ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО

ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ГОСТ Р 56644— 2015

Услуги населению

ФИТНЕС-УСЛУГИ

Общие требования

Издание официальное

Москва
Стандартинформ
2020

gost.e-ecolog.ru

Предисловие

1 РАЗРАБОТАН Открытым акционерным обществом «Всероссийский научно-исследовательский институт сертификации» (ОАО «ВНИИС») с участием Ассоциации «Национальный союз организаций в области обеспечения пожарной безопасности», ООО «ЛАНТА ЦЕНТР», ООО «Мастера фитнеса», ООО «АКАДЕМИЯ БОКСА», НОУ «Национальный Университет Фитнеса», ООО «Компания А&А», ООО «Фитнес Дивижин»

2 ВНЕСЕН Техническим комитетом по стандартизации ТК 342 «Услуги населению»

3 УТВЕРЖДЕН И ВВЕДЕН В ДЕЙСТВИЕ Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 14 октября 2015 г. № 1564-ст

4 ВВЕДЕН ВПЕРВЫЕ

5 ПЕРЕИЗДАНИЕ. Февраль 2020 г.

*Правила применения настоящего стандарта установлены в статье 26 Федерального закона от 29 июня 2015 г. № 162-ФЗ «О стандартизации в Российской Федерации». Информация об изменениях к настоящему стандарту публикуется в ежегодном (по состоянию на 1 января текущего года) информационном указателе «Национальные стандарты», а официальный текст изменений и поправок — в ежемесячном информационном указателе «Национальные стандарты». В случае пересмотра (замены) или отмены настоящего стандарта соответствующее уведомление будет опубликовано в ближайшем выпуске ежемесячного информационного указателя «Национальные стандарты». Соответствующая информация, уведомление и тексты размещаются также в информационной системе общего пользования — на официальном сайте Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии в сети Интернет (*gost.e-ecolog.ru

© Стандартинформ, оформление, 2015, 2020

Настоящий стандарт не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен в качестве официального издания без разрешения Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии

Содержание

1 Область применения 1
2 Нормативные ссылки 1
3 Термины и определения 1
4 Общие положения 2
5 Классификация фитнес-услуг 3
6 Общие требования к фитнес-услугам 5
7 Требования безопасности фитнес-услуг 7
8 Требования к персоналу 9
9 Методы контроля фитнес-услуг 10
Библиография 12

НАЦИОНАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Услуги населению

ФИТНЕС-УСЛУГИ

Общие требования

Services for people. Services of the fitnes. General requirements

Дата введения — 2016—01—01

1 Область применения

Настоящий стандарт устанавливает общие требования к фитнес-услугам.

Положения настоящего стандарта распространяются на услуги фитнеса, предоставляемые организациями различных форм собственности и индивидуальными предпринимателями.

Настоящий стандарт является основополагающим при разработке нормативных документов на фитнес-услуги конкретных видов.

2 Нормативные ссылки

В настоящем стандарте использованы нормативные ссылки на следующие стандарты:

ГОСТ 12.1.004 Система стандартов безопасности труда. Пожарная безопасность. Общие требования

ГОСТ ISO 9001 Системы менеджмента качества. Требования

ГОСТ 32670 Услуги бытовые. Услуги бань и душевых. Общие технические условия

ГОСТ Р 50646 Услуги населению. Термины и определения

ГОСТ Р 51142 Услуги бытовые. Услуги парикмахерских и салонов красоты. Общие технические условия

ГОСТ Р 52024 Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования

ГОСТ Р 52025 Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Требования безопасности потребителей

ГОСТ Р 55321 Услуги населению. СПА-услуги. Общие требования

Примечание — При пользовании настоящим стандартом целесообразно проверить действие ссылочных стандартов в информационной системе общего пользования — на официальном сайте Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии в сети Интернет или по ежегодному информационному указателю «Национальные стандарты», который опубликован по состоянию на 1 января текущего года, и по выпускам ежемесячного информационного указателя «Национальные стандарты» за текущий год. Если заменен ссылочный стандарт, на который дана недатированная ссылка, то рекомендуется использовать действующую версию этого стандарта с учетом всех внесенных в данную версию изменений. Если заменен ссылочный стандарт, на который дана датированная ссылка, то рекомендуется использовать версию этого стандарта с указанным выше годом утверждения (принятия). Если после утверждения настоящего стандарта в ссылочный стандарт, на который дана датированная ссылка, внесено изменение, затрагивающее положение, на которое дана ссылка, то это положение рекомендуется применять без учета данного изменения. Если ссылочный стандарт отменен без замены, то положение, в котором дана ссылка на него, рекомендуется применять в части, не затрагивающей эту ссылку.

3 Термины и определения

В настоящем стандарте применены термины по ГОСТ Р 50646, а также следующие термины с соответствующими определениями:

Издание официальное

3.1 **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.

3.2 **фитнес-услуги:** Деятельность исполнителя услуг по удовлетворению потребностей потребителя в формировании, поддержании и укреплении здоровья, физической реабилитации, достижении спортивных результатов, услуги по организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-зрелищных мероприятий.

3.3 **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.

3.4 **исполнитель фитнес-услуг:** Организация, независимо от ее организационно-правовой формы, и индивидуальный предприниматель, предоставляющие фитнес-услуги.

3.5 **процесс обслуживания при предоставлении фитнес-услуг:** Совокупность действий и операций, выполняемых исполнителем при непосредственном контакте с потребителем в процессе предоставления фитнес-услуг.

3.6 **условия обслуживания при предоставлении фитнес-услуг:** Совокупность факторов, воздействующих на потребителя в процессе предоставления фитнес-услуг.

4 Общие положения

4.1 Фитнес-услуги должны соответствовать требованиям нормативных правовых актов Российской Федерации и нормативных документов федеральных органов исполнительной власти, требованиям ГОСТ Р 52024, ГОСТ Р 52025 и настоящего стандарта.

4.2 Фитнес-услуги предоставляют специализированные физкультурно-оздоровительные объекты, в т. ч.: фитнес-центры, фитнес-клубы, велнес-центры, оздоровительные студии и другие объекты фитнеса конкретных форматов.

4.3 Перечень предоставляемых фитнес-услуг устанавливает исполнитель услуг самостоятельно в зависимости от специфики обслуживаемых категорий населения, их возрастного (гендерного) состава и условий функционирования объекта фитнеса.

4.4 В своей деятельности исполнитель фитнес-услуг руководствуется следующими основными документами:

- действующими нормативными правовыми документами в сфере физкультуры и спорта [1]—[9];
- уставом организации и/или Положением об организации;
- договорами с потребителями фитнес-услуг;
- программами предоставления фитнес-услуг (групповыми и персональными программами).

4.5 Все объекты фитнеса должны обладать необходимой материально-технической базой, включая:

- приспособленные помещения и специализированное спортивно-оздоровительное оборудование, снаряжение и инвентарь;
- современные информационно-коммуникационные технологии (аудиовизуальные средства, Интернет-ресурсы), включая информационные и рекламные материалы для потребителей фитнес-услуг;
- квалифицированный персонал;
- методическое и программное обеспечение.

4.6 Фитнес-услуги должны предоставляться на основании договора (контракта) между исполнителем и потребителем услуг, в котором указываются весь перечень предоставляемых фитнес-услуг и требования к ним. Приложением к договору является добровольное информированное согласие потребителя на оказание фитнес-услуг. Исполнитель фитнес-услуг должен обеспечить сохранность персональных данных потребителей услуг.

Формой договора между исполнителями и потребителями фитнес-услуг могут быть клубные карты, абонементы, клип-карты на персональные тренировки и т. п.

4.7 Исполнителю фитнес-услуг рекомендуется разрабатывать, документально оформлять, внедрять и поддерживать в рабочем состоянии систему менеджмента безопасности и качества предоставляемых фитнес-услуг в соответствии с требованиями ГОСТ ISO 9001.

4.8 Потребитель должен быть письменно проинформирован о медицинских противопоказаниях для фитнес-услуг соответствующих видов. На основании этой информации потребителю следует самостоятельно принимать решения о возможности получения фитнес-услуг или о необходимости даль-

нейшей консультации у сотрудника или медицинского персонала объекта фитнеса для определения соответствия состояния здоровья или текущего самочувствия по отношению к выбранному виду физической активности.

4.9 При оказании фитнес-услуг исполнитель услуг должен учитывать индивидуальные особенности и уровень физической подготовленности потребителей.

4.10 Потребитель должен быть письменно проинформирован о возможности получения травм во время тренировок и соблюдении всех мер предосторожности при работе с технически сложным оборудованием.

4.11 Исполнителю фитнес-услуг рекомендуется иметь и поддерживать в рабочем состоянии специализированную компьютерную информационную систему для обеспечения работы с потребителями при оказании фитнес-услуг.

5 Классификация фитнес-услуг

5.1 Различают основные фитнес-услуги и дополнительные (сопутствующие) услуги.

5.2 К основным фитнес-услугам относят:

- организацию и проведение физкультурно-оздоровительных занятий и тренингов;
- организацию и проведение спортивно-зрелищных мероприятий;
- игровые виды спорта;
- предоставление фитнес-помещений;
- информационно-консультативные и образовательные услуги в сфере фитнеса;
- фитнес-услуги для детей.

5.3 Организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий и тренингов

5.3.1 Занятия и тренинги включают в себя фитнес-тренировки, занятия по спортивным и танцевальным направлениям.

5.3.2 Организация и проведение занятий и тренингов предусматривает:

- самостоятельные и персональные (с тренером) занятия в тренажерных залах;
- групповые занятия по расписанию в зонах групповых программ и в фитнес-студиях;
- индивидуальные занятия в залах по предварительной записи по индивидуальным программам;
- групповые занятия в аква-зоне по расписанию;
- индивидуальное обучение плаванию;
- фитнес-тренировки и занятия на открытом воздухе.

5.4 Организация и проведение спортивно-зрелищных мероприятий

Организация и проведение спортивно-зрелищных мероприятий включает в себя:

- организацию фитнес-соревнований в группах;
- спортивные, развлекательные и оздоровительные мероприятия для потребителей фитнес-услуг, в т. ч. фитнес-конвенции, фитнес-саммиты, кроссы, марафоны, турниры по спортивным видам спорта, состязания по единоборствам, танцевальные конкурсы;
- показательные выступления ведущих спортсменов и представителей спортивных организаций;
- организацию досуга различных видов с учетом особенностей предоставляемых фитнес-услуг, в т. ч. культурно-массовые мероприятия, детские и взрослые спортивные праздники, развлекательно-игровые занятия.

5.5 Игровые виды спорта

Игровые виды спорта организуют и предоставляют в специально оборудованных помещениях объекта фитнеса, отвечающих избранному виду спорта, или на открытом воздухе на специально оборудованных или приспособленных площадках.

5.6 Предоставление фитнес-помещений

Предоставление специально приспособленных и оборудованных фитнес-помещений включает в себя:

- использование тренажерных залов, оборудованных для проведения фитнес-занятий соответствующих видов;
- использование объектов фитнеса для оздоровительного отдыха и спорта;
- пользование (прокат) спортивным оборудованием (тренажерами, снарядами, инвентарем).

5.7 Информационно-консультативные и образовательные услуги в сфере фитнеса

Информационно-консультативные и образовательные услуги в сфере фитнеса предусматривают:

- предоставление информации о структуре и содержании фитнес-услуг (через Интернет-связь, средства массовой информации, рекламу и прочее);
- консультационное сопровождение фитнес-услуг (услуги сервис-менеджера);
- консультации по построению и содержанию занятий и тренировочных процессов по фитнесу, спортивным и танцевальным направлениям;
- консультирование потребителей фитнес-услуг специалистами по вопросам, связанным с оказанием фитнес-услуг, исключающим вред различной степени тяжести или нарушение здоровья, а также получение травмы;
- консультации специалистов по проведению медико-восстановительных мероприятий и фитнес-тестирования потребителей;
- разработку индивидуальных и групповых рекомендаций по режиму занятий для потребителей фитнес-услуг, в т. ч. программ персонального тренинга;
- профессиональную подготовку (переподготовку) и повышение квалификации в области фитнес-услуг в соответствии с положениями [10];
- консультации специалистов в области питания (врача-диетолога и пр.) по вопросам рационального режима питания и приема пищевых добавок, витаминно-минеральных комплексов для потребителей фитнес-услуг.

5.8 Фитнес-услуги для детей

Реабилитационные, оздоровительные и соревновательные фитнес-услуги для детей различного возраста предоставляют в специализированных детских фитнес-клубах или в отделах (департаментах) детского фитнеса фитнес-клубов. При их отсутствии отдельные элементы детских фитнес-программ могут предоставляться в комнатах досуга для детей (в детских игровых комнатах).

5.9 Фитнес-услуги могут предоставляться:

- в виде пакета фитнес-услуг — клубной карты;
- в виде абонементов — занятия в мини-группах;
- в виде клип-карт — персональные фитнес-программы;
- в виде единичной фитнес-услуги — разовая персональная тренировка;
- в виде разового посещения объекта фитнеса — гостевой визит.

5.10 К дополнительным услугам, сопутствующим фитнес-услугам, относят:

- фитнес-тестирование;
- услуги раздевалок, душевых;
- предоставление полотенец;
- предоставление халатов, разовых тапочек, косметических наборов и других средств личной гигиены;
- предоставление питьевой воды или кулеров с водой;
- услуги фитнес-бара или услуги предприятий общественного питания других типов;
- услуги по реализации спортивного питания и пищевых добавок;
- предоставление фиточаев в ассортименте;
- гарантированное хранение вещей потребителей услуг, в т. ч. ценных вещей в индивидуальных сейфовых ячейках;
- услуги солярия;
- СПА-услуги, в т. ч. криопроцедуры, галотерапия;
- услуги бань различных видов;
- услуги массажа;
- услуги по коррекции пищевого статуса;
- услуги страхования жизни и здоровья потребителей;
- услуги салона красоты (парикмахерские и косметические услуги);
- услуги детской игровой комнаты;
- услуги прачечной;
- предоставление парковки для автомобилей потребителей фитнес-услуг;
- заказ и вызов такси по заказу потребителей;

- заказ билетов в театры, кино и другие сервисные услуги по заказу потребителей;
- предоставление беспроводного доступа в информационно-телекоммуникационную сеть Интернет (Wi-Fi);
- информационно-рекламные услуги по внутриклубной и событийной навигации на территории объектов фитнеса;
- предоставление фитнес-туров (внутренний и зарубежный туризм).

5.11 Перечень дополнительных услуг, предоставляемых в объектах фитнеса, устанавливает самостоятельно исполнитель фитнес-услуг — администрация организации в зависимости от его специфики, направления деятельности, контингента и потребностей потребителей и т. п. Дополнительные услуги могут оказываться бесплатно или платно по утвержденным тарифам (прейскурантам).

5.12 Дополнительные услуги, предоставляемые при оказании фитнес-услуг, должны соответствовать требованиям нормативных документов на услуги конкретных видов, в т. ч. ГОСТ Р 51142, ГОСТ 32670, ГОСТ Р 55321 и др.

6 Общие требования к фитнес-услугам

6.1 Фитнес-услуги должны соответствовать требованиям настоящего стандарта и нормативных и технических документов на фитнес-услуги конкретных видов.

6.2 Требования к фитнес-услугам должны учитывать интересы потребителей и обеспечивать:
- формирование здорового образа жизни потребителей;
- систему научно-методического и сервисного сопровождения потребителей фитнес-услуг различных групп и возрастных категорий;
- информативность фитнес-услуг;
- точность и своевременность предоставления фитнес-услуг;
- социальную адресность фитнес-услуг;
- эргономичность и комфортность фитнес-услуг;
- эстетичность фитнес-услуг;
- художественную привлекательность фитнес-услуг;
- регулярную оценку профессиональных компетенций персонала, в т. ч. этичности его поведения;
- безопасность и экологичность фитнес-услуг.

6.3 Формирование здорового образа жизни

Формирование здорового образа жизни потребителей предусматривает:
- соответствие предоставляемой фитнес-услуги потребностям и физическим возможностям потребителя услуги;
- доступность и обеспеченность населения фитнес-услугами,
- использование исполнителем фитнес-услуг индивидуальных методик (планов) занятий и индивидуальной системы подготовки (тренировок) по фитнес-услугам конкретных видов;
- использование различных видов общеукрепляющих и оздоровительных мероприятий по поддержанию здоровья, включая закаливание, массаж, правильное питание и пр.;
- систематическое врачебно-педагогическое обеспечение фитнес-услуг в процессе их предоставления;
- распространение знаний о фитнес-услугах как средстве формирования здорового образа жизни.

6.4 Система научно-методического и сервисного сопровождения потребителей фитнес-услуг различных групп и возрастных категорий

Система сопровождения потребителей фитнес-услуг различных групп и возрастных категорий включает в себя:
- программно-нормативное, научно-методическое и медико-биологическое обеспечение физической подготовки потребителей фитнес-услуг всех возрастных или целевых групп;
- соответствие тренировочных нагрузок текущему уровню общей и специальной подготовленности потребителей (выносливости к физической нагрузке);
- использование в практике тренировочных процессов достижений научно-технического прогресса, инновационных технологий.

6.5 Информативность фитнес-услуг

6.5.1 При оказании фитнес-услуг исполнитель обязан предоставить потребителям услуг полную и достоверную информацию. Оказание фитнес-услуг должно быть обеспечено средствами визуализации (плакаты, брошюры, объявления, пресс-релизы и т. д.).

6.5.2 Потребителям фитнес-услуг должна предоставляться следующая информация:

- наименование объекта фитнес-услуг, в т. ч. информация об исполнителе услуг: наименование юридического лица или индивидуального предпринимателя;
- правила поведения и пользования фитнес-объектом (с целью исключения дисциплинарных нарушений и снижения риска травматизма);
- перечень предоставляемых фитнес-услуг, в т. ч. дополнительных, порядок их оказания, стоимость и порядок оплаты платных услуг;
- порядок расчетов с потребителями услуг и условия оказания фитнес-услуг;
- перечень необходимых документов для приобретения фитнес-услуг конкретных видов;
- медицинские противопоказания для потребителей при реализации фитнес-услуг соответствующих видов;
- информация о местах общего пользования;
- информация о нахождении ближайшего пункта медицинской помощи;
- соблюдение правил техники безопасности;
- информация об образовании и квалификации персонала;
- правила поведения потребителей в экстремальных ситуациях;
- другая полезная и дополнительная информация.

6.5.3 Объекты фитнеса должны иметь на входе вывеску с указанием наименования и режима работы.

6.5.4 Информация об исполнителе фитнес-услуг и оказываемых услугах должна быть доведена до потребителей услуг любым доступным и наглядным способом.

6.5.5 Персонал должен провести предварительное собеседование (консультацию, инструктаж, другое информирование) с потенциальными потребителями фитнес-услуг, предоставив им следующую информацию:

- о правилах личной безопасности;
- об особенностях фитнес-услуг выбранного вида;
- о порядке и правилах оказания фитнес-услуг;
- о факторах риска для здоровья чрезмерных или необоснованных физических нагрузок;
- об объеме и методике выполнения физических нагрузок различных видов;
- о режимах тренировок (занятий, тренингов) и отдыха, особенностях личного поведения потребителей для фитнес-услуг определенного вида.

Примечание — Информация может быть получена в виде видеоинструкций или другим способом с использованием Интернет-ресурсов.

6.6 Точность и своевременность предоставления фитнес-услуг

Предоставляемые потребителям фитнес-услуги по срокам и условиям обслуживания должны соответствовать требованиям нормативных и технических документов на фитнес-услуги конкретных видов.

Исполнитель должен оказывать выбранные потребителем фитнес-услуги определенного вида в сроки, установленные договором о предоставлении фитнес-услуг.

6.7 Социальная адресность фитнес-услуг

Требования социальной адресности должны предусматривать:

- доступность фитнес-услуг для населения и их востребованность;
- соответствие фитнес-услуг ожиданиям и физическим возможностям потребителей различных групп, в т. ч. VIP-клиентов, детей, подростков, людей с ограниченными физическими возможностями, иностранных туристов и т. п.;
- установление критериев оказания фитнес-услуг, а также выбор методов обслуживания потребителей в зависимости от их контингента и уровня физической подготовленности.

6.8 Эргономичность и комфортность фитнес-услуг

При предоставлении фитнес-услуг должно учитываться требование эргономичности, которое характеризует соответствие условий обслуживания используемых спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря гигиеническим, антропометрическим, физиологическим параметрам потребителей. Соблюдение требований эргономичности обеспечивает комфортность обслуживания и способствует сохранению здоровья, а также физической работоспособности потребителей фитнес-услуг.

6.9 Эстетичность фитнес-услуг

Предоставляемые фитнес-услуги должны соответствовать требованиям эстетичности. Места предоставления фитнес-услуг и их интерьеры по оформлению должны соответствовать принципам информационно-композиционной целостности и психической гармоничности, обеспечивать удобство и комфортность при их использовании и не противоречить обычаям и традициям населения конкретного региона.

6.10 Художественная привлекательность фитнес-услуг

Предоставляемые фитнес-услуги должны соответствовать требованиям художественной привлекательности, включая оформление спортивных объектов (объектов фитнеса) для участников мероприятий и зрителей.

6.11 Этичность персонала

При оказании фитнес-услуг персонал, включая тренеров, инструкторов, медицинских работников, должен быть приветливым, доброжелательным, коммуникабельным и способствовать созданию комфортных условий для потребителей фитнес-услуг.

6.12 Все дополнительные услуги, предоставляемые при оказании фитнес-услуг, должны соответствовать требованиям нормативных документов в соответствующих сферах.

7 Требования безопасности фитнес-услуг

7.1 При предоставлении фитнес-услуг уровень риска для жизни и здоровья потребителей как в обычных условиях, так и в экстремальных ситуациях (пожар, стихийные бедствия и т. п.) должен быть минимальным.

7.2 Риск для жизни и здоровья потребителей фитнес-услуг возникает в условиях:

- отсутствия полной и детальной информации об оказываемых фитнес-услугах;
- отсутствия фитнес-тестирования;
- нарушения процесса проведения занятий, тренировок, соревнований;
- нарушения процесса использования и эксплуатации спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря.

7.3 К факторам риска фитнес-услуг относят:

- травмоопасность физических упражнений;
- пожароопасность помещений, отделочных материалов и т.п.;
- биологические факторы (микробиологическая обсемененность воздушной и водной среды);
- несоблюдение установленных санитарно-гигиенических показателей;
- негативное воздействие окружающей среды, особенно при проведении фитнес-занятий на открытом воздухе;
- физическое переутомление потребителей фитнес-услуг (перетренированность);
- специфические факторы риска;
- прочие факторы.

7.4 Травмоопасность

7.4.1 Травмоопасность для потребителей фитнес-услуг может возникнуть в результате следующих причин:

- неудовлетворительное состояние объектов фитнеса;
- недостаточная физическая подготовленность потребителя услуг, не соответствующая специфике и уровню тренировок и занятий;

- неудовлетворительные санитарно-гигиенические условия при предоставлении фитнес-услуг;
- использование при предоставлении фитнес-услуг неисправного и травмоопасного спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря;
- неблагоприятные эргономические характеристики используемого спортивного снаряжения и инвентаря (например, использование несоразмерной или неприспособленной обуви приведет к патологии кожных покровов у потребителей и т. п.);
- недостаточный уровень теоретической, методической и практической подготовленности фитнес-тренера, преподавателя, инструктора и методиста;
- комплектование группы потребителей с различной физической и технической подготовленностью;
- нарушение принципов постепенности, последовательности в овладении двигательными навыками и индивидуального подхода к потребителю при освоении тех или иных фитнес-тренировок или программ;
- отсутствие или недостаточная разминка перед тренировкой или чрезмерно интенсивная разминка потребителя услуг;
- технически неправильное исполнение приемов и упражнений при проведении занятий, тренировок и соревнований;
- предпатологические состояния здоровья потребителей фитнес-услуг, не учтенные при проведении занятий и тренировок.

7.4.2 Для снижения травмоопасности при предоставлении фитнес-услуг исполнителям услуг необходимо выполнять следующие требования:

- соблюдать правила эксплуатации объектов фитнеса, спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря;
- проводить регулярное техническое освидетельствование спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря в установленном или рекомендуемом порядке;
- соблюдать эргономические требования к используемому спортивному оборудованию, снаряжению и инвентарю;
- использовать спортивное оборудование, снаряжение и инвентарь, соответствующие виду тренировки, включая специфические средства индивидуальной защиты (например, ремни, пояса и пр.);
- использовать безопасное оборудование, оснащенное необходимыми инструкциями по эксплуатации и предупреждающими надписями, в т. ч. на русском языке;
- соблюдать режим занятий и тренировок;
- обеспечивать соответствующую квалификацию тренера, инструктора;
- осуществлять профилактику травматизма, включая обучение потребителя услуг навыкам самоконтроля при проведении занятий, тренировок;
- информировать потребителей фитнес-услуг о факторах риска и мерах по предупреждению травматизма, в т. ч. с помощью информационных наклеек (ярлыков, этикеток) на технически сложном спортивном оборудовании;
- обеспечивать наличие медицинского кабинета и дежурного медицинского персонала;
- обеспечивать медицинское наблюдение за безопасностью проведения занятий и тренировок.

Примечание — В случае отсутствия медицинского работника рекомендуется организовывать оказание первой неотложной помощи персоналом объекта фитнеса согласно действующим стандартам и протоколам Минздрава России. Для этого в фитнес-клубе, в котором не предусмотрено наличие медицинского работника, должно проводиться регулярное обучение по оказанию первой медицинской помощи среди всего персонала.

На тренировках высокой интенсивности рекомендуется использовать мониторы сердечного ритма.

7.4.3 Потребители должны быть информированы о том, какие экстренные меры следует предпринять в случае получения травмы или развития иного критического для жизни и здоровья состояния.

7.5 Пожароопасность

Номенклатура требований и показателей по обеспечению пожарной безопасности потребителей фитнес-услуг от воздействия фактора риска пожароопасности и методы его проверки по ГОСТ 12.1.004.

Объекты фитнеса должны соответствовать [3], [4], [6]. Эксплуатация спортивно-оздоровительного оборудования по пожаробезопасности и электробезопасности должна соответствовать требованиям [9], а также нормативных и технических документов.

7.6 Санитарно-гигиенические показатели

При оказании фитнес-услуг необходимо соблюдать действующие санитарно-гигиенические нормы и правила [5], [8].

7.7 Биологические факторы

К биологическим факторам риска относят наличие патогенных микроорганизмов и продуктов их жизнедеятельности, микроорганизмов, вызывающих аллергические и другие токсические реакции, наличие в воздушной, водной среде объекта фитнеса веществ, вызывающих канцерогенные эффекты.

Для снижения отрицательного воздействия биологических факторов при предоставлении фитнес-услуг необходимо соблюдать требования к содержанию всех помещений объектов фитнеса; организации дезинфекции, дезинсекции и дератизации помещений, удалению отходов и защиты от насекомых и грызунов, а также выполнение других санитарно-гигиенических мероприятий согласно требованиям надзорных органов.

7.8 Факторы воздействия окружающей среды

Воздействие окружающей среды на потребителей фитнес-услуг обусловлено следующими параметрами микроклимата помещений: повышенными или пониженными температурами окружающей среды, влажностью и скоростью движения воздуха в зоне обслуживания или перемещения потребителей.

Показатели микроклимата в объектах фитнеса должны соответствовать установленным санитарно-гигиеническим требованиям.

Предупреждение вредных воздействий окружающей среды обеспечивают:

- учет климатических особенностей района (месторасположения) объекта фитнеса;
- оснащение объектов фитнеса системами кондиционирования, вентиляции, отопления, автоматического контроля и сигнализации, а также устройствами озонирования воздуха;
- оборудование ветрозащитных стенок на открытых спортивных и игровых площадках.

7.9 Физические перегрузки потребителей

При проведении занятий и тренировок физические нагрузки должны соответствовать уровню физической подготовленности потребителей фитнес-услуг, возрасту, полу, состоянию здоровья.

Занятия и тренировки следует проводить в присутствии тренера (преподавателя, дежурного инструктора) и медицинского персонала (при его наличии в объекте фитнеса).

7.10 Специфические факторы риска

Специфические факторы риска при предоставлении фитнес-услуг обусловлены:

- техническим состоянием используемых объектов материально-технической базы (фитнес-объектов, спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря и т. д.);
- уровнем профессиональной подготовленности персонала (тренеров, преподавателей, инструкторов);
- подготовкой потребителей к занятиям, тренировкам, соревнованиям (инструктаж, экипировка, снаряжение).

7.11 Прочие факторы риска

К прочим факторам риска относят опасности, связанные с отсутствием необходимой информации о фитнес-услугах и их характеристиках.

Потребителям фитнес-услуг должна быть предоставлена достаточная информация о предоставляемых услугах (основные характеристики услуги, условия обслуживания) в соответствии с требованиями п. 6.5.

7.12 Исполнители фитнес-услуг должны иметь комплект действующих нормативных и технических документов по обеспечению безопасности потребителей и руководствоваться ими в своей деятельности.

8 Требования к персоналу

8.1 К персоналу объектов фитнеса относят исполнителей фитнес-услуг, непосредственно занятых физкультурно-оздоровительной, спортивно-педагогической и рекламно-просветительской деятельно-

стью и имеющих соответствующую квалификацию, в т. ч.: тренеров, преподавателей, инструкторов по спортивно-оздоровительной гимнастике, групповым программам, тренажерному залу, фитнес-аэробике, детскому фитнесу и т. п.

8.2 Исполнители фитнес-услуг должны обладать следующими умениями и навыками:

- иметь соответствующую профессиональную или спортивную квалификацию, подтвержденную документами, оформленными в установленном порядке (сертификат персонала, диплом, удостоверение);
- иметь специальную подготовку необходимого уровня и квалификации, соответствующую занимаемой должности и выполняемой работе;
- проходить регулярную оценку профессиональных компетенций;
- знать методику предоставления фитнес-услуг;
- знать правила эксплуатации спортивного оборудования, снаряжения, инвентаря;
- знать основы анатомии, физиологии, биохимии и биомеханики;
- знать теорию и методику фитнес-тренировки, в т. ч. уметь разрабатывать индивидуальную фитнес-программу и проводить тренировку;
- знать схемы построения тренировки, методики тренировки различных мышечных групп, технику движения в физических упражнениях;
- знать основные принципы и особенности тренировок в зависимости от пола, возраста, состояния здоровья;
- владеть методиками построения и разучивания физических упражнений и проведения фитнес-тестирования;
- знать основы организации медицинского контроля и оказания первой неотложной помощи;
- знать и соблюдать правила и нормы техники безопасности, санитарно-гигиенические нормы, правила пожарной безопасности.

8.3 Требования к профессиональному образованию и специальной подготовке исполнителей фитнес-услуг устанавливаются в соответствии с действующим законодательством о физической культуре и спорте и об образовании [2], [10].

8.4 Администрация объекта фитнеса должна организовывать и проводить необходимые мероприятия по обеспечению соответствия профессиональной пригодности персонала занимаемой должности в рамках установленной организационно-функциональной структуры, в т. ч. путем:

- обучения, аттестации и сертификации персонала;
- организации повышения квалификации и профессиональной переподготовки.

8.5 Исполнители фитнес-услуг должны соблюдать профессиональную этику поведения.

Профессиональными этическими нормами поведения при предоставлении фитнес-услуг являются доброжелательность, коммуникабельность, клиентоориентированность, общая культура поведения.

8.6 При внедрении нового оборудования для конкретных фитнес-программ персонал должен проходить дополнительную подготовку и иметь подтверждающий документ о прохождении обучения у изготовителя оборудования, авторизованного дилера или правообладателя методики.

8.7 Исполнители фитнес-услуг должны разрабатывать письменные стандарты работы персонала, который проводит групповые и индивидуальные занятия с потребителями фитнес-услуг.

Персонал объектов фитнеса должен быть подготовлен к действиям в чрезвычайных ситуациях.

9 Методы контроля фитнес-услуг

9.1 Для оценки качества и безопасности фитнес-услуг используют методы контроля: визуальный, экспертный, социологический, инструментальный (измерительный).

9.2 Визуальный метод предполагает проверку состояния объектов фитнес-услуг, спортивного оборудования, тренажеров, инвентаря и пр.

Этот метод, как правило, применяют исполнители услуг для самоконтроля предоставления фитнес-услуг.

9.3 Экспертный метод представляет аудит деятельности фитнес-объекта по заказу исполнителя фитнес-услуг (администрации или владельца объекта фитнеса). Метод основан на качественных и количественных оценках экспертов в сфере фитнеса, в т. ч. руководителей и менеджеров объектов фитнеса. Использование экспертного метода предполагает проверку наличия технических документов на оказание фитнес-услуг конкретных видов, оценку профессиональных компетенций персонала и пр.

9.4 Социологический метод предполагает проведение социологических обследований (анкетирование, опросы, интервьюирование потребителей фитнес-услуг, записи в книге отзывов потребителей, интернет-отзывы потребителей) с последующим анализом и обработкой полученных данных.

Этот метод применяют исполнители фитнес-услуг, образовательные и консалтинговые организации.

9.5 Инструментальный (измерительный) метод включает проверки технического состояния спортивно-оздоровительного оборудования, снаряжения и инвентаря и других характеристик объектов фитнеса согласно ГОСТ Р 52025.

Этот метод применяют привлекаемые испытательные лаборатории (центры), аккредитованные в установленном порядке, в пределах области аккредитации.

Библиография

[1] Закон Российской Федерации от 7 февраля 1992 г. № 2300-1 «О защите прав потребителей» с изменениями и дополнениями

[2] Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями

[3] Федеральный закон от 30 декабря 2009 г. № 384-ФЗ «Технический регламент о безопасности зданий и сооружений»

[4] Федеральный закон от 22 июля 2008 г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности»

[5] Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.1.2.2645—10 — Санитарно-эпидемиологические требования к условиям проживания в жилых зданиях и помещениях

[6] Свод правил СП 31-112—2004 — Физкультурно-спортивные залы. Части 1 и 2

[7] Свод правил СП 31-113—2004 — Бассейны для плавания

[8] СанПиН 1567—76 — Санитарные правила устройства и содержания мест занятий по физической культуре и спорту в редакции от 31 октября 1996 г.

[9] Технический регламент Таможенного Союза ТР ТС 004-2011 «О безопасности низковольтного оборудования»

[10] Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

УДК 658.386:006.354 ОКС 03.080.30

Ключевые слова: фитнес-услуги, классификация фитнес-услуг, исполнитель фитнес-услуг, потребитель фитнес-услуг, общие требования, требования безопасности, риски, объект фитнеса

Редактор переиздания *Е.И. Мосур*
Технический редактор *И.Е. Черепкова*
Корректор *О.В. Лазарева*
Компьютерная верстка *Е.О. Асташина*

Сдано в набор 25.02.2020. Подписано в печать 09.06.2020 Формат 60×84 1/8. Гарнитура Ариал.
Усл. печ. л. 1,86. Уч.-изд. л. 1,68.
Подготовлено на основе электронной версии, предоставленной разработчиком стандарта

Создано в единичном исполнении во ФГУП «СТАНДАРТИНФОРМ» для комплектования Федерального информационного фонда стандартов, 117418 Москва. Нахимовский пр-т, д. 31, к. 2.
www.gostinfo.ru gost.e-ecolog.ru

gost.e-ecolog.ru