

Selvitys Personal Training – palvelujen tilanteesta

Keväällä 2019 toteutettavan projektin esittely

Timo Ala-Vähälä

Kuntotestauspäivät

Helsinki 21.3.2019

Selvityksen tavoite

- PT-toiminnan volyymi
 - Työllistäjänä
 - Liikevaihto
 - Alueellinen jakauma
- Liiketoimintamallit
 - Franchising-ketjut, muut ketjut, alihankinta
 - Yritykset, yksittäiset toimijat
- ”Tulokulmat”
 - Kuntosalit, kestävyysvalmennus, hyvinvointivalmennus ym.
 - Koulutukset, sertifikaatit
- Mihin tietoa tarvitaan?
 - Yleiskuva alan palveluista
 - Kuluttajansuojan näkökulma
 - Tietoa koulutuksesta, sertifikaateista
 - Onko kehittämistarvetta?

Selvityksen toteutus

- Tutkimuksen rahoittaa Liikuntatieteellinen Seura
 - Toteuttaa FM Timo Ala-Vähälä (Selvityksiä soveltavan liikunnan palveluista, liikunnan koulutuksesta, liikunnan rahavirroista.)
- Yrittäjien paikantaminen
 - Parhaillaan käynnissä
 - Yritysrekisterin luokat ”muu urheilutoiminta”, ”kuntokeskukset” ja ”urheilu- ja liikuntakoulutus”
 - n. 5000 yrityksen lista, josta löytynee n. 1000 PT palveluja tarjoavaa yritystä
- Rekisteritietojen pohjalta
 - Arvio liikevaihdosta, henkilöstön määrästä, alueellisesta jakaumasta
 - Mukana kaikki toiminta, ei vain PT
 - Yritysten tyyppittely (ketjut, ym.)
- Tarkennettu selvitys:
 - n. 50 – 100 yritystä
 - Puhelinhaastattelut (strukturoidut kysymykset)
 - Liiketoimintamalli, PT-toiminnan osuus, yritysfilosofia
 - Koulutus, sertifikaatit

Määrittely ja aiheen raja

- Personal Trainer – tarvittavia ominaisuuksia (Esimerkki määrittelystä: USA – National Federation of Personal Trainers)
 - Anatomian, fysiologian, ravinto-opin ja fyysisen harjoittelun periaatteiden tuntemus
 - Kyky suunnitella harjoitteluohjelmia yksilöille ja pienryhmille
 - Yksilöllinen sopivuus, turvallisuus
 - Kyky arvioida asiakkaan lähtötilanne ja edistyminen
 - Motivaatio tukea asiakasta hänen kunnonkohotustavoitteissaan (kestävyys, liikkuvuus, voima)
 - Kyky kannustaa asiakasta
 - Integriteetti: asiakassuhteen luottamuksellisuus, ammatilliset standardit
 - Halu kehittää itseään, jatkuva opiskelu, kyky pitää huolta omasta terveydestään, ruumiinkunnostaan ja henkisistä voimistaan
- Rajauksen ongelmia - rajapintoja
 - Lajivalmennus urheilijoille (-> PT tarkoitettu harjoittelijalle, jolla ei ole kilpaurheilutavoitteita.)
 - Hyvinvointivalmennus (-> PT tarjoaa liikunnanohjausta)
 - Verkkovalmennus (-> PT seuraa harjoittelua, antaa palautetta)
 - Ryhmäliikunta (-> PT, jokaiselle osallistujalle yksilöllinen kuntokartoitus ja edistymisen seuranta)

Toiminnan volyymi

- Alustavan arvion mukaan noin 1000 PT palvelua tarjoavaa yritystä
- Henkilöstö: 2 – 4 työntekijää
- Liikevaihto tyypillisesti alle 200.000 €/v.
- N. 40% Uudellamaalla

(Puolet yrityslistasta käyty lävitse)

Liiketoimintamallit

- Toimintakonsepti – PT palvelujen osuus
 - Franchising –ketjut
 - Millä konseptilla erottuvat muista?
 - Liikuntasaliketjut
 - Yksi yritys, useita toimipisteitä
 - Yksittäiset kuntosalit
 - Liikunnanohjaajat
 - Miten järjestävät ohjauksen (ulkoliikunta, salivierailut, muu harjoittelu)?

”Tulokulmat”

- Voima ja liikkuvuus, painonhallinta
 - Kuntosalit
- Ravinto, elämänhallinta, painonhallinta
 - Hyvinvointivalmennus
- PT-toiminta osana muuta toimintaa
 - Hierojat
 - Fysioterapeutit
 - Urheiluvalmentajat
- Koulutuksen, sertifikaattien tarjoajat
 - Kansainväliset toimijat
 - Suomalaiset oppilaitokset

Lopuksi

- Joihinkin teistä otetaan yhteyttä kevään aikana
 - Puhelinhaastattelu tai muu kysely
- Mitä jäi puuttumaan? Mitä tietoa alan toimijat (yrittäjät, ohjaajat) tarvitsevat?
- Tuloksia syksyllä