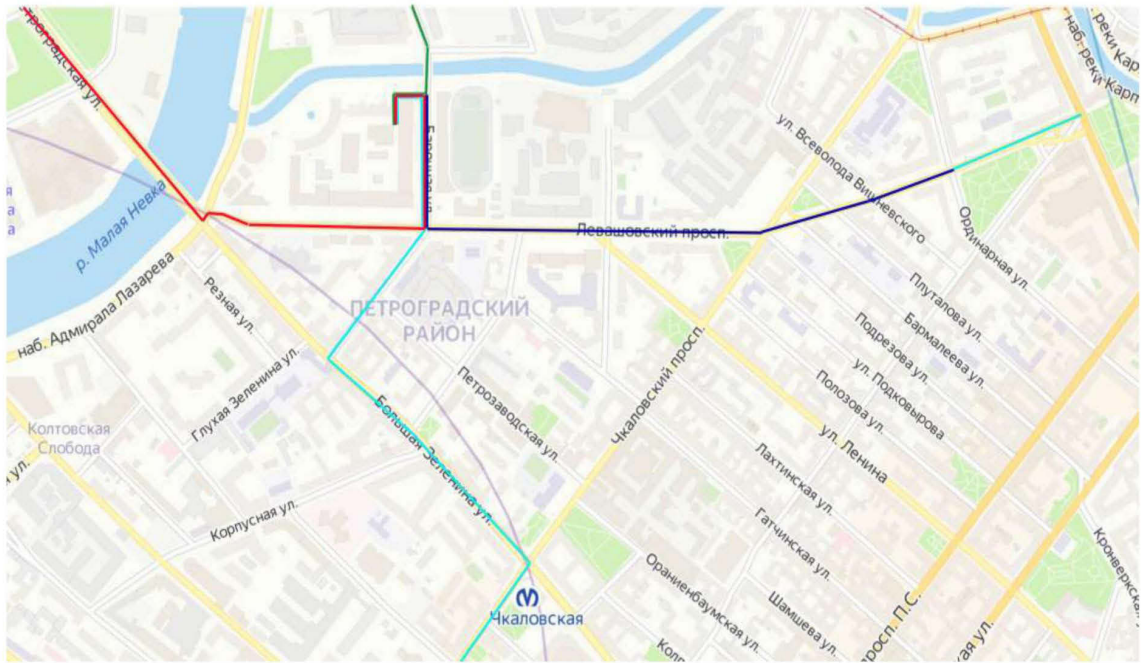


4

Илл. 113

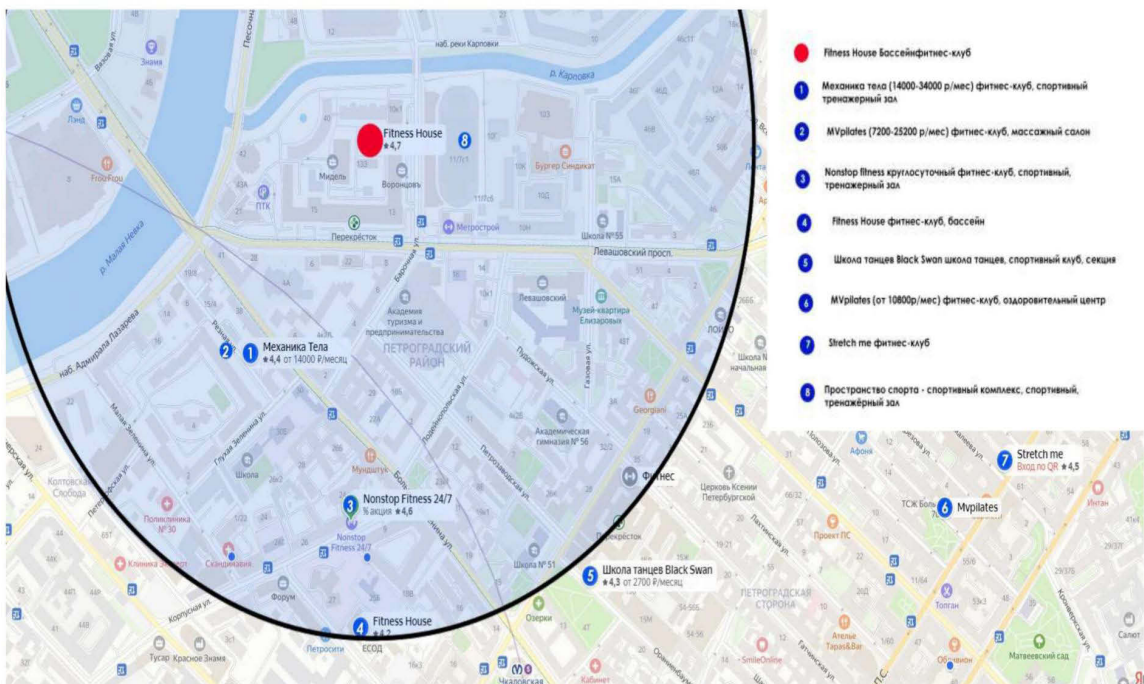
Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Основные транспортные направления



5

Аналогичные объекты

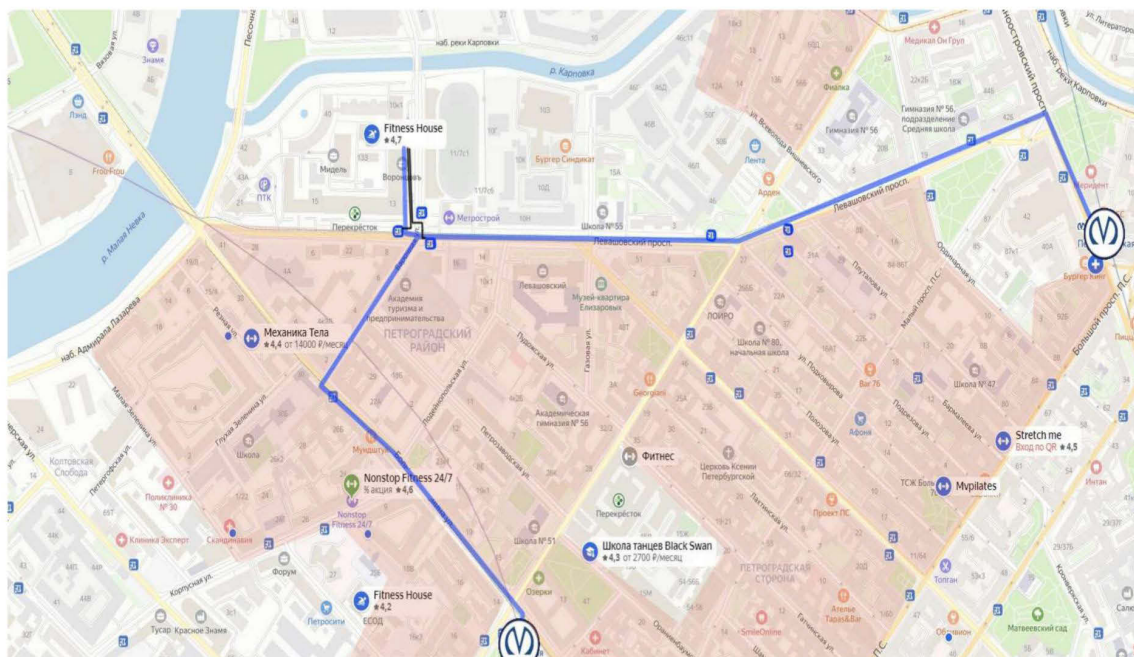


6

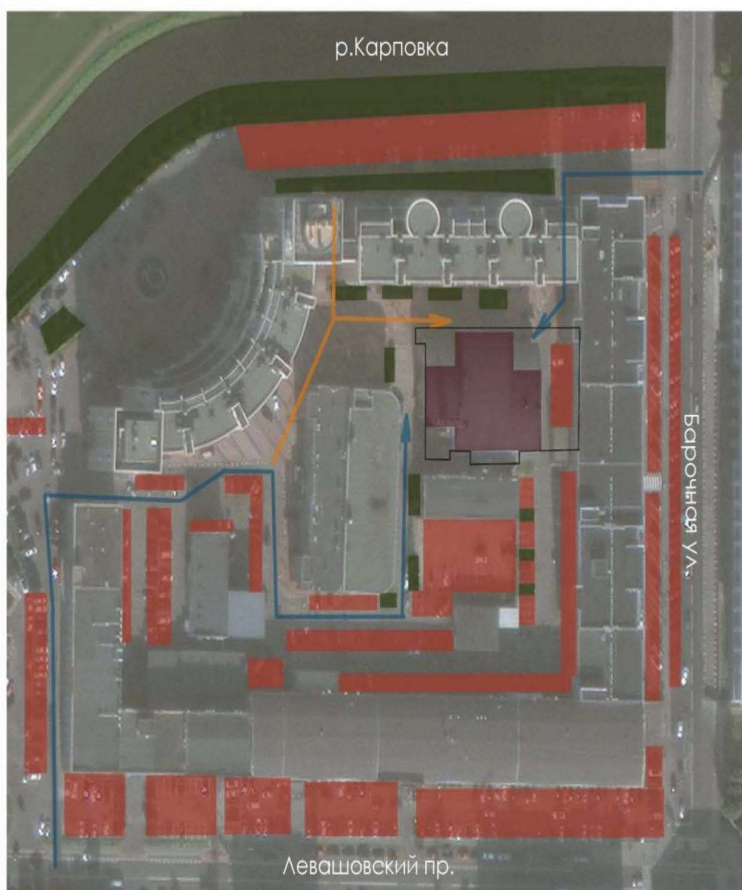
Илл. 114

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Пешеходные пути от остановок транспорта



7



Прилегающая территория

- Границы участка
- Спортивный комплекс
- Проезды к территории комплекса
- Пеший проход
- Парковки
- Озеленение

8

Илл. 115

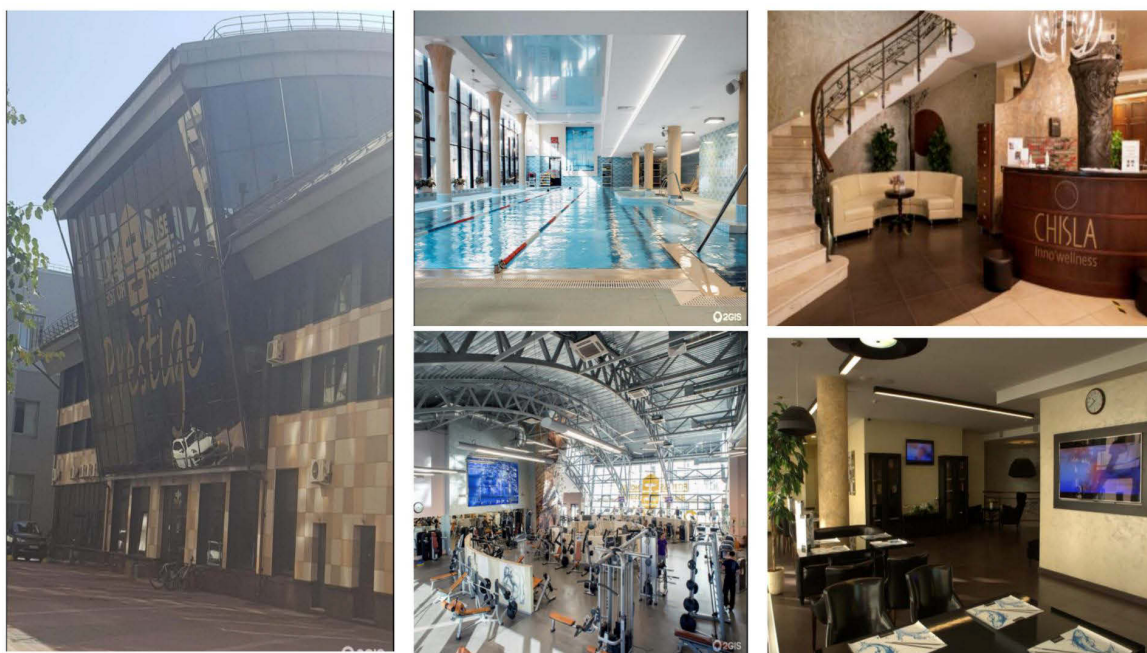
Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выводы:

- Рядом (примерно в четырёхстах метрах) располагаются ещё два фитнес-клуба, что является удобным с точки зрения расположения нескольких спортивных комплексов в одном месте, но также создаёт конкуренцию;
- Так как объект находится во дворе другой постройки, то попасть к нему можно лишь через одну улицу, и из-за соседних зданий его просто не видно с проспекта, что, вероятно, может уменьшать его посещаемость;
- С точки зрения микрорайона, в котором располагается объект, у фитнес-центра удобная пешая и транспортная доступность, так как он находится на пересечении четырёх дорог, окружён большим количеством парковок, что позволяет без проблем разместить автомобиль даже в загруженный день;
- От фитнес-центра до метро четырнадцать минут пешком, также можно доехать на общественном транспорте прямо до остановки около него, что делает его местоположение доступным;
- Благоустройство практически отсутствует, что делает среду серой, невзрачной;
- Объект располагается во дворе, что даёт возможность обустроить среду.

10

Фитнес-центр «Fitness House Prestige»



2

Илл. 116

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Схема функционального зонирования



390 м ²	Зона бассейна	144 м ²	Зона складрома
111 м ²	СПА-зона	92 м ²	Зона душевых
164 м ²	Зона кафе	195 м ²	Зона раздевалок
70 м ²	Детская зона	1100 м ²	Тренажерная зона

3

Основные функциональные зоны



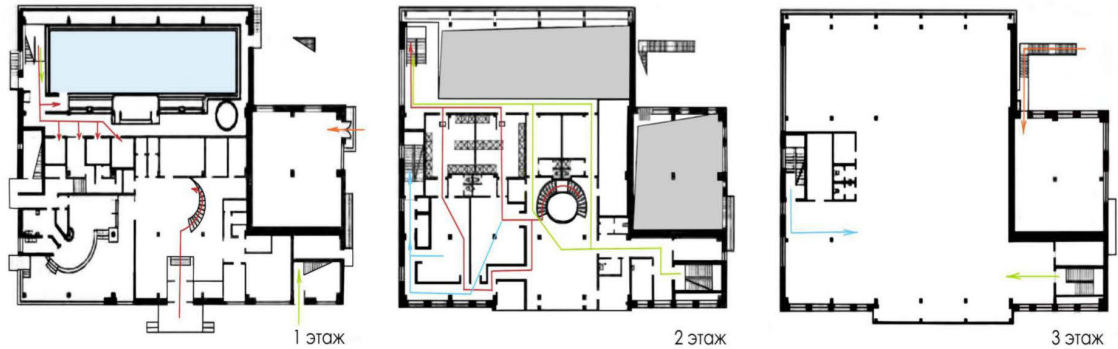
	-Бассейн		-Неспортивные услуги
	-Многофункциональные залы		- Служебные помещения

4

Илл. 117

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

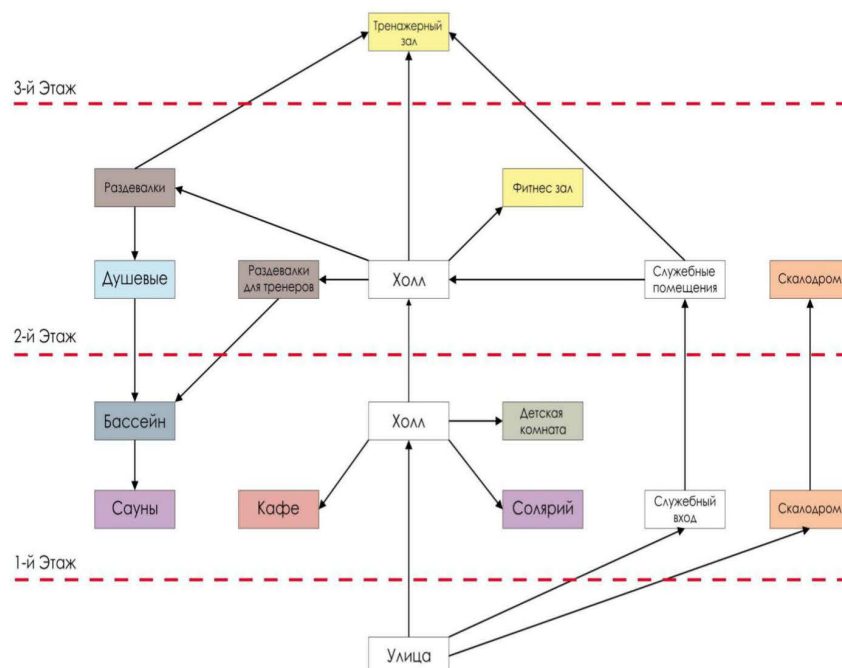
Схема основных потоков посетителей и персонала



- Путь посетителя от входа до бассейна
- Путь посетителя от раздевалки до тренажерного зала
- Путь к скалодрому
- Путь персонала до бассейна и тренажерного зала

5

Схема основных технологических связей

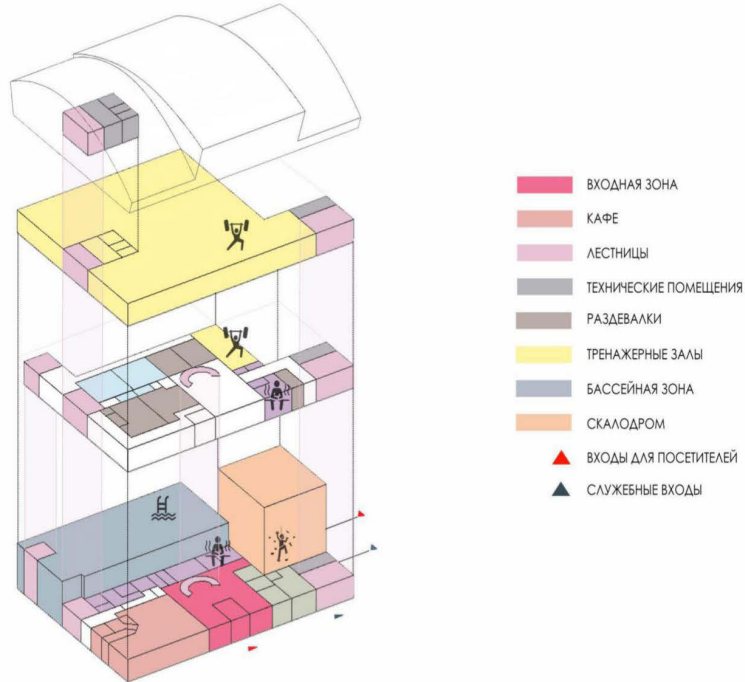


6

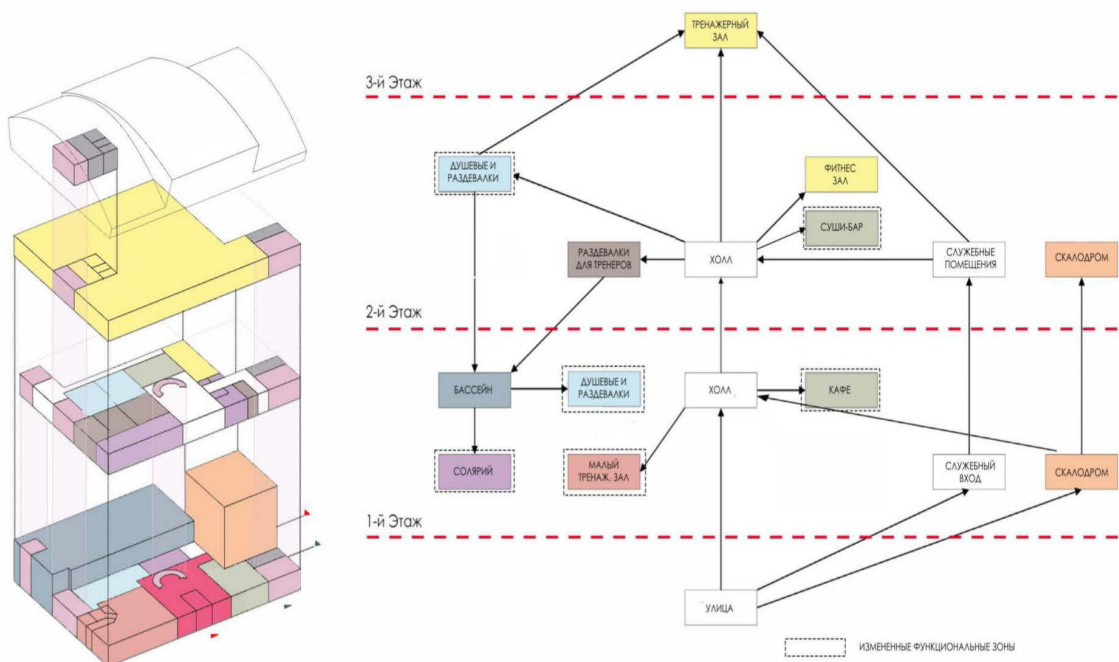
Илл. 118

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Объёмно-пространственная функциональная схема



Предложение по изменению функциональной схемы



Илл. 119

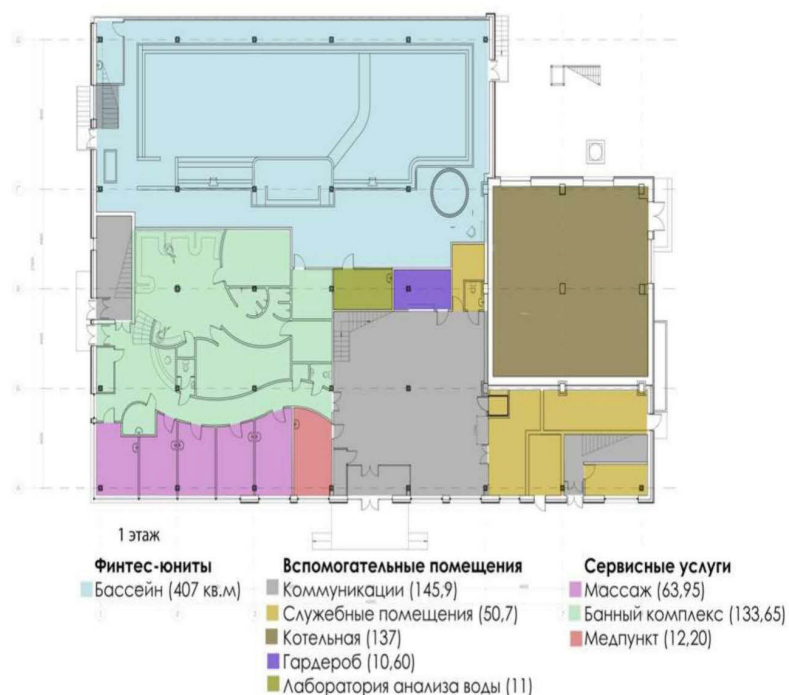
Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Выводы:

- Приоритетной зоной является тренажёрная, т к занимает основной объем здания.
- Пути посетителей и обслуживающего персонала практически не совпадают, за исключением второго этаж.
- СПА зона располагается рядом с бассейном, что гарантирует комфортное посещение.
- Кафе располагается возле входа, что делает его удобным для посещения.
- Входные зоны для персонала и посетителей разделены.
- Раздевалка находится на 2 этаже и является связующим звеном между бассейном (1 этаж) и тренажёрным залом(3 этаж)
- Размещение раздевалок и душевых некомфортное, т к для перехода в Тренажерный зал и бассейн необходимо подняться по лестнице, что не так комфортно и может привести к травмам
- Фитнесс-центр универсальный, т к в нем есть тренажерные залы, бассейны и многофункциональные залы.
- Вертикальные коммункации
- Кафе можно перенести в другую зону на 1 этаже, а на его месте сделать еще один тренажерный зал.
- Создать связь между скалодромом и основной частью здания

9

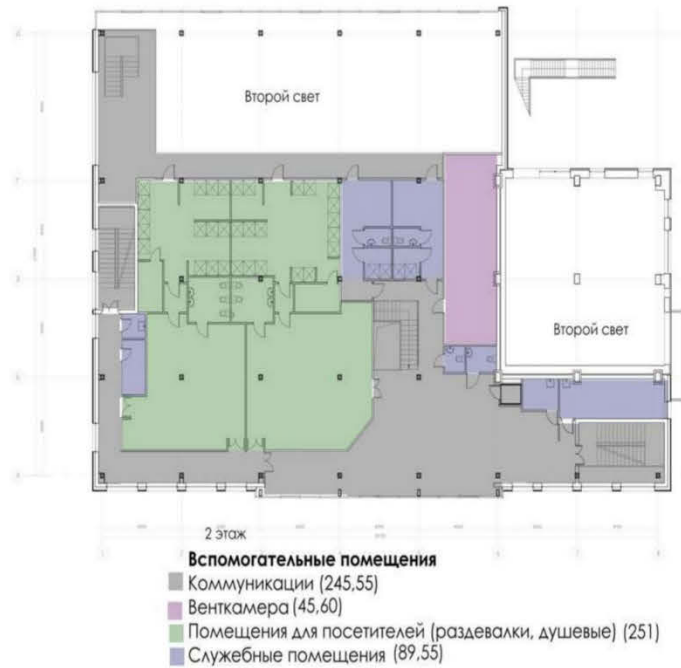
Фитнес-юниты



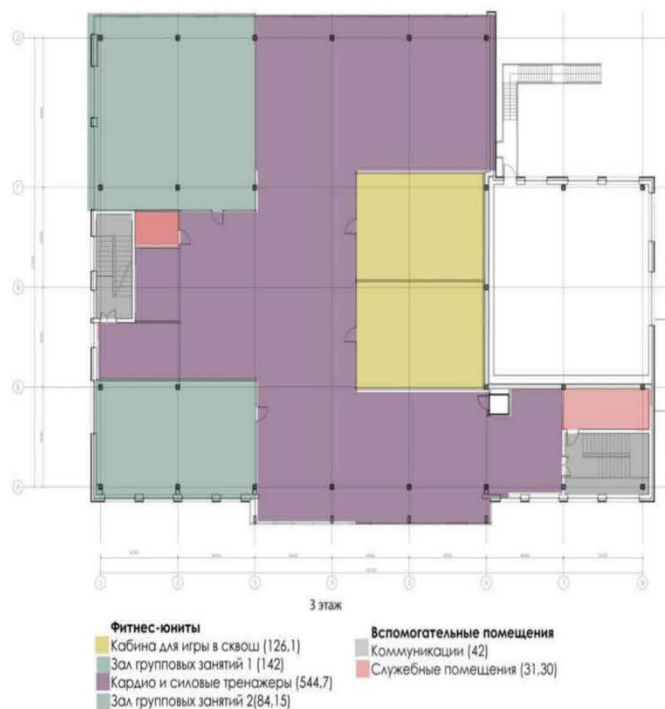
Илл. 120

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Фитнес-юниты



Фитнес-юниты



Илл. 121

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

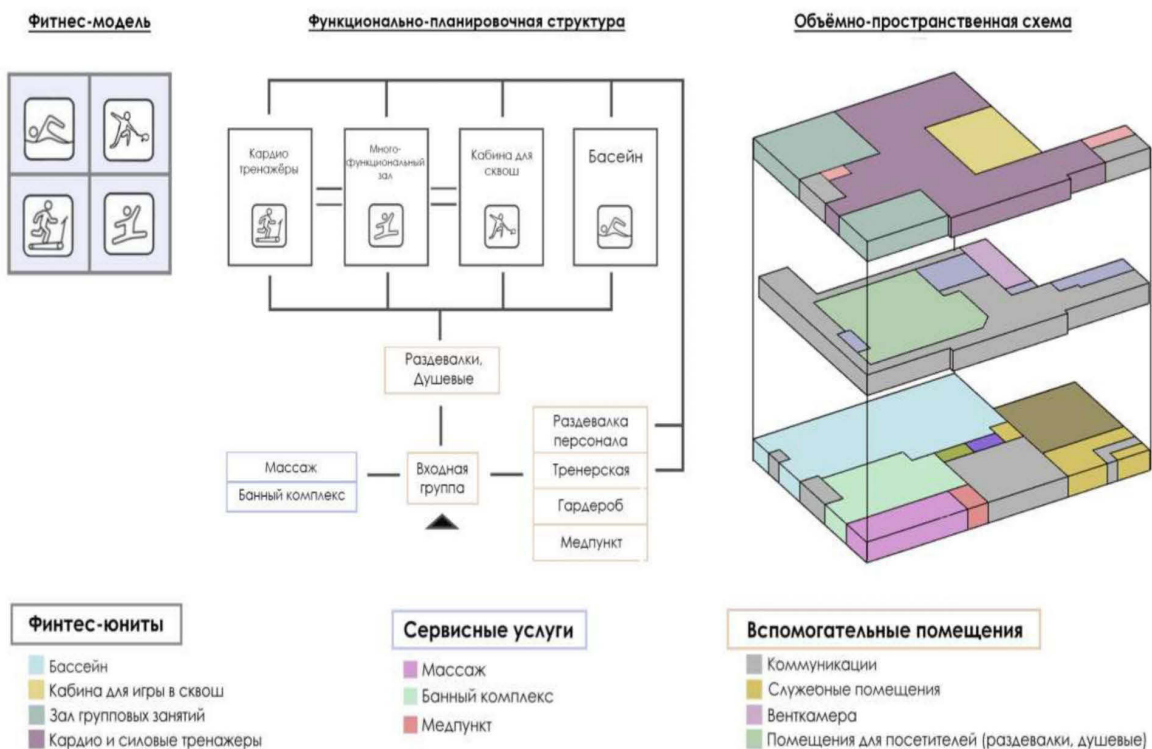
	Существующие услуги:	Предложения:
Силовые тренажеры	Тренажеры	
Кардио тренажеры	Spinning Тренажеры	
Многофункциональный зал	Йога Аэробика Cross Fitness Танцы Силовые тренировки Гимнастика Растяжка Координационные тренировки Пилатес	Настольный теннис Единоборства Детские тренировки
Бассейн	Аквааэробика Силовые тренировки Плавание Детский бассейн	Бассейн для младенцев
Спортивный зал	Сквош	

Характеристики Вид модели	Фитнес- программы	Сервисные услуги	Доминирующая функция
Многофункциональная модель. Существующее состояние			
Многофункциональная модель. Предложение 1			
Многофункциональная модель. Предложение 2			

Основная функция
 Доминирующая функция

Илл. 122

Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга



Фитнес-юниты

- Бассейн
- Кабина для игры в сквош
- Зал групповых занятий
- Кардио и силовые тренажеры

Сервисные услуги

- Массаж
- Банный комплекс
- Медпункт

Вспомогательные помещения

- Коммуникации
- Служебные помещения
- Венткамера
- Помещения для посетителей (раздевалки, душевые)

Предложение 1



3 этаж



Предложение 2



3 этаж

Предлагаемые юниты

1. Чайная комната
2. Зал для единоборств
3. Зал для настольного тенниса
4. Детская зона
5. Скалодром

Сервисные услуги

- Массаж (63,9)
- Банный комплекс (133,65)
- Медпункт (12,20)

Фитнес-юниты

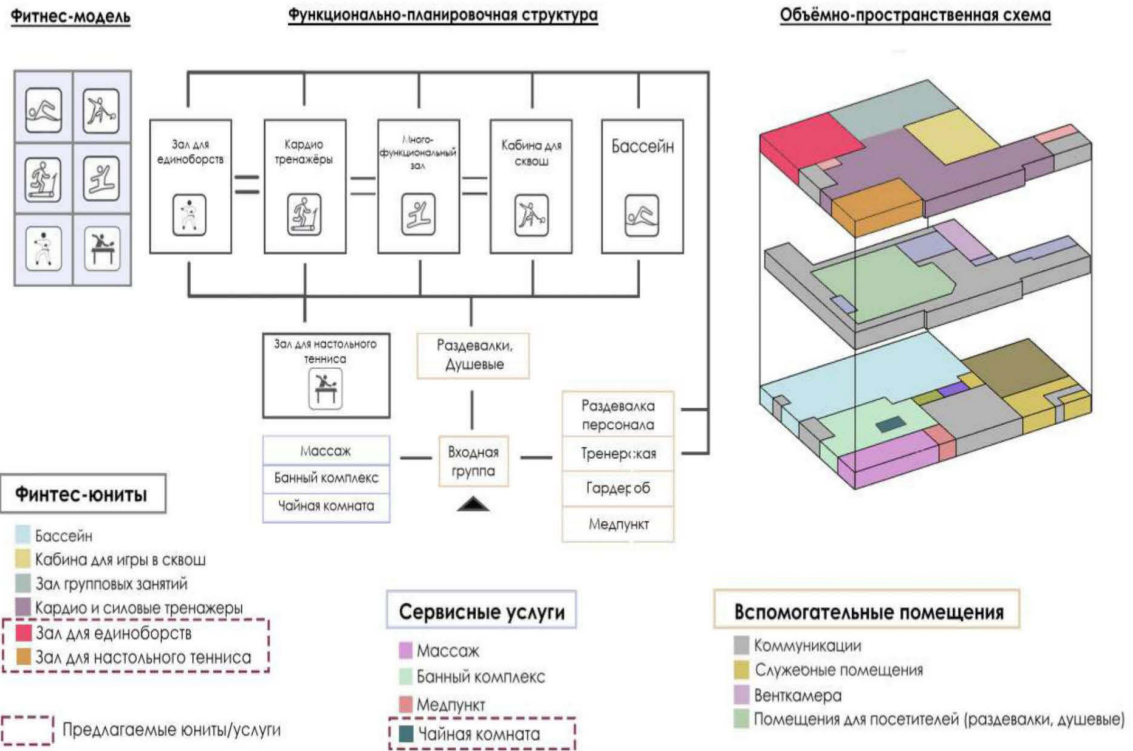
- Кабина для игры в сквош (126,1)
- Бассейн (407 кв.м)
- Кардио и силовые тренажеры (544,7)

Вспомогательные помещения

- Коммуникации (145,9)
- Служебные помещения (50,7)
- Котельная (137)
- Гардероб (10,60)
- Лаборатория анализа воды (11)

Илл. 123

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга



Выводы

- Тенденции
 - Увеличение количества помещений для групповых занятий, сервисных услуг
 - Новое оборудование, которое не предполагает постоянное нахождение в помещении и может использоваться эпизодически
- Исходя из анализа существующих и добавленных фитнес юнитов мы выявили что нам подходит много-функциональная модель (M5)
- Плюсы и минусы существующей модели
 - Сильные стороны: многообразие фитнес-юнитов
 - Слабые стороны: нет большого зала для спортивных игр в помещении и площадки на улице

Илл. 124

**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Выявление основного признака

Определение

возможность размещения фитнес центров на собственной территории, как обособленные объекты

Причины формирования

потребность в высоком уровне комфорта и разнообразии предоставляемых услуг

Схема



Функциональная фитнес модель



Тип

многофункциональный

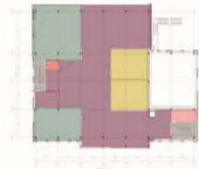
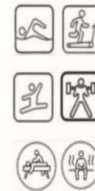
Архитектурно-планировочные признаки

смешанная схема



Объемно пространственный признак

приспособленная схема



1000
Вспомогательные помещения
1) Коммуникации (42,00)
2) Служебные помещения (31,30)
3) Помещение административного назначения (общий) (20,00)
4) Склад (10,00)



1000
Вспомогательные помещения
1) Коммуникации (42,00)
2) Служебные помещения (31,30)
3) Помещение административного назначения (общий) (20,00)
4) Склад (10,00)



1000
Вспомогательные помещения
1) Коммуникации (42,00)
2) Служебные помещения (31,30)
3) Помещение административного назначения (общий) (20,00)
4) Склад (10,00)

Принцип "Трансформации"

3 этаж

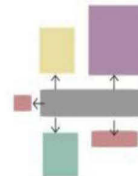
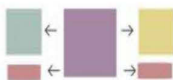


Фитнес-юниты

- Кабина для игры в сквош (126,1)
- Зал групповых занятий 1 (142)
- Кардио и силовые тренажеры (544,7)
- Зал групповых занятий 2 (84,15)

Вспомогательные помещения

- Коммуникации (42)
- Служебные помещения (31,30)

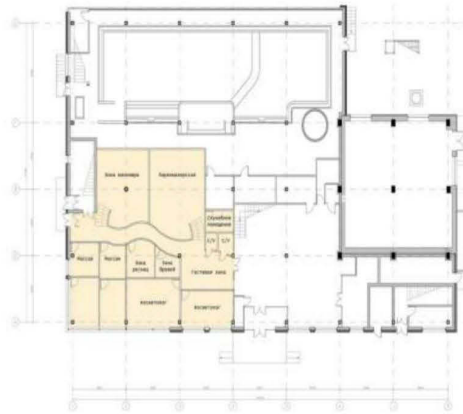
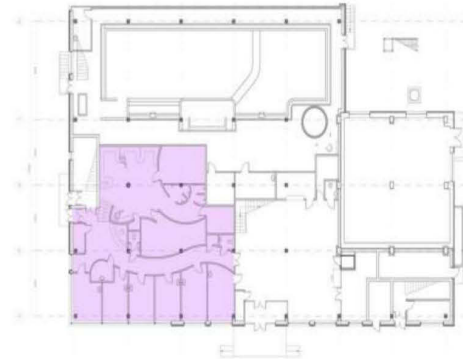


Илл. 125

Приложение Г. Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга

Принцип «Комбинации»

	ПРИН.	КОМБИНАЦИЯ
	ТИП	МНОГОФУНКЦИОН.
	АПП	ОКРЫТАЯ СХ.
	ОПП	ПРИСПОСОБЛЕН. СХ.
	ФМ	М5
Фитнес-центр на Левашовском пр.		



Обобщение выводов

Размещение и прилегающая территория:

- Данный фитнес-центр расположен во дворе новопостроенного элитного дома, следовательно он ориентирован на местных жильцов;
- В округе этот фитнес-центр самый большой и предлагает много разнообразных услуг — именно он является центром притяжения;
- Находится в пешей доступности от метро;
- Также у него хорошая транспортная доступность, большое количество парковок вокруг;
- Двор не благоустроен, но существует возможность это сделать.

Функциональное зонирование:

- Многофункциональный зал на последнем этаже, который можно трансформировать, добавлять залы;
- Раздевалки находятся на втором этаже, отделены от залов и бассейна — это неудобно;
- Вертикальные коммуникации;
- Разделение путей посетителей и персонала;
- Приоритетная зона — тренажёрная.

Фитнес-модель:

- Фитнес-центр многофункциональный и универсальный, модель М5;
- Существует возможность добавлять и заменять юниты;
- Многообразие фитнес-юнитов.

Илл. 126**Приложение Г.
Комплексный анализ фитнес-центров Санкт-Петербурга**

Формулирование сильных и слабых сторон:

Слабые стороны:

- Раздевалки находятся на втором этаже, бассейн на первом, а тренажёрный зал на третьем, из-за чего приходится постоянно подниматься/спускаться по лестнице, это не только неудобно, но и травмоопасно;
- Мы не можем добавить поле в наш фитнес-центр (изменить модель с М5 на М6), так как на территории для нового поля нет места, а внутри не хватает площади;
- Из пункта выше вытекает то, что нет большого пространства для спортивных игр, также нет площадки на улице;
- Отсутствует какое-либо кафе или буфет;
- Неоправданно большое количество площади отдано под котельную, на втором и третьем этаже пространство над ней не используется вовсе;
- На территории фитнес-центра нет никакого благоустройства.

Сильные стороны:

- Последний этаж представляет собой большое пространство без несущих стен, благодаря чему возможна гибкая планировка: можно, в зависимости от нужд, разделить на зоны (добавить залы) → трансформировать пространство;
- У данного фитнес-центра многофункциональная модель, следовательно он универсален. К тому же, планировка позволяет добавлять новые юниты;
- Большое количество (на данный момент их 17) услуг;
- Хорошо обустроенная входная зона: достаточное количество площади для всех посетителей, прямой доступ ко всем сервисным услугам (массаж, банный комплекс, медпункт);
- Размещение спа-комплекса и массажа при бассейне;
- Чёткое разделение путей и входных зон для посетителей и персонала.

Карта объекта

Гл. архитектор	Ионин Е. С.
Год постройки	2012
Назначение	Фитнес-центр
Этажность	3 этажа
Общая площадь	2 574
Адрес	Барочная ул., 10кБ
Район	Петроградский район
Метро	Чкаловская (750м), Петроградская (1,3 км)
Местонахождение	Во дворе элитного дома
Паркинг	Имеется
Прилегающие улицы	Барочная ул., Левашовский пр-т, ул. Большая Зеленина, Петроградская ул.
Функциональная зона	Общественно-деловая
Функциональная модель	М5
Тип	Многофункциональный
Основные функциональные зоны	Бассейн, многофункциональные залы, служебные помещения, неспортивные услуги
Фитнес-юниты	Бассейн, кардио-тренажеры, кабины для сквош, многофункциональный зал
Основной принцип	Автономный
АПП	Смешанная схема
ОПП	Приспособленная схема

Приложение Д. Методические указания

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный
архитектурно-строительный университет»

ВЫПИСКА ИЗ ПРОТОКОЛА

06 сентября 2022 года

№2

Санкт-Петербург

Председатель – Суровенков А.В.

Секретарь – Кокорина О.Г.

Присутствовали: Ф.В. Перов, К.И. Колодин, В.К. Линов, А.В. Вешняков, И.А. Иванов, Н.С.Новоходская, Э.В. Лявданский, О.П. Федоров, Ю.А. Девятова, Н.М. Дрижаполова, В.Д. Тонких, С.И.Иванов, Л.А. Венатовская, О.С. Романов, М.В. Хараламов, И.Н. Деменов, В.С. Гусев, Д.В. Бойцова, Д.А. Зиненков, В.М. Супранович, М.С. Якуненкова, О.А. Белоусова, А.В. Михалычев, Е.Г. Войцеховская, М.С. Ивина, А.А. Кузьмина, А.Ф. Еремеева, Ли Яньбо, А.В. Губанова, Го Цзэюй, Э.Г. Фонсека, Х.Н. Зварали, М.В. Кисенко, К.В.Козлов

1. Повестка дня:

3. Рассмотрение представленной работы «Методические указания, рекомендации на проектирование, программа-задание на выполнение курсового проекта» аспиранта кафедры архитектурного проектирования Козлова Кирилла Владимировича

1. СЛУШАЛИ:

Суровенкова А.В. – сообщил, что аспирант Козлов Кирилл Владимирович представил учебно-методические указания, разработанные для студентов нашей кафедры по специальности 07.03.01–Архитектура.

Данные методические указания «Архитектурно-планировочная организация фитнес-центров (на примере Санкт-Петербурга) предназначены для учебного процесса при разработке курсовых и дипломных проектов студентов 5 курса.

Получена положительная рецензия от доцента нашей кафедры Новоходской Н.С., в которой дана рекомендация по использованию данных методических указаний студентами при самостоятельной работе над проектом.

СЛУШАЛИ:

Новоходская Н.С.– сообщила, что данная работа структурирована: представлены требования к решению генплана, даны основные характеристики фитнес-центров, рассмотрены их архитектурно-планировочные элементы, обозначены вопросы по конструктивным и инженерным решениям. В Приложении представлен большой иллюстративный материал, который наглядно дополняет текстовую часть данных указаний.

Студенты получают хороший учебный материал для выполнения курсовой или дипломной работы.

ПОСТАНОВИЛИ:

Рекомендовать методические указания к изданию.

Председатель
Секретарь



А.В. Суровенков
О. Г. Кокорина

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования (ФГБОУ ВО)
«Санкт-Петербургский государственный
архитектурно-строительный университет»



УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор СПбГАСУ
Головина Светлана Геннадьевна

« » сентября 2022 г.

Кафедра архитектурного проектирования
К. В. Козлов

СОВРЕМЕННЫЕ ФИТНЕС-ЦЕНТРЫ

Специальность: 07.03.01 «Архитектура»

Методические указания, рекомендации на проектирование,
программа-задание на выполнение курсового проекта

УДК 725.852

Фитнес-центры: рекомендации на проектирование, методические указания, программа - задание на выполнение курсового проекта / сост. К. В. Козлов; – СПбГАСУ – СПб., 2022. – 32 с.

Рецензент Новоходская Н.С.

Методические указания рассмотрены и утверждены на заседании кафедры архитектурного проектирования
Протокол № 13 от 14 июня 2022 г

Рекомендации на проектирование и методические указания устанавливают основные требования к разработке курсового проекта «**Фитнес-Центр**».

Основная цель проекта – детальная проработка объемно-планировочной структуры здания фитнес-центра, обусловленного конкретными условиями места строительства и учитывающего комплекс градостроительных, социально-демографических, природно-климатических, социально-культурных требований, а также соответствующего необходимому уровню художественной выразительности и инженерно-технической целесообразности.

Рекомендации на проектирование и методические указания предназначены для студентов специальности 07.03.01 – «Архитектура».

Содержание

1. Введение.
 2. Методические рекомендации. Состав проекта
 3. Основные определения.
 4. Основные характеристики фитнес-центров и групп потребителей.
 5. Основные архитектурно-планировочные элементы фитнес-центров и требования к ним.
 6. Функциональная компоновка и типологические решения фитнес-центров.
 7. Требования к архитектурным решениям.
 - 7.1. Помещения для проведения фитнес-программ.
 - 7.2. Помещения для оказания дополнительных реновационных услуг.
 - 7.3. Вспомогательные помещения.
 8. Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров.
 9. Требования к решению генерального плана.
 11. Требования к конструктивным решениям.
 12. Требования к инженерному оборудованию.
 13. Рекомендуемая литература.
- Приложение 1. Классификация фитнес-программ.
- Приложение 2. Схемы функциональной компоновки фитнес-центров.
- Приложение 3. Определение фитнес-юнитов.
- Приложение 4-1, 4-2, 4-3. Создание теоретической модели фитнес-центров.
- Приложение 5. Состав и площади помещений фитнес-центров.
- Приложение 6. Функционально-планировочная структура фитнес-центра площадью 5000 кв.м.

1. **Введение**

Современный мир – мир информационных технологий. «Не выходя из дома», возможно участвовать, практически, во всех основных процессах жизнедеятельности современного общества. Разобщенность людей и отсутствие объективных физических нагрузок ставят под угрозу гармоничное развитие современного человека. В то же время, освобождение большого количества свободного времени и перераспределение персональных экономических задач позволяет современному человеку уделять достойное внимание своему физическому состоянию.

По данным Федерального Собрания Российской Федерации в Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 года № 1662-р, указано, что в развитии общества, его духовного и физического здоровья значительную роль играют физическая культура и спорт. В нашем городе важность решения общегосударственных задач было выражено в Постановлении Правительства Санкт-Петербурга от 23 июня 2014 года N 498 «О государственной программе Санкт-Петербурга «Развитие физической культуры и спорта в Санкт-Петербурге»».

В настоящее время в России действует порядка трехсот тысяч объектов для занятия физкультурой и спортом. Появились возможности привлечения к занятию инвалидов и людей с ограниченными возможностями. В стране вновь созданы центры тестирования норм ГТО. Ведется постоянная работа по дальнейшему внедрению данного тестирования среди населения. Одним из важнейших направлений в развитии массового спорта стало внедрение максимально доступных для населения спортивно-оздоровительных комплексов и фитнес-центров. Принципиальным отличием между занятиями спортом от других занятий физическими упражнениями является наличие соревновательной деятельности. Человек занимающийся физическим самосовершенствованием, и спортсмен могут использовать в своих занятиях и тренировках одни и те же упражнения (например, бег), но при этом спортсмен всегда сравнивает свои достижения с успехами других спортсменов в очных соревнованиях. Занятия специально организованными формами двигательной активности направлены на личное совершенствование безотносительно к достижениям в этой области других занимающихся. И спортсмен и занимающиеся физкультурой могут тренироваться в одинаковых условиях. Однако различный режим занятий объем нагрузки и вовлеченность тренерского состава, а также выбор тренажеров, снарядов позволили выделить фитнес-центры в отдельный класс спортивных сооружений.

1. Методические рекомендации. Состав проекта

В основе разработки архитектурного сооружения лежит комплексный метод проектирования, предполагающий одновременное решение градостроительных, функциональных, конструктивных, инженерно-технических, экономических и архитектурно-художественных задач.

Методически работа над курсовым проектом разделена на временные этапы творческого процесса – подготовительный предпроектный этап, клаузура, эскиз-идея, эскиз, проект.

Подготовительный предпроектный этап содержит сбор информации, служащей основанием для принятия проектных решений, и ее обработку. Сбор информации сопутствует всей процедуре проектирования. Прежде всего необходимо изучить программу-задание на проектирование. Исходя из назначения объекта (фитнес-центр), его практического содержания, уяснить цель и задачи проектирования. Необходимо изучить состав и площади помещений, их габариты, целесообразность группировки помещений в отдельные функциональные блоки, требования к графику движения и внутренним коммуникациям (требования противопожарной безопасности и условия эвакуации), требования по освещенности, рассмотреть возможные варианты конструктивного решения, оценить условия природного или городского ландшафта. Программа-задание содержит исходные условия, которые необходимо учесть в проекте. Программа охватывает общие нормы проектирования, устанавливает функциональное содержание и характеристику процесса, который должен быть в нем организован. Но несмотря на целый ряд ограничений, студент по согласованию с преподавателем после детального изучения программы имеет право на обоснованную интерпретацию отдельных ее положений.

На **подготовительном** этапе важное значение отводится изучению методических материалов кафедры, что помогает вникнуть в тему проекта, критически оценить предыдущий опыт, представить себе полный объем работы.

Изучение специальной и нормативной литературы позволяет получить дополнительную информацию, развиваются навыки критического анализа, формируется архитектурный вкус. При просмотре литературы рекомендуется выполнять наброски с соответствующими ссылками на первоисточник. На этом предпроектном этапе осваивается творчество ведущих мастеров в области проектирования фитнес-центров, критически анализируются проектные решения.

Для переработки информации на **предпроектном** этапе используется специальный инструмент – визуализация информации в формализованные

блок-схемы, графики, описывающие логическую и функциональную структуру объекта, организацию протекающих процессов. Визуализация информации – заключительный этап предпроектного анализа и основа для перехода к следующей стадии работы над проектом – клаузуре.

Клазура. Цель этой стадии – получить первичное образное представление об объекте, определить в общих чертах архитектурный и композиционный замысел. При разработке клазуры студент использует множество исходных данных, однако в клазуре происходит их неполное отражение. Клазурный набросок должен содержать только необходимый материал для раскрытия идеи – изображение должно быть обобщенным и выразительным. В клазуре определяется место расположения на участке с учетом реального градостроительного окружения, ориентации, определяются физические параметры фитнес-комплекса, приводится принципиальный вариант компоновки основных функциональных блоков. Основным материалом для разработки клазуры является визуализированная информация предпроектного аналитического этапа.

Эскиз-идея. В эскиз-идее проектная модель выражается в полуинтуитивной форме первичной гипотезы – зарождения замысла общего построения школьного комплекса.

Цель этой стадии – ограничить область поиска и направить проектирование на разработку определенной архитектурной концепции. Важное значение отводится вариантному проектированию по компоновке отдельных функциональных блоков (зоны проведения фитнес-программ, зоны реноваций, зоны вспомогательных помещений, инженерные службы, зоны открытых площадок.), определению оптимальных коммуникационных путей сообщения между отдельными функциональными группами помещений.

Эскиз. После выбора принципиального решения ведется дальнейшая проработка проекта путем серии вариантных доработок и уточнений отдельных частей здания и их объединение в единый архитектурный образ.

На этой стадии каждый последующий вариант является модификацией предыдущего и исходным пунктом для последующего. Уточнения и изменения решений ведутся в рамках принятой композиционной схемы. Большое значение отводится детальной проработке планировочного решения отдельных функциональных групп помещений (в соответствии с требованием настоящих методических указаний), выбору оптимального конструктивного решения, обеспечению возможной прокладки инженерных коммуникаций (технический подвал, вытяжные вент камеры, вытяжные каналы и т.д.). При определении параметров зон для проведения фитнес-программ, необходимо представлять возможные варианты расстановки мебели и оборудования.

На заключительном этапе эскизирования студент совместно с преподавателем выбирают эскизное решение, удовлетворяющее важнейшим требованиям программы и содержащее ясно выраженную концепцию. Эскиз подается во всех основных проекциях в соответствии с программой-заданием.

Проект – стадия проектирования, включающая анализ, развитие и углубление творческих предложений эскиза, детализацию отдельных фрагментов, обобщение и уточнение пропорций всего комплекса. Переход от эскиза к проекту – творческая работа над углублением замысла. Цель этапа – добиться внутренней согласованности отдельных функциональных подсистем в соответствии с задачей комплексного проектирования (учитывая архитектурно-типологические, конструктивные, инженерно-технические, экономические и градообразующие факторы формирования объекта). Перед студентом стоят задачи: выявить связи объекта с внешней средой, упорядочить взаимодействие главных и второстепенных функций, внутреннюю и внешнюю пространственную структуру здания, увязать конструктивный замысел с пластикой архитектурной формы, привести к модульному единообразию размерности конструкций, обеспечить комфортные условия светового режима, благоприятную видимость, проверить экономическую целесообразность принимаемых решений.

В результате проектирования необходимо выйти на достаточный уровень композиционного обобщения – функциональной, зрительной и эстетической целостности.

Состав проекта:

1. Генеральный план в масштабе 1:500 с показом благоустройства, подходов, подъездов, ограждения и наружного освещения, а также окружающей застройки, оказавшей влияние на формирование объемно-планировочного решения здания школы и ее генерального плана.

2. Планы этажей в масштабе 1:100 или 1:200.

3. Разрезы в масштабе 1:100 в количестве, объясняющем объемно-пространственное решение.

4. Фасады в масштабе 1:100 (главный) и 1:200 (остальные) с показом цветового решения.

5. Перспективное изображение, поясняющее объемно-пространственное решение здания и его место в средовой ситуации.

6. Развертка в масштабе 1:400, показывающая проектируемую школу в окружающей застройке и природном окружении.

2. Основные определения.

Фитнес-центр – многофункциональный комплекс, рассчитанный на проведение занятий, объединенных в фитнес-программы для индивидуальных и групповых посещений, ориентированный на конкретные социальные группы потребителей с соответствующими потребностями и рекомендуемыми для них программами оздоровления, что является определяющим для оптимального функционального состава комплекса, его объемно-пространственного решения, вместимости и расположения в структуре города.

Фитнес-программы - специально организованная форма двигательной активности, направленная на оздоровление организма и развитие определенных физических навыков с помощью тренажеров и физических упражнений. (Приложение 1).

Тренажеры - разновидность оборудования и инвентаря, предназначенного для овладения определенными физическими навыками и проведения тренировочного процесса.

Зал для силовых упражнений:

- зал для установки силовых тренажеров, имитирующих основные физические нагрузки.
- зал для установки кардио тренажеров, направленных на формирования выносливости к длительным последовательным нагрузкам.

Зал для групповых занятий:

- предназначенный для проведения фитнес-программ, рассчитанных на развитие быстроты реакции, способности переносит разнообразные длительные нагрузки.

Универсальный зал:

- зал для проведения занятий, объединенных в программы, рассчитанных на проведения различных игр: баскетбол, мини-футбол, волейбол, теннис, бадминтон и прочие командные игры.

Занятия на воде:

- выделяются в отдельную категорию занятий и проводятся в оздоровительных бассейнах.

3. Основные характеристики фитнес-центров и групп потребителей.

3.1. Фитнес-центры возможно классифицировать по следующим определенным признакам.

1. По виду подчинения (финансирование и предоставление территории или строений) – основной признак, регламентирующий все дальнейшие элементы классификации. Выделяются частный, государственный, смешанный вид подчинения.

2. *По месту размещения.* Признак, зависящий от вида подчинения. Регламентирует расположение фитнес-центра в составе городской среды. Выделяется три вида размещения: *квартальный или микрорайонный, специальный, рекреационный.*

3. *По способу организации объемно-пространственного решения.* Признак, зависящий от места размещения и вида подчинения. Регламентирует состав функциональных зон. Выделяются три основные вида организации объемно-пространственного решения: *встроенные (в существующее сооружения- общественные или жилые), приспособленные (приспособление различных существующих сооружений для организации фитнес-центров, как правило, это реконструкция промышленных предприятий), самостоятельные (вновь возводимые сооружения).*

4. *По составу функциональных зон.* Признак, зависящий от вида подчинения размещения и способа компоновки. Регламентирует состав функциональных зон. Выделяется семь основных функциональных зон:

- зона силовых занятий с залами для установки кардио или силовых тренажеров;
- зона для проведения групповых занятий по различным фитнес-программам,
- зона игровых занятий: универсальный или многофункциональный зал;
- зона для проведения занятий в воде - бассейн;
- зона открытых площадок;
- зона оздоровительных процедур: салоны красоты, спа-салоны, кафе и магазины;
- зона вспомогательных и инженерных служб.

5. *По виду строения.* Признак, зависящий от выбора состава функциональных зон и места размещения. Выделяются два основных вида строения: *мобильные (в составе быстровозводимых сооружений или в качестве готовых мобильных модулей) и стационарные.*

6. *По режиму потребления.* Признак, зависящий от выбранного вида подчинения и компоновки функциональных зон. Выделяются два вида режима посещения: *регулярные, эпизодические.*

7. *По виду потребления:* выделяются два вида использования фитнес-центров: *сетевой или локальный;*

9. *По классу обслуживания:* выделяют два класса обслуживания: *vip обслуживание и социальное;*

10. *По виду применения фитнес-программ:* универсальное и специализированное или медицинское.

3.2. Группы потребителей подразделяются по следующим признакам:

1. Возрастной состав. Рассматривается возрастной состав от года и преклонного возраста. Не влияет на функциональный состав фитнес-центра, но определяет режим работы и необходимость организации беспрепятственной безопасной, общедоступной среды.

2. Род занятий. Рассматривается несколько групп по роду занятий. Учащиеся, служащие, рабочие, иждивенцы, пенсионеры. Не влияет на функциональный состав фитнес-центра. Влияет на режим эксплуатации и выбора доминирующей функциональной зоны.

3. Вовлеченность. Зависит от степени необходимости занятием спорта. Выделяются специальные группы потребителей с постоянным посещением-ЗОЖ, бодибилдинг, фито-зависимые.

4. Совместимость потребителей. Рассматривается возможность формирования фитнес-центра в зависимости от режима посещения одновременно несколькими группами потребителей. Люди с ограниченными физическими возможностями и ЗОЖ. Влияет на возможность трансформации залов.

5. Специализированные группы потребителей. Потребители по роду занятий или потребители по медицинским показателям.

4. Основные архитектурно-планировочные модели фитнес-центров и требования к ним.

Формирование фитнес-модели производится согласно функциональным зонам (Приложение 2):

- зона занятий согласно фитнес-программе;
- зона реновационных процедур;
- зона вспомогательных помещений и инженерных служб.

4.1. Зона для занятия физическими упражнениями согласно выбранной фитнес-программе.

Функциональная модель зоны занятий по фитнес-программам фитнес-центров строится на основании выявленного минимального функционального элемента – «фитнес-юнит».

"Фитнес-юнит" является установленной единицей площади соответствующей функциональной зоны с размещенным оборудованием для проведения фитнес-программ

Последовательное сочетание фитнес-юнитов позволяет моделировать архитектурно-планировочное и объемно-пространственное решение фитнес-центра в зависимости от условий, применяемых фитнес-программ.

Установлено шесть принципиальных фитнес-юнитов (ФЮ), которые обеспечивают формирование типологических моделей фитнес-центров (Приложение 3).

Фитнес-юниты:

- ФЮ Силовые тренажеры. (Тренировки, связанные с укреплением мускулатуры. Используются тренажеры формирующие дополнительные нагрузки. Тренажеры делятся на три основные группы: работа с собственным весом; работа с встроенным весом; работа со свободным весом);

- ФЮ Кардио-тренажеры. (Тренировки, связанные с укреплением сердечно-сосудистой системы и направлены на увеличение выносливости организма. Используются тренажеры для увеличения естественных нагрузок: бег; ходьба; езда на велосипеде; прыжки; подъем по лестнице). Средняя площадь для размещения тренажеров составляет около 80- 90 кв. м. В составе фитнес-юнита силовые, кардио тренажеры присутствует кладовая инвентаря или специально организованное место для хранения свободных весов и матов для занятий

- ФЮ Залы для групповых занятий. (Помещения для проведения групповых занятий: йога, аэробика, танцы, восточные единоборства, бокс, аэройога, динамическая медитация, кросс фитнес); Минимальная площадь фитнес-юнита зала для групповых занятий составляет 80- 90 кв. м.

- ФЮ Универсальные залы. (Помещения для проведения игровых групповых занятий: баскетбол, волейбол, мини-футбол, сквош, теннис, бадминтон. В качестве дополнительной функции в универсальных залах выделяются зоны для устройства скалодромов или полосы препятствий); Минимальная площадь универсального зала принимается из расчета площади зала для мини-футбола и составляет 375 кв.м. при длине зала 25м и ширине 15м.

- ФЮ Бассейны. (Комбинация кардио и силовых тренировок с уменьшенной нагрузкой на опорно-двигательную систему. Бассейны подразделяются на: оздоровительный бассейн длиной до 25 м с зоной ныряния для вхождения в воду; детский бассейн длиной до 8 м и глубиной 1,2м; бассейн для оздоровительных процедур, размеры не нормируются, но предусматривается посещение группами до 10 чел.; бассейн для проведения занятий с младенцами глубиной 0,4м; бассейн для проведения занятий с людьми с ограниченными возможностями, бассейн для проведения аквааэробики);

- ФЮ Открытые площадки. (Открытые площадки совмещают кардио тренировки (бег, ходьба); групповые игровые занятия (футбол, пляжный волейбол, лапта, мини-футбол, корт, полоса препятствий, а также дополнительные зимние занятия (беговые лыжи, коньки, хоккей).

4.2. Зона для оказания дополнительных оздоровительных услуг.

Зона для размещения реновационных услуг условно разделяются на помещения для предоставления услуг питания и помещений для услуг, связанных с уходом за телом и лицом. К помещениям общественного питания относятся: кафе для посетителей и ожидающих, фито-бар для занимающихся, места для установки автоматов с минеральной водой, вспомогательные и служебные помещения кухни кафе для посетителей: раздевалки персонала, цеха или доготовочные, моечные посуды и тары, загрузочная, помещения для хранения отходов, .

К помещениям по уходу за телом и лицом относятся: массажный кабинет, банный комплекс, салон красоты, кабинеты медицинских услуг, магазины продажи спортивного инвентаря и спортивного питания, СПА процедуры, солярий.

4.3. Вспомогательная зона (зона инженерных служб).

В формирование фитнес-моделей участвует вспомогательная зона, которая состоит из помещений для посетителей, служебных помещений для персонала и инженерных помещений.

К вспомогательным помещениям для посетителей относятся: раздевалки, душевые, сан узлы, зона вестибюля и ожидания, коридоры и лестницы для прохода к месту занятий, служебные помещения персонала, коридоры и вертикальные коммуникации, помещения для размещения оборудования для уборки.

Инженерные помещения подразделяются по видам инженерного оборудования: водомерный узел, тепловой узел, электрощитовая, помещения по обслуживанию бассейна, вентиляционные камеры, диспетчерские и серверные.

5. Функциональное зонирование и типологические решения фитнес-центров.

Различное сочетание фитнес-юнитов позволило определить 7 основных фитнес-модулей (М1 - М7).

Минимальный фитнес-модуль состоит из 2 ФЮ кардио тренажеры и силовые тренажеры. Все остальные модули получены путем последовательного добавления новых фитнес-юнитов (Приложение 3). Таким образом, фитнес-модули М6 и М7 считаются модулями с полным «фитнес-ядром». Выделяются понятия полное и не полное фитнес-ядро. Модуль с полным фитнес-ядром - модуль в которой объединены все функциональные зоны в равнозначном взаимодействии с использованием всех реновационных услуг и предназначенные для всех потребителей. Включение ФЮ открытые площадки не является обязательной составляющей. (Приложение 4.)

Разработанные фитнес-модули формируют три типологические модели: *универсальная, многофункциональная, специальная*:

1) *Универсальная* модель, объединяет в своём составе основные функциональные зоны: силовые, кардио и игровые и позволяющая обеспечить все виды потребителей основными фитнес- программами. Оздоровительные услуги представлены кафе, солярием, сауной и массажным кабинетом или местом для массажа в составе раздевалок. Размещение данной модели в составе городской среды, ограниченно микрорайонами, в случае размещения в жилой застройке или в составе коммерческого предприятия и обеспечивает пешеходную доступность для всех потребителей. Объёмно-пространственное решение первой модели ограничивается вписыванием в различные существующие сооружения жилого, общественного, промышленного или делового назначения.

Фитнес-центры универсальной модели соответствуют следующим характеристикам:

- по виду подчинения относятся к государственным и частным;
- по месту размещения - квартальные, микрорайонные, рекреационные;
- по способу компоновки - встроенные;
- по виду строения - стационарные;
- по режиму потребления - регулярные;
- по классу обслуживания - социальные;
- по группам потребителей - все группы потребителей всех возрастов.

2) *Многофункциональная* модель, объединяет все выявленные функциональные зоны, обеспечивающие реализацию всех фитнес-программ. Выделяются доминирующие функциональные зоны: бассейн и универсальный зал. Необходимо обязательное присутствие функциональных зон универсальной модели: силовые и групповые занятия. Объёмно-пространственное решение второй функциональной модели выражено в самостоятельных, вновь возводимых сооружениях, а также в реконструируемых сооружениях и в составе крупных коммерческих агломераций в качестве самостоятельного объёмно пространственного решения.

Фитнес- центры соответствуют следующим характеристикам:

- по виду подчинения относятся к частным, смешанным;
- по месту размещения - квартальные, микрорайонные, рекреационные;
- по способу компоновки - приспособленные, самостоятельные.;
- по виду строения - стационарные;
- по режиму потребления - регулярно-эпизодические;
- по классу обслуживания - вилп, социальные, специальные;
- по группам потребителей - все группы потребителей всех возрастов;

3) *Специализированная* модель, объединяет занятия фитнесом по отдельным выбранным программам, в зависимости групп потребителей, и специализированных мест размещения фитнес-центра. "Специальная" функциональная фитнес-модель может быть интегрирована в основную и многофункциональную фитнес-модель, в то же время, выступать как самостоятельная. Реновационные услуги включают специализированные медицинские услуги и выделяются в отдельный вид.

Фитнес-центры соответствуют следующим характеристикам:

- по виду подчинения относятся к государственным, смешанным;
- по месту размещения - квартальные, микрорайонные, рекреационные;
- по способу компоновки - встроенные;
- по виду строения - стационарные, мобильные;
- по режиму потребления - регулярные;
- по классу обслуживания - специальные, медицинские;
- по группам потребителей - специальные группы потребителей;

6. Требования к архитектурно-планировочным решениям

Функциональная структура фитнес-центра должна отражать современные требования к размещению тренажеров и мест для проведения фитнес-программ, а также обеспечить максимально возможный охват различных групп потребителей и предоставить разнообразный и постоянно дополняющийся спектр услуг.

Современный фитнес-центр это не только место для физического самосовершенствования, но возможность получить дополнительные оздоровительные - реновационные процедуры, а также место для общения и развитие дополнительных навыков, связанных с улучшением здоровья, возможность проведения обучающих занятий и разнообразных развлекательных программ: фитнес дискотеки и конкурсы красоты. Фитнес-центр сегодня это общественное пространство для проведения активного отдыха и получения дополнительных творческих навыков. Фитнес-центры могут стать градостроительными и социальными доминантами.

6.1. Помещения зоны для проведения фитнес-программ.

- Предусмотреть выделение основных и доминирующих функциональных зон. Как правило, таким зонами выступают универсальный зал и бассейн. Данные зон могут иметь самостоятельное, автономное решение в качестве единственной доминирующей функциональной зоны или объединены в совместный комплекс.

Важно учесть, что в любом из вариантов присутствие зоны силовых и кардио тренажеров обязательно.

- При проектировании необходимо учитывать необходимость в глубокой **трансформации помещений** для быстрого реагирования на современные

запроса потребителей и применения новых фитнес-программ. Следует предусматривать возможность объединения различных функциональных зон или выделение отдельных обособленных в составе общего комплекса.

- Быстро меняющиеся условия современной жизни, внедрение новых технологий общения, подсказывают необходимость интеграции в фитнес-центры новых функциональных зон, ранее не применяемых в составе подобных сооружений. Такими зонами могут быть общественные пространства для проведения обучающих программ и совместного творчества, зоны развлекательных мероприятий, зоны кибер спорта и проведения занятий в системе удаленного участия. Пространство фитнес-центра способно **пульсировать** в зависимости от технологических задач.

- Возможность размещение фитнес-центров различных общественных и административных сооружениях. Универсальность фитнес-программ и применение различных фитнес-моделей с включением различных фитнес-юнитов, позволяет размещать фитнес-центры в различных приспособленных для этого сооружениях. **Мобильность** фитнес-моделей позволяет учитывать фитнес-центры как важную дополнительную функцию при проектировании многих общественных сооружений: торговые центры, гостиницы, бизнес-центры, промышленные предприятия, больницы, специализированные предприятия транспорта или военного назначения.

6.2. Помещения зоны для оказания дополнительных оздоровительных услуг.

- Необходимо учесть и определить минимально необходимый состав оздоровительных услуг: сауна и солярий в составе раздевалки, массажный стол или кабинет, фито кафе, магазин продажи спортивного инвентаря. Данные помещения или зоны размещаются во всех фитнес-центрах не зависимо от выбранной модели.

- Учитывая основные оздоровительные услуги, возможно дополнительное увеличение и выделение в отдельные самостоятельные функциональные зоны: банный комплекс с размещением максимального количества известных видов бань; размещение термального комплекса в составе фитнес-центра с устройством самостоятельных бассейнов с горячей, холодной водой и бассейна с соленой водой для проведения расслабляющих процедур; размещения спа-комплекса с соответствующими процедурами и кабинетами для проведения гидро и мануального массажа; салона красоты, фито-бара для занимающихся и кафе в зоне ожидания и отдыха после занятий.

- Разрешается в зоне проведения фитнес-программ за исключение зоны бассейна размещать фито-бар.

- Возможно выделение оздоровительных услуг в отдельное, но интегрированное сооружение в составе фитнес-центра с обеспечением беспрепятственного перемещения между фитнес и реновационными зонами.

- Предусмотреть возможность самостоятельного посещения зоны реновационных услуг без использования услуг фитнес-центра; размещение самостоятельных раздевалок и помещений для обслуживающего персонала.

6.3. Зона вспомогательных помещений посетителей, персонала и инженерных служб.

К вспомогательным помещениям для посетителей относятся: вестибюли, зоны ожидания, раздевалки, душевые, коридоры и лестницы, кладовые инвентаря.

- Вспомогательные помещения для посетителей необходимо разделять на "чистую" и "грязную зону", то есть на коридоры и лестницы до раздевалок и после для следования к месту проведения занятий.

- Необходимо разместить в универсальном зале, а также в залах для групповых занятий и залах с тренажерами места для хранения тренировочного инвентаря.

- Помещения уборочного инвентаря необходимо предусматривать отдельно в каждой фитнес-зоне: зона групповых занятий, зона универсального зала, зона тренажеров и т.д.

- В зоне бассейна: необходимо предусмотреть выход в зону бассейна, на обходную дорожку непосредственно из раздевалок, минуя дополнительные коридоры; выход из медицинского кабинета непосредственно в зону бассейна;

К вспомогательным помещениям для персонала и инженерных служб относятся: раздевалки для персонала, работников кухни, инженерных работников, помещения администрации (дирекция, бухгалтерия, методический кабинет, комната для проведения совещаний, серверная, помещения охраны), комната приема пищи, помещения для стирки и сушки полотенец и формы. Возможно, предусмотреть отдельный вход для персонала.

- Необходимо предусмотреть разделение транзитных зон персонала на "чистую" и "грязную" зону. Администрация находится в "чистой" зоне, но с возможностью доступа посетителей в специальной обуви.

- Персонал для обслуживания кухни имеет отдельный вход и отдельные раздевалки. С тренерским составом и администрации не пересекается.

- Инженерные работники: главный энергетик, главный инженер, слесарь, специалист по контролю качества воды, охрана, так же имеют собственные раздевалки и отдельный вход.

7. Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров.

Выделяются 4 основных принципа (Приложение 5):

1. Принцип "**мобильности**" – возможность использовать фитнес-модулей в качестве передвижного или быстровозводимого функционального блока в соответствующих технологических ситуациях. Данный принцип хорошо применим в случае необходимости размещения фитнес-центров в системе общественных пространств или в рекреационных зонах в качестве элемента благоустройства. Формирование данных фитнес-центров, строиться на основании модулей 1-4, но с обязательным включением силовых и кардио фитнес-юнитов. Зона реновации может быть представлена в минимальном составе в качестве открытых площадок для размещения кафе. Зона служебных помещений и инженерных служб компонуется в минимальном возможном объеме с учетом взаимозаменяемости: раздевалки для посетителей учитывают режим работы выполняются согласно оптимальной загрузке фитнес-центра, которая принимается согласно маркетинговым исследованиям; помещения персонала ограничиваются раздевалками и душевыми, (администрация, службы сервиса располагается вне фитнес-центра). Инженерные помещения, учитывая применение современных технологий могут быть заменены на внешнее расположение без выделения отдельных помещений, за исключением водомерного узла.

Используя принцип мобильности, возможно организовывать дополнительные функциональные зоны в составе общественных и промышленных предприятий.

2. Принцип "**автономности**" – формирование архитектурно-планировочных решений фитнес-центров, как обособленного сооружения с выделением доминирующих функций и с возможностью размещения на собственной территории или в составе крупных комплексов в качестве самостоятельного объекта. К фитнес-центрам, сформированным по принципу автономности, можно отнести фитнес-центры, соответствующие модулям М4, М5, М6, М7.

3. Принцип "**пульсации**" – формирование архитектурно-планировочных решений фитнес-центров в зависимости от изменений технологических условий эксплуатации. Происходит за счет изменения количества фитнес-юнитов, без изменения фитнес-модели. Применение принципа пульсации при формировании фитнес-центра возможно на основании ранее сформированных архитектурно-планировочных решений на основании принципа мобильности или автономности.

4. Принцип "**трансформации**" - формирование архитектурно-планировочных решений фитнес-центров, основанный на оптимизации

существующих функциональных зон путем перераспределения фитнес-юнитов как внутри модуля, так и между модулями. Трансформация позволяет добиваться изменений в существующем модуле или менять модуль в короткие промежутки времени с наименьшими архитектурно-планировочными и конструктивными изменениями.

8. Требования к размещению фитнес-центров и решению генерального плана.

При разработке генерального плана фитнес-центра должны учитываться следующие основные требования:

- Обеспечение транспортной и пешеходной доступности. Возможность размещать фитнес-центры в зависимости от сформированного спроса или формировать спрос путем предоставления новых услуг позволяет опираться на транспортную и пешеходную доступность как на важный, но не определяющий фактор при размещении.

- Размещение фитнес-центров без специальной привязки к транспортным или пешеходным потокам делает данные сооружения независимыми от условий городской логистики и способными создавать самостоятельные центры притяжения.

- Устройство фитнес-центров в новых жилых районах повышает уровень комфорта проживающих и создает дополнительное условие в формировании ценовой политики на рынке недвижимости.

- Возможно предусмотреть размещение фитнес-центров в освободившихся в ходе реконструкции промышленных предприятиях. Возможность использовать промышленные здания для размещения фитнес-центров позволяет применять промышленную эстетику и использовать конструктивные особенности промышленных зданий.

- Часто используемым композиционным приемом является размещение фитнес-центра в условиях естественной природы в рекреационных зонах городов. Расположенный на отдельной территории данный фитнес-центр создает условия для специального посещения.

- Фитнес-центр - сопутствующая функция при спортивных комплексах. Размещение фитнес-центров в качестве сопутствующей функции при крупных спортивных комплексах - еще одна важная особенность размещения. Возможность посещать фитнес-центр в качестве необходимого отдыха после проведенной тренировки или дополнительной услуги для желающих приобщиться к большому спорту, но не участвовать в спортивных занятиях.

- Необходимо обеспечить расширение и формирование дополнительных площадок для проведения занятий на улице. В некоторых случаях устройство спортивных площадок предлагается на кровлях сооружений.

При размещении фитнес-центра в составе городской среды или в зоне загородной рекреации необходимо предусмотреть следующие решения:

- При размещении фитнес-центра на участке, отведенном для строительства, необходимо учитывать ориентацию по сторонам света. Допускается устройство бассейнов и универсальных залов с ориентацией на север. Во всех остальных случаях ориентацию залов следует принимать как для открытых спортивных площадок, то есть с широтную (с запада на восток).

- При размещении открытых площадок необходимо учитывать инсоляцию не менее 3 часов постоянного солнечного света, расчет принимается на апрель май.

- Предусмотреть нормируемое количество парковочных мест в соответствующем удалении от здания и площадок не меньше 10 метров. Предусмотреть отдельную парковку для посетителей и служебного автотранспорта.

- Предусмотреть контейнерную площадку для сбора мусора на удалении 15 метров от здания, или устроить закрытое вентилируемое помещение в составе фитнес-центра, с отдельным подъездом мусороуборочной машины.

- Предусмотреть пожарный объезд вокруг здания на расстоянии не менее 6 метров с учетом ширины проезжей части не менее 4 метров.

- Озеленение в составе участка предусмотреть не менее 40 % от общей площади с учетом открытых площадок.

- Предусмотреть общественную зону отдыха с малыми архитектурными формами.

9. Требования к конструктивным решениям.

Разработка новых строительных и конструктивных материалов, появление новых конструкторских решений в организации больших крытых пространств позволили значительно расширить планировочные приемы в компоновке функциональных зон.

- Применении большепролетных и структурных конструкций и предварительно напряженных бетонных мембран позволяет организовывать фитнес-центры с высоким уровнем трансформации и внутренней мобильности. Это позволило не выделять отдельные функциональные зоны в самостоятельное объемно-планировочное решение и создавать архитектурный образ объекта без функциональных ограничений, а также моделировать пространства без дополнительных опор или с различными перекрытиями.

- Конструктивные решения зоны бассейнов следует выполнять из бетона или большепролетных деревянных конструкций и выделять в отдельное строение.

10. Требования к инженерному оборудованию.

Изучение опыта проектирования фитнес-центров позволяет выделить использование современных инженерных технологий как общую тенденцию и

определить фитнес-центр как современный инновационный проект, в котором используются самые передовые решения.

- Применение современных энерго и ресурсосберегающих технологий стало основной тенденцией в развитии современных инженерных технологий.

- Возможность использовать озеленение в решении фасадов и кровель привела к значительной экономии энергии на поддержание комфортного микроклимата независимо от времени года.

- Энергосберегающие фасадные системы при условии значительного остекления являются важным элементом технологии инженерных решений фитнес-центров. Применение большого количества стекла стало заметной тенденцией в последние десятилетия. Разработка конструкций с необходимыми теплотехническими параметрами позволяет использовать большие площади остекления практически во всех климатических зонах.

- Рекомендуется использовать технологию стеклянных фасадов для создания большего пространства и интеграции фитнес-центра в окружающую среду.

Наряду с очевидными проявлениями современных инженерных технологий научно-технический прогресс предлагает использование новых методов мониторинга состояния всех инженерных систем, а также внедряет в новые способы эксплуатации фитнес-центров режим удаленного присутствия.

- Внедрение системы "умный дом" позволяет оптимизировать основные затраты при диспетчеризации процессов обслуживания и поддержания комфортной среды. Появляются специальные серверные в качестве аккумулятора всей информации о состоянии всех систем, а также о противопожарной безопасности гражданской обороны. Это позволяет упростить и снизить нагрузку на инженерные службы.

- Проверка качества подаваемого воздуха, качества воды в бассейнах, температурный режим в помещениях происходит автоматически согласно заданной программе эксплуатации. Подобные системы позволяют создавать различные условия для занятий в различных зонах, не разделяя эти зоны по помещениям.

11. Рекомендуемая литература.

Список литературы:

ГОСТ Р 56199-2014 Объекты спорта. Требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций

ГОСТ Р 55789-2013 Спортивное оборудование и инвентарь. Термины и определения

ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний

Федеральный закон от 04.12.2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"

СП 332.1325800.2017 Спортивные сооружения. Правила проектирования

ГОСТ Р 56644-2015 Услуги населению. Фитнес-услуги. Общие требования

ГОСТ 32670-2014 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие технические условия

ГОСТ Р 55317-2012 Услуги населению. СПА-услуги. Термины и определения

ГОСТ Р 52024-2003. Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования

Гельфонд А.Л. Архитектурное проектирование общественных зданий и сооружений, Издательство «Архитектура-С» Москва 2006

ГОСТ Р 57116-2016 Фитнес-услуги. Общие требования к фитнес-объектам.

ГОСТ Р 53491.1-2009 Бассейны. Подготовка воды. Часть 1. Общие требования

ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний

ГОСТ Р 55529-2013 Объекты спорта. Требования безопасности при проведении спортивных и физкультурных мероприятий. Методы испытаний

СП 31-112-2004 Физкультурно-спортивные залы. Часть 1

СП 31-112-2004 Физкультурно-спортивные залы. Часть 2

СП 31-113-2004 Бассейны для плавания

Свод правил СП 59.13330.2016 Доступность зданий и сооружений для маломобильных групп населения (актуализированная редакция СНиП 35-01-2001)

СП 2.1.2.3304-15 Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта

ГОСТ Р 55321-2012 Услуги населению. СПА-услуги. Общие требования

Кеннет Купер «Аэробика для хорошего самочувствия» Москва «Физкультура и спорт» 1989 С74















ГОСТ Р 56445-2015 Тренажеры стационарные. Общие требования безопасности и методы испытаний

ТСН 31-310-98 (МГСН 4.08-97) Массовые типы физкультурно-оздоровительных учреждений.

Пособие к МГСН 4.08-97 Массовые типы физкультурно-оздоровительных учреждений. Выпуск 3. Специализированные спортклубы.

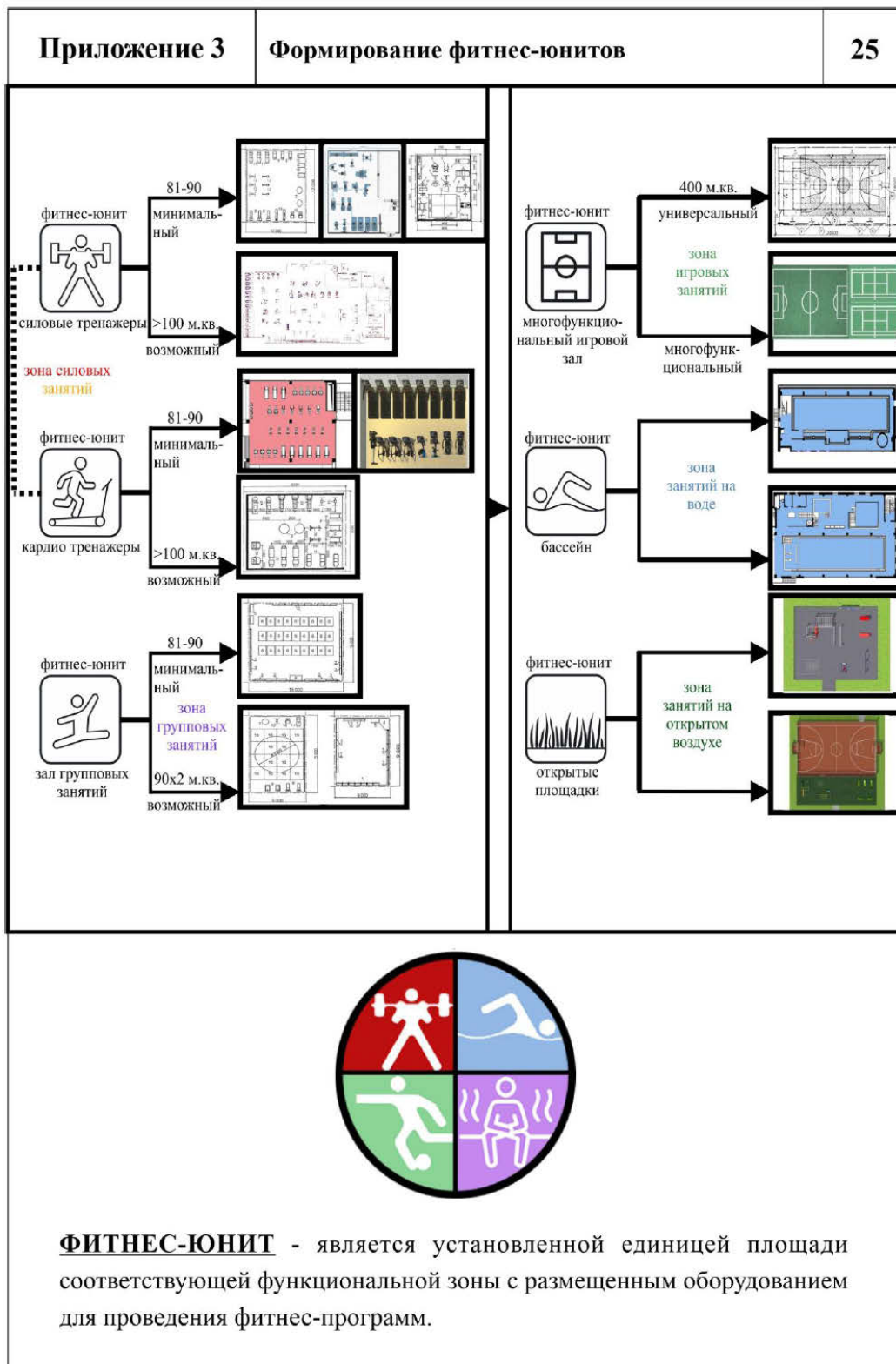
Федеральный проект «Спорт – норма жизни». Период проекта 01.01.2019-31.12.2024.

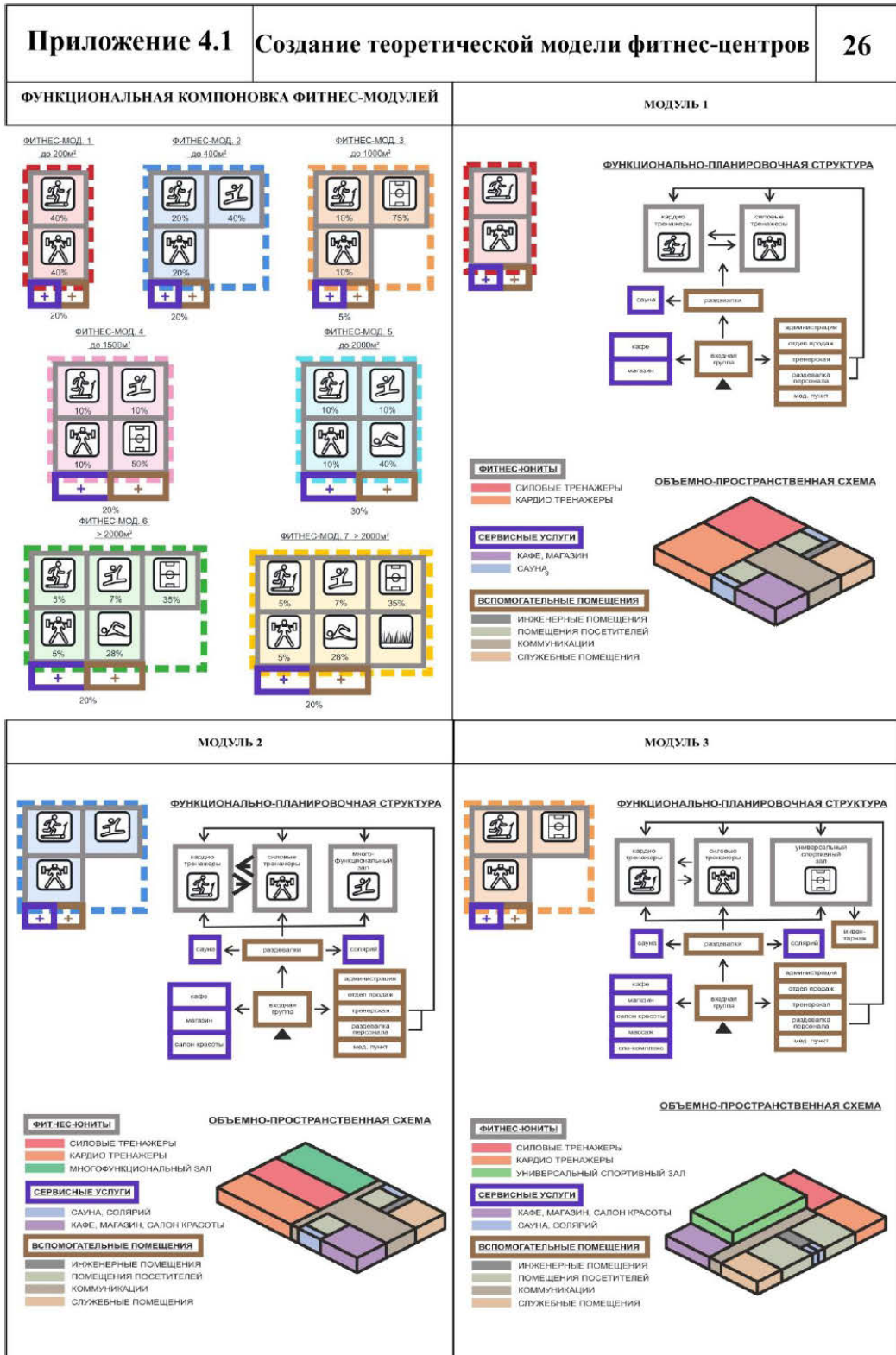
период до 2025 года».

Приложение 1		Фитнес-программы		23			
Словесные программы	<ul style="list-style-type: none"> - Кроссфит - Тай-бо - Фитбокс - Body Sculpt - Будокон (будокан) - Риптр-аэробика - Кик-аэробика - Плауэрлифтинг - Интервальные тренировки - Кардиотренировки  	Групповые занятия	<ul style="list-style-type: none"> - BOSU - Калланетика - Скандинавская ходьба - Пилатес - Фитнес-йога - Тайчи - Степ-аэробика - Растяжка - Калари-Пайату - Pole dance - Фитбол-аэробика - Слайд-аэробика 	Игровые программы	<ul style="list-style-type: none"> - Хореография - Байлотерапия - Танец живота - Фитнес-кагание на роликовых коньках - Зумба-аэробика - Танцевальная аэробика 	Занятия в бассейне	<ul style="list-style-type: none"> - Аквааэробика - Плавание - Водное поло - Глубоководное плавание 
Формирование функциональных зон фитнес-центра							
Словесные тренировки	Кардио тренировки	Зал для групповых занятий	Многофункциональный зал	<ul style="list-style-type: none"> - Плавательный бассейн - Оздоровительный бассейн - Детский бассейн 			
Сервисная зона							
				<ul style="list-style-type: none"> - Зона отдыха - Солярий - Зимний сад - СПА - Массаж - Сауна 			
Инженерная зона							
				<ul style="list-style-type: none"> - Раздевалки - Водоснабжение - Водоотведение - Электрооборудование 			

Фитнес-центр - многофункциональное архитектурное сооружение, рассчитанное на проведение занятий, объединенных в фитнес-программы, для физического совершенствования человека и реновационных оздоровительных процедур, для индивидуальных и групповых посещений, без проведения соревнований, в зависимости от вида потребителей.


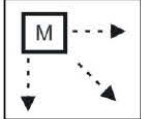



Приложение 2	Состав фитнес-модуля согласно функциональным зонам	24
<p style="text-align: center;">ЗОНА ЗАНЯТИЙ СОГЛАСНО ФИТНЕС-ПРОГРАММАМ</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>СИЛОВЫЕ ТРЕНАЖЕРЫ Тренировки связанные с укреплением мускулатуры. Используются тренажеры формирующие дополнительные нагрузки. Тренажеры делятся на три основные группы: - работа с собственным весом; - работа со встроенным весом; - работа со свободным весом.</p> <p>КАРДИО ТРЕНАЖЕРЫ Тренировки связанные с укреплением сердечно-сосудистой системы и направлены на увеличение выносливости организма. Используются тренажеры для увеличения естественных нагрузок: бег; ходьба; езда на велосипеде; прыжки; подъем по лестнице.</p> <p>УНИВЕРСАЛЬНЫЙ (МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ) СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ Помещения для проведения игровых групповых занятий: баскетбол, волейбол, мини-футбол, сквош, теннис, бадминтон. В качестве дополнительной функции выделяются зоны для устройства скалодромов или полосы препятствий.</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>ЗАЛ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ Помещения для проведения групповых занятий: йога, аэробика, танцы, восточные единоборства, бокс, аэройога, динамическая медитация, кросс фитнес.</p> <p>БАССЕЙН Комбинация кардио и силовых тренировок с уменьшенной нагрузкой на опорно-двигательную систему. Бассейны подразделяются на: спортивный бассейн длиной 25 м; детский бассейн глубиной 1,2м; бассейн для оздоровительных процедур; бассейн для проведения занятий с младенцами глубиной 0,4м; бассейн для проведения занятий с людьми с ограниченными возможностями, бассейн для проведения аквааэробики.</p> <p>ОТКРЫТЫЕ ПЛОЩАДКИ Открытые площадки совмещают кардио тренировки (бег, ходьба); групповые игровые занятия (футбол, пляжный волейбол, лапта, мини-футбол, корт, полоса препятствий, а также дополнительные зимние занятия (беговые лыжи, коньки, хоккей). Площадки делятся: - для уличных тренажеров и физкультуры (в т.ч. паркур, воркаут); - для современных видов развлечения (скейт, самокат и т.д.).</p> </div> </div>		
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p style="text-align: center;">СЕРВИСНЫЕ УСЛУГИ</p> <ul style="list-style-type: none"> КАФЕ <ul style="list-style-type: none"> • БИСТРО • ФИТБОАР ■ БАНИНЫЙ КОМПЛЕКС <ul style="list-style-type: none"> • РУССКАЯ БАНЯ • ФИНСКАЯ САУНА ■ • ПАРНАЯ • РИМСКАЯ БАНЯ • ТУРЕЦКАЯ БАНЯ • ИНФРАКРАСНАЯ СУАНА • ФИТОАРОМАСУАНА МЕДИЦИНСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ <ul style="list-style-type: none"> • МАССАЖНЫЙ КАБИНЕТ • МАНУАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ САЛОН КРАСОТЫ <ul style="list-style-type: none"> • СОЛЯРИЙ ■ • ПАРИКМАХЕРСКАЯ • КАБИНЕТ КОСМЕТОЛОГА • КАБИНЕТ МАНИКЮРА И ПЕДИКЮРА СПА-КОМПЛЕКС <ul style="list-style-type: none"> • ГИДРОМАССАЖНЫЕ ВАННЫЕ • ПЕЛОИДОТЕРАПИЯ (ГРЯЗЕВЫЕ ВАННЫ) • ПСАММОТЕРАПИЯ (ПЕСОЧНЫЕ ВАННЫ) • КРИОТЕРАПИЯ (ЛЕДЯНОЙ ТРОТ) • ГАЛОКАМЕРА (СОЛЯНАЯ ПЕЩЕРА) МАГАЗИН <ul style="list-style-type: none"> • СПОРТИВЕНТАРЬ ■ • СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА, ПОЛОТЕНЦА, ХАЛАТЫ • СПОРТИВНОЕ ПИТАНИЕ, ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ <p>■ - минимальный набор сервисных услуг</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p style="text-align: center;">ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ПОМЕЩЕНИЯ ПОСЕТИТЕЛЕЙ <ul style="list-style-type: none"> • РАЗДЕВАЛКИ • ДУШЕВЫЕ • САМУЗЛЫ • ГАРДЕРОБ КОММУНИКАЦИИ <ul style="list-style-type: none"> • ВЕСТИБУЛЬ • КОРИДОРЫ • ЛЕСТНИЦЫ • ЛИФТЫ СЛУЖЕБНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ <ul style="list-style-type: none"> • ПОМ. АДМИНИСТРАЦИИ • РАЗДЕВАЛКИ ПЕРСОНАЛА • ТРЕНЕРСКАЯ • МЕД. ПУНКТ • ПОСТ ОХРАНЫ • КЛАДОВЫЕ УБ. ИНВЕНТАРЯ ИНЖЕНЕРНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ <ul style="list-style-type: none"> • ВЕНТ. КАМЕРЫ, ЧИЛЛЕРНЫЕ • ПОМЕЩЕНИЯ ВОДОПОДГОТОВКИ БАССЕЙНА • КОТЕЛЫНА </div> </div>		






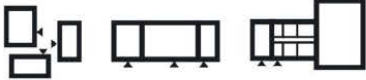



Приложение 5.1	Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров	28
----------------	-----------------------------------------------------------------------------	----

ПРИНЦИП «МОБИЛЬНОСТЬ»

- **ОПРЕДЕЛЕНИЕ**
ПРИНЦИП ФОРМИРОВАНИЯ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫХ РЕШЕНИЙ ФИТНЕС-ЦЕНТРА С ПОМОЩЬЮ ПЕРЕДВИЖНЫХ И БЫСТРОВОЗВОДИМЫХ КОНСТРУКТИВНЫХ МОДУЛЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ И ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫХ УСЛОВИЙ.
- **ПРИЧИНЫ ФОРМИРОВАНИЯ**
УСЛОВИЯ РЫНКА И УСЛОВИЯ РАЗМЕЩЕНИЯ.
- **СХЕМА**

внешняя мобильность
 
внутренняя мобильность
- **ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ФИТНЕС-МОДЕЛИ**

- **ТИПЫ**
УНИВЕРСАЛЬНЫЕ, СПЕЦИАЛЬНЫЕ
- **АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫЕ ПРИЗНАКИ**
ПАВИЛЬОННАЯ СХЕМА

- **ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННЫЕ ПРИЗНАКИ**
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ СХЕМА


ПРИНЦИП «АВТОНОМНОСТЬ»

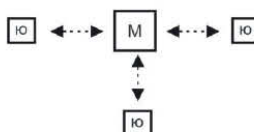
- **ОПРЕДЕЛЕНИЕ**
ПРИНЦИП ФОРМИРОВАНИЯ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫХ РЕШЕНИЙ ФИТНЕС-ЦЕНТРА, КАК ОБОСОБЛЕННОГО СООРУЖЕНИЯ С ВОЗМОЖНОСТЬЮ РАЗМЕЩЕНИЯ НА СОБСТВЕННОЙ ТЕРРИТОРИИ ИЛИ В СОСТАВЕ КРУПНЫХ КОМПЛЕКСОВ В КАЧЕСТВЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ОБЪЕКТА.
- **ПРИЧИНЫ ФОРМИРОВАНИЯ**
ПОТРЕБНОСТЬ В ВЫСОКОМ УРОВНЕ КОМФОРТА И В РАЗНООБРАЗИИ ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫХ УСЛУГ.
- **СХЕМА**

самостоятельная автономность
 
зависимая автономность
- **ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ФИТНЕС-МОДЕЛИ**

- **ТИПЫ**
МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ
- **АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫЕ ПРИЗНАКИ**
ПАВИЛЬОННАЯ СХЕМА, БЛОКИРОВАННАЯ СХЕМА, СМЕШАННАЯ СХЕМА

- **ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННЫЕ ПРИЗНАКИ**
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ СХЕМА, ПРИСПОСОБЛЕННАЯ СХЕМА


Приложение 5.2	Принципы формирования архитектурно-планировочной организации фитнес-центров	29
----------------	-----------------------------------------------------------------------------	----

ПРИНЦИП «ПУЛЬСАЦИЯ»

- **ОПРЕДЕЛЕНИЕ**
ПРИНЦИП ФОРМИРОВАНИЯ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫХ РЕШЕНИЙ ФИТНЕС-ЦЕНТРА ОСНОВАННЫЙ НА ИЗМЕНЕНИИ КОЛИЧЕСТВА ФИТНЕС-ЮНИТОВ, ИЗМЕНЕНИИ ФИТНЕС-МОДЕЛИ.

- **ПРИЧИНЫ ФОРМИРОВАНИЯ**
УСЛОВИЯ БИЗНЕСА.



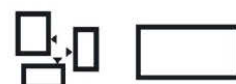
- **СХЕМА**

- **ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ФИТНЕС-МОДЕЛИ**



- **ТИПЫ**
МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ

- **АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫЕ ПРИЗНАКИ**
ПАВИЛЬОННАЯ СХЕМА, ОТКРЫТАЯ СХЕМА



- **ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННЫЕ ПРИЗНАКИ**
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ СХЕМА, ВСТРОЕННАЯ СХЕМА

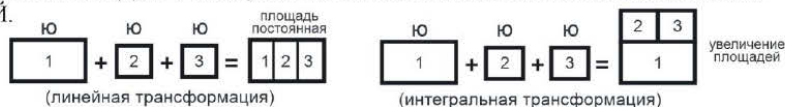


ПРИНЦИП «ТРАНСФОРМАЦИЯ»

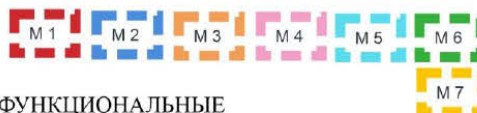
- **ОПРЕДЕЛЕНИЕ**
ПРИНЦИП ФОРМИРОВАНИЯ АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫХ РЕШЕНИЙ ФИТНЕС-ЦЕНТРА ОСНОВАННЫЙ НА ОПТИМИЗАЦИИ СУЩЕСТВУЮЩИХ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ЗОН ПУТЕМ ПЕРЕРАСПРЕДЕЛЕНИЯ ФИТНЕС-ЮНИТОВ ВНУТРИ МОДЕЛИ.

- **ПРИЧИНЫ ФОРМИРОВАНИЯ**
ПОЯВЛЕНИЕ НОВЫХ ВИДОВ УСЛУГ, НОВЫХ ИНЖЕНЕРНЫХ И КОНСТРУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.

- **СХЕМА**

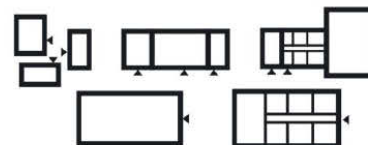


- **ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ФИТНЕС-МОДЕЛИ**



- **ТИПЫ**
УНИВЕРСАЛЬНЫЕ, СПЕЦИАЛЬНЫЕ, МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ

- **АРХИТЕКТУРНО-ПЛАНИРОВОЧНЫЕ ПРИЗНАКИ**
ПАВИЛЬОННАЯ СХЕМА, БЛОКИРОВАННАЯ СХЕМА, СМЕШАННАЯ СХЕМА, ОТКРЫТАЯ СХЕМА, КОРИДОРНАЯ СХЕМА



- **ОБЪЕМНО-ПРОСТРАНСТВЕННЫЕ ПРИЗНАКИ**
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ СХЕМА, ВСТРОЕННАЯ СХЕМА, ПРИСПОСОБЛЕННАЯ СХЕМА



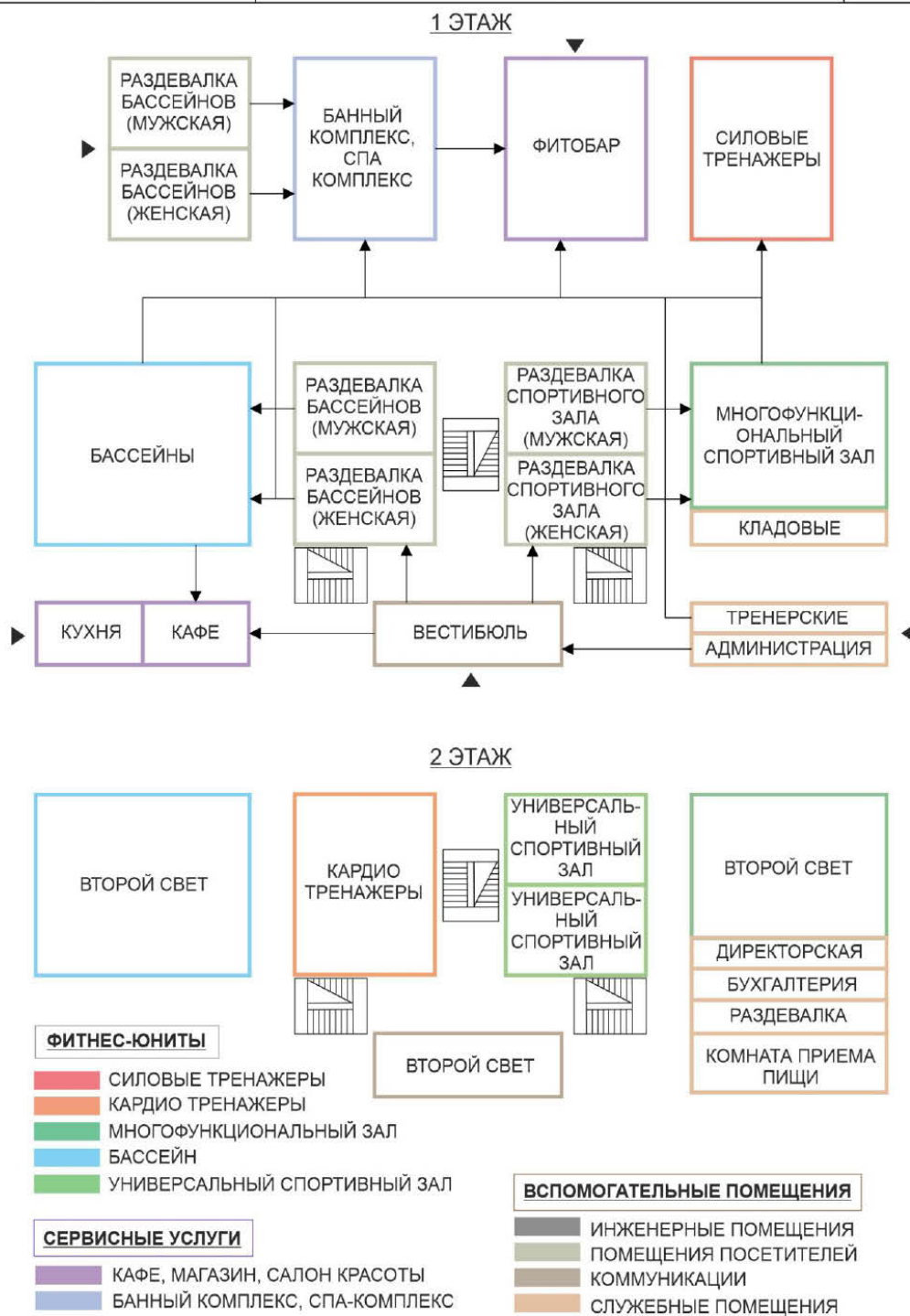
Приложение 6.1		Состав и площади помещений	30
№	Наименование помещения	ПЛОЩАДЬ ПОМЕЩЕНИЯ, м ²	
Зона проведения фитнес-программ			
1	Зона силовых тренажеров	min 100	
2	Зона кардио тренажеров	min 100	
3	Зал для групповых занятий	15 x 15 м	
4	Зал для групповых занятий	9 x 15 м	
5	Зал для групповых занятий	9 x 9 м	
6	Универсальный зал	36 x 18 м	
7	Инвентарная при каждом зале	Возможная общая площадь 20	
8	Большой бассейн 25 x 13,5 м, глубина 1,8м	870 Площадь указана с учетом обходных дорожек (ширина не менее 1500); возможно увеличение зоны бассейна.	
9	Детский бассейн 9 x 5 м, глубина 0,9м		
10	Бассейн для младенцев 4 x 3 м, глубина 0,4м		
11	Бассейн гидромассажный 9 x 5 м, глубина 1,1м		
Зона реновационных услуг			
12	Фитобар	60	
13	Бистро	60	
14	Загрузка, кухня, подсобные помещения кухни	30	
15	Магазин спортивных товаров и спортивного питания с кладовой	30	
салон красоты			
16	Парикмахерская	40	
17	Кабинет косметолога	20	
18	Кабинет маникюра и педикюра	20	
19	Массажный кабинет	15	
20	Раздевалки персонала с душевой	15	
спа салон			
21	Галокамера	15	
22	Помещения пелоидотерапии (грязевые ванны) 2 шт.	20 x 2	
23	Банный комплекс: русская баня	15	
24	Финская сауна	15	
25	Инфракрасная сауна	10	
26	Турецкая баня	30	
27	Детская комната(холл, гардероб, игровая, су)	100	
29	Раздевалки персонала с душевой	15	
Зона вспомогательных помещений			
служебные помещения для посетителей			

Приложение 6.2		Состав и площади помещений	31
№	Наименование помещения	ПЛОЩАДЬ ПОМЕЩЕНИЯ, м ²	
30	Вестибюль с зоной ресепшен	120	
31	Помещения посетителей:		
32	Раздевалки женская	130	
33	Раздевалка мужская	100	
34	Душевые по 38 кабинок		
35	Санузлы не менее 2-х в каждой раздевалке		
36	Гардероб	60	
служебные помещения			
37	Помещения администрации, бухгалтерии	50	
38	Пост охраны	10	
39	Тренерская	20	
40	Раздевалки персонала м/ж, душевые, санузлы	40	
41	Медицинский пункт	10	
42	Санузлы персонала	3	
43	Помещения уборочного инвентаря	5	
44	Помещения чистого/грязного белья	20	
инженерные помещения:			
45	Помещения водоподготовки бассейна	300	
46	Лаборатория воды	20	
47	Венткамеры	300	
48	Водомерный узел	20	
49	Тепловой узел	20	
50	Электрощитовая	20	
51	Серверная	10	
коридоры, лестницы, рекреации			
53	Основные коммуникации	600	
54	Служебные коммуникации	400	

Примечание:

- площади служебных помещений указаны ориентировочно;
- Залы для групповых занятий возможно объединять;
- площадь бассейна указана ориентировочно (минимальные размеры);
- зона сервисных услуг может быть расширена за счет объединения с рекреационными зонами и зонами основных коммуникаций;
- медицинское обеспечение бассейнов предусматривает наличие комнаты медсестры, площадью 9,1 м², которая предназначена для оказания занимающимся первой медицинской помощи в необходимом объёме;

Приложение 7	Функционально-планировочная структура фитнес-центра площадью 5000 кв.м	32
--------------	------------------------------------------------------------------------	----



Приложение Е. Акты внедрения



Санкт-Петербург

ООО "АРКА СП"

т/ф (812)324-49-36, 331-94-22, e-mail: arka@arkastudio.ru

ИНН 7839423955, КПП 783901001
196084, г. Санкт-Петербург, Московский пр., д. 79а, лит. А,
пом. 3Н, 4Н, офис 404
тел. (812)331-94-22, 324-49-36

АКТ

О внедрении материалов кандидатской диссертации аспиранта кафедры архитектурного проектирования СПбГАСУ Козловым К.В. в архитектурных решениях термального комплекса «Грин Флоу Лахта Парк Санкт-Петербург» по адресу: г. Санкт-Петербург, Лахта парк, Новая улица, 51, к.79.

Настоящий Акт подтверждает, что материалы диссертационного исследования Козлова К.В. по теме архитектурно-планировочной организации фитнес-центров были применены в разработке архитектурных решений для термального комплекса «Грин Флоу Лахта Парк Санкт-Петербург» по адресу: г. Санкт-Петербург, Лахта парк, Новая улица, 51, к.79.

02.03.2022 г.

Исполнительный директор ООО «АРКА СП»

Чистова Т.В.

Гл. Архитектор

Федотова О.А.





Санкт-Петербург

ООО «АРКА СП»

т/ф (812)324-49-36, 331-94-22, e-mail: arka@arkastudio.ru

ИНН 7839423955, КПП 783901001
196084, г. Санкт-Петербург, Московский пр., д. 79а, лит. А,
пом. 3Н, 4Н, офис 404
тел. (812)331-94-22, 324-49-36

АКТ

О внедрении материалов кандидатской диссертации аспиранта кафедры архитектурного проектирования СПбГАСУ Козловым К.В. в архитектурных решениях физкультурно-оздоровительного комплекса по адресу: Санкт-Петербург, Московский район, Варшавская ул., участок 1 (восточнее дома №5, корпус 2, литера А, по Варшавской ул.).

Настоящий Акт подтверждает, что материалы диссертационного исследования Козлова К.В. по теме архитектурно-планировочной организации фитнес-центров были применены в разработке архитектурных решений для физкультурно-оздоровительного комплекса по адресу: Санкт-Петербург, Московский район, Варшавская ул., участок 1 (восточнее дома №5, корпус 2, литера А, по Варшавской ул.).

18.03.2022 г.

Исполнительный директор ООО «АРКА СП»

Гл. Архитектор



Чистова Т.В.

Федотова О.А.

