



Mikä ihmeen PT? Selvitys personal trainer -alan palveluista ja koulutuksesta

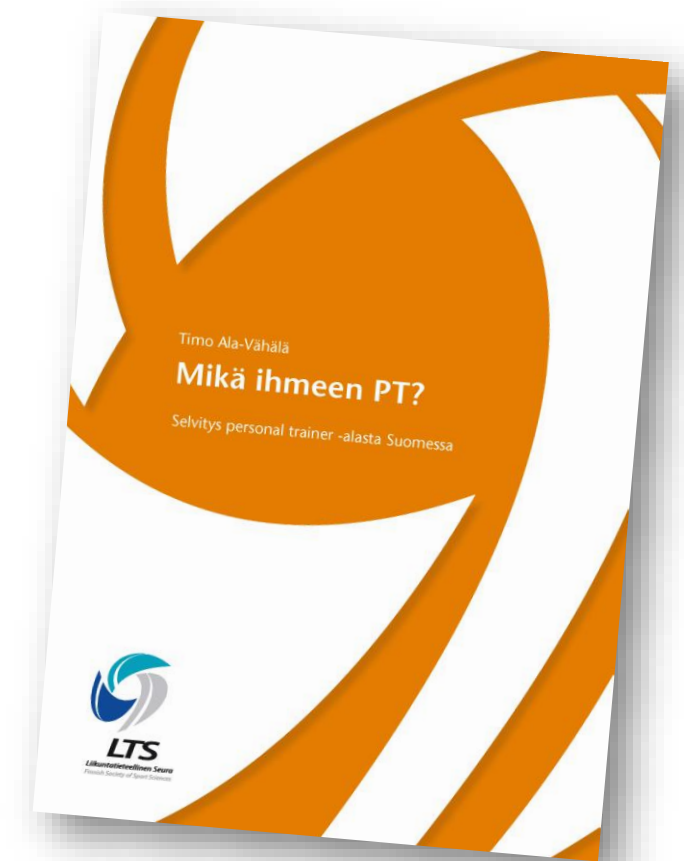
Timo Ala-Vähälä

Raportin julkistamistilaisuus, webinaari 26.10.2020

Liikuntatieteellinen Seura

Raportin peruskysymykset

- PT-palvelut
 - Mikä on palvelujen volyymi?
 - Yritykset
 - Alalla työskentelevät
 - Yritystyyppit
 - Liiketoimintamallit
 - Keskeiset palvelut
- PT-koulutus
 - Koulutukset tarjoajat
 - Oppilaitokset ja yritykset
 - Kuvaus koulutuksen järjestelmästä
 - Koulutuksen laadunvarmistus ja muu ohjaus
 - Koulutuksen järjestelyt ja sisällöt



PT-alan peruspiirteet (1)

- Noin 1 000 PT-palveluja tarjoavaa yritystä
 - Valtaosa pieniä, alle 4 hengen yrityksiä
 - *Huom! Yritysrekisterin tietojen mukaan suurin osa 2–4 hengen yrityksiä. Toisaalta verkkosivujen perusteella suurimman ryhmän muodostavat yksinyrittäjät tai yrittäjänsä profiloituvat yritykset.*
 - Paikannettiin 8 suurta kuntosaliketjua, jotka palkkaavat PT-ohjaajia
 - Kuntosaleilla voi olla omia PT-ohjaajia, alihankkijoina toimivia PT-yrittäjiä, tai PT-yrittäjille on määritelty ehdot, joita noudattamalla voi tulla asiakkaan kanssa salille
 - Yritykset jakautuvat melko tasaisesti kaikkiin maakuntiin
 - Jakauma vastaa paljolti 20–49 -vuotiaiden jakaumaa maakunnittain

PT-alan peruspiirteet (2)

- Vähintään noin 2 200–2 300 PT-ammattissa toimivaa
 - Vuosittain valmistuu vähintään noin 1 000–1 300 PT-ohjaajaa
 - Ilmeisesti vaihtuvuus on alalla suurta
- PT-palvelujen tyypillinen sisältö
 - Lähtötilanneanalyysit, harjoitteluohjelmat, ohjattu harjoittelu, seuranta, ravintoneuvonta, osalla myös etäohjaus
 - Eri palvelujen tarjoajilla eri “tulokulmia”, kuten kuntosaliharjoittelu, voimaharjoittelu, kestävyyslajit, luontoliikunta, jooga, fysioterapiakytkentä, hyvinvointivalmennus
 - Yksinyrittäjät tarjoavat yleensä muitakin liikuntapalveluja

Koulutuksen kenttä

- Julkisen valvonnan alainen koulutus

- PT-koulutus on osa ammatillista tutkintoa (tai kansanopiston tarjoama koulutuskokonaisuus)
- Koulutus kuuluu koulutuksen arviointikeskuksen (Karvi) arviointien piiriin
- Opiskelijalla oikeus opintotukeen, urheiluopistoissa myös majoitukseen
- Yleensä maksutonta
 - Paitsi ammattitutkinnot ja kansanopistojen koulutus

- Julkisen valvonnan ulkopuolinen koulutus

- PT-koulutus oma itsenäinen koulutuskokonaisuutensa
- Ei säädöksin ohjauttua
- Itsesääntelyn järjestelmiä:
 - SKY:n ylläpitämä auktorisoitujen koulutusyksikköjen rekisteri
 - Kansainväliset laadunvarmistuksen toimijat

Julkisen valvonnan alainen PT-koulutus

- Yhteensä 19 koulutuksen tarjoajaa
 - Mutta max. 30% koulutuksen volyymista
- Ammatillinen toisen asteen koulutus
 - PT-koulutus osana liikuntaneuvojan tutkintoa tai liikunnan ja valmennuksen ammattitutkintoa (11 valtakunnallista urheiluopistoa)
 - PT-koulutus ammattiin valmentavana koulutuksena (kolme kansanopistoa)
 - PT-koulutus (lisä)osana hierojan ammattitutkintoa
- Ammattikorkeakoulut
 - PT-koulutus osana liikunnanohjaajan (AMK) tutkintoa (Kajaanin AMK)
 - Voi sisällyttää myös joihinkin fysioterapeutin koulutuksiin (Karelia AMK/avoimen yliopiston tarjoama opintokokonaisuus)
- Yliopistot
 - PT-koulutus osana liikuntatieteiden kandidaatin tai maisterin tutkintoa

PT-koulutus julkisen valvonnan ulkopuolella

- 16 koulutuksentarjoajaa
 - Mutta vähintään noin 70% koulutuksen volyymista
- PT-koulutusta tarjoavat yritykset
- Ammattikorkeakoulujen, urheilu- ja liikuntaopistojen maksullinen palvelutoiminta
 - Esimerkiksi avoin yliopisto
- Suomen Kunto- ja terveystakeskusten yhdistyksen ylläpitämä auktorisoitujen kouluttajien rekisteri
 - Tällä hetkellä 7 kouluttajaa
 - Olemassa myös Eurooppalainen rekisteri (EREPS) ja muita kansainvälisiä toimijoita, joilta kouluttajat ovat saaneet auktorisoinnin tai muun hyväksynnän
- Koulutuksen tarjoajia suurin piirtein yhtä paljon julkisen valvonnan piirissä ja sen ulkopuolella, mutta koulutuksen volyymi on jälkimmäisellä puolella suurempi

Koulutuksen sisällöt (1)

- Julkisen valvonnan alainen koulutus
 - Toisen asteen ammatillinen koulutus
 - Opetushallituksen määrittämät tutkintojen perusteet
 - Urheiluopistojen yhdistyksen määrittelemät sertifiointikriteerit
 - Ammattikorkeakoulu- ja yliopisto-opetus
 - Ei ohjeistoja – PT-osio voidaan laatia yhteistyössä kaupallisen toimijan kanssa (Trainer4You), koulutussisältö vastaa auktorisoidun koulutuksen vaatimuksia (toteutettu Jyväskylän yliopistossa, valmisteilla Kajaanin AMK:ssa)
- Julkisen valvonnan ulkopuolinen koulutus
 - SKY:n auktorisoimat kouluttajat
 - Standardien vaatimustaso vastaa eurooppalaisen koulutuksen viitekehysten (EQF) tasoa 4. (toisen asteen ammatillinen koulutus)

Koulutuksen sisällöt (2)

- Koulutuksen perusteemat
 - Personal trainerin rooli ja toiminta
 - Toiminnallinen anatomia
 - Fysiologia
 - Ravitsemus
 - Liikunnan ja terveyden psykososiaaliset vaikutukset
 - Fyysisen kunnon harjoittaminen
 - Terveyskunnan kartoitus ja suorituskyvyn mittaaminen
 - Harjoitusvastuksen periaatteet
 - Tuki- ja liikuntaelimestön vammat, urheiluvammat, erityishuomiota vaativat asiakkaat
 - PT-palvelujen myynnin periaatteet
- Samat teemat löytyvät muistakin standardeista, samoin tarjolla olevasta koulutuksesta – erot toteutuksen tasolla

PT-koulutus osana koulutusjärjestelmää

- ”Virallinen koulutusjärjestelmä” ei aina pysty vastaamaan työelämän muutokseen
 - Koulutuksen kentälle tulee kysyntään reagoivia yksityisiä toimijoita
 - Kilpailevat standardit: esim. Urheiluopistojen yhdistyksen ylläpitämä sertifiointin järjestelmä ja Kunto- ja terveystakeskusten yhdistyksen (SKY) ylläpitämä järjestelmä
 - Suomalaiset kouluttajat liittoutuvat kansainvälisten toimijoiden kanssa: esim. Nordic Health Academy ja American Council of Exercise
 - Julkisen valvonnan alaiset kouluttajat (ammattikorkeakoulut, yliopistot) tekevät yhteistyötä yksityisten kouluttajien kanssa
 - Esim. Jyväskylän yliopisto ja Trainer4You, Karelia-ammattikorkeakoulu ja Nordic Health Academy
 - Yhteistyön ansiosta yliopistossa tai ammattikorkeakoulussa oleva voi saada yksityisen sektorin auktorisoinnin tai sertifiointin

PT-palvelut osana liikunnan kenttää

- Personal trainer -palvelujen yleistymisen on esimerkki siitä, miten liikunta- ja urheiluharrastus siirtyy vapaan urheiluseurojen puolelta kaupallisten toimijoiden puolelle
- Hyviä puolia:
 - Liikunta-ala tarjoaa urheilijalle ja liikunnan harrastajalle ura-mahdollisuuksia
 - Liikunnan harrastajille on tarjolla ammattitaitoisia ohjaajia
 - Personal trainerit voivat olla myös osana kuntoutusketjua vammasta toipuville tai pitkäaikaissairaille sekä voivat tukea ikääntyviä liikkujia
 - Liikunnan harrastajien ja palvelujen käyttäjien asiakaspiiri laajenemassa. Jo nyt olemassa PT-koulutuksia, jotka valmentavat ikääntyneiden ohjaukseen.
- Mahdolliset ongelmat:
 - Mitä kehitys merkitsee urheiluseuroille?

PT-kentän moninaisuus ja pirstaleisuus

- Moninaisuuden etuja:

- Tarjolla palveluja monen tyyppisille asiakkaille: kuntoilijat, liikunnan aloittajat, “suorituskyvyn maksimoijat”, elämäntaparemontin tekijät, kuntoutusprosessia läpikäyvät
- Moninaisuus toteutuu etenkin suuremmilla paikkakunnilla

- Pirstaleisuuden ongelmia:

- PT-palveluja etsivä voi hämmentyä siitä, miten monenlaisiin koulutuksiin, auktoriseinteihin ja sertifikaatteihin palvelujen tarjoaja voi vedota
- Alalle kouluttautuvalla sama ongelma

- Kehittämistavoitteita (tutkijan näkökulmasta)

- Tarvitaan puolueetonta, läpinäkyvää tietoa standardeista, koulutusten sisällöistä, työllistymisestä



LTS

Liikuntatieteellinen Seura
Finnish Society of Sport Sciences