

# Фитнес-тренеры России — 2023: портрет, образование, карьерные пути и перспективы



# Создатели исследования

**Исследовательская  
компания  
FitnessData**

<https://fitnessdata.ru/>  
<https://t.me/fitnessdataru>

**Ассоциация  
операторов фитнес-  
индустрии (АОФИ)**

<https://fitnessassociation.ru/>  
<https://t.me/aofirus>

**Ассоциация  
Профессионалов  
Фитнеса (FPA)**

<https://fitness-pro.ru/>  
<https://t.me/trenerskayaFPA>

**Программа управления  
фитнес-клубом  
и спортивной студией  
Fitbase**

<https://fitbase.io/>  
<https://t.me/fitbaseio>

**Система управления  
фитнес-клубами  
и студиями  
Mobifitness**

<https://mobifitness.ru/>  
[https://t.me/mobifitness\\_ru](https://t.me/mobifitness_ru)

**Отраслевая бизнес-  
площадка «Фитнес-  
Эксперт»**

<https://russia.fitness/>  
[https://t.me/fitness\\_expert](https://t.me/fitness_expert)

# Содержание исследования

Ключевые факты	Портрет тренеров	Образование	Карьерные пути	Отношение к работе
5	6	17	24	30
Социальные сети	Заработок в интернете	Проф. стандарты	Перспективы	О создателях
38	42	45	47	50

# Вводное слово

Фитнес-индустрия появилась в России около 30 лет назад и за это время показала себя как прогрессивная, адаптивная и социально значимая часть российской экономики. Отрасль успешно пережила несколько кризисов и лишь один раз в современной истории сокращалась: в 2020 г. из-за ограничений, связанных с COVID-19.

Ковидный кризис оказал существенное влияние на отрасль, в том числе на рынок кадров.

Около 10–30% (по разным оценкам) специалистов покинули отрасль из-за длительного простоя в ковидный период. Часть из них после снятия ограничений вернулись к работе, другие же покинули отрасль навсегда.

Ускоренная и порой вынужденная цифровизация также повлияла на рынок труда: часть тренеров стали зарабатывать онлайн и оказались независимыми от физических площадок (клубов и студий), другие и по сей день задумываются о такой возможности.

Общие тренды индустрии — цифровизация, повышение роли фитнес-департаментов, массовое развитие студий и клубов с рекуррентными платежами — также влияют на положение фитнес-тренеров.

В исследовании предпринята первая попытка проанализировать влияние условий рынка на профессию фитнес-тренера, составить портрет тренера, оценить степень удовлетворенности тренера работой, выявить проблемы и карьерные возможности для развития. Уверены, что исследование будет полезно управленцам, HR, собственникам фитнес-объектов, маркетологам и, конечно же, фитнес-тренерам.

*Максим Боровиков, управляющий партнер FitnessData,*

*и команда единомышленников, без которых это исследование бы не состоялось:*

*Ассоциация операторов фитнес-индустрии (АОФИ), Ассоциация Профессионалов Фитнеса (FPA), отраслевая бизнес-площадка «Фитнес-Эксперт», создатели программного обеспечения для фитнес-клубов и студий Mobifitness и Fitbase.*

# Ключевые факты исследования

**350 000**

фитнес-тренеров работают  
в России

**73 000 руб.**

средняя зарплата тренера  
в России

**67%**

фитнес-тренеров начинали  
свою карьеру не в фитнес-  
индустрии

**27%**

фитнес-тренеров уже  
зарабатывают в онлайн, еще  
47% хотели бы зарабатывать  
онлайн

**39 000**

фитнес-блогеров из России  
представлено в социальных  
сетях

**21%**

фитнес-тренеров видят себя  
фитнес-блогерами через 10 лет

# 1. Портрет

фитнес-тренеров России

**350 000**

**тренеров работают в России**

# Портрет фитнес-тренера. Гендерные различия



Мужчины



Женщины

Средний возраст	36,5 лет	34,9 лет
Спортивный разряд	44% имеют спортивный разряд	26% имеют спортивный разряд
Средний доход	86,3 тыс. руб.	66,5 тыс. руб.
Уровень образования	67% — высшее образование	76% — высшее образование
Основные профили работы	68% — тренеры тренажерного зала 9% — тренеры по функциональной подготовке 7% — тренеры групповых программ	41% — тренеры тренажерного зала 38% — тренеры групповых программ 7% — тренеры оздоровительных программ
Доля, получаемая от персональной тренировки клиента	53%	50%
Уже тренируют в интернете	30%	26%
Видят себя собственниками клуба / студии через 10 лет	44%	49%



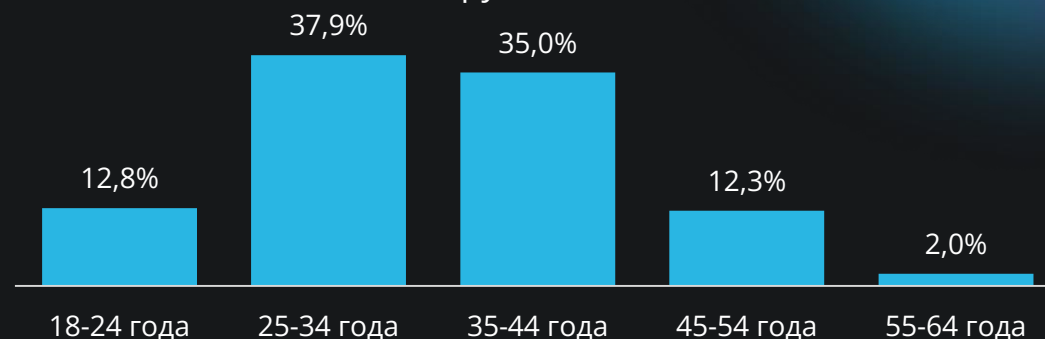
# Возраст

# 35 лет

средний возраст фитнес-тренеров в России

Фитнес-тренер — молодая во всех смыслах профессия: она появилась лишь в 1990-х, правила и нормы для рынка все еще далеки от устоявшихся. Более 85% фитнес-тренеров, работающих в России, — люди в возрасте до 45 лет, что отчасти предопределено молодостью самой отрасли, отчасти связано со спецификой работы. В ходе исследования также были получены повторяющиеся отзывы про возрастную дискриминацию — клубы и студии пока неохотно работают с тренерами старше 50 лет.

Распределение тренеров по возрастным группам, %



Распределение тренеров по возрасту в регионах, лет



# Спортивные достижения

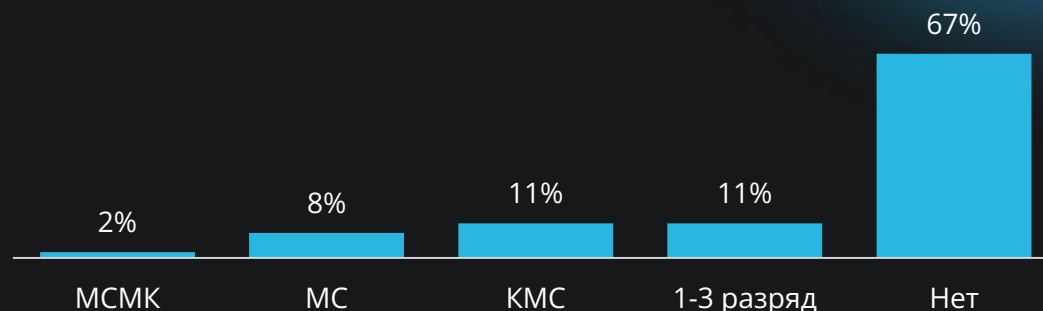
# 33%

фитнес-тренеров имеют спортивный разряд

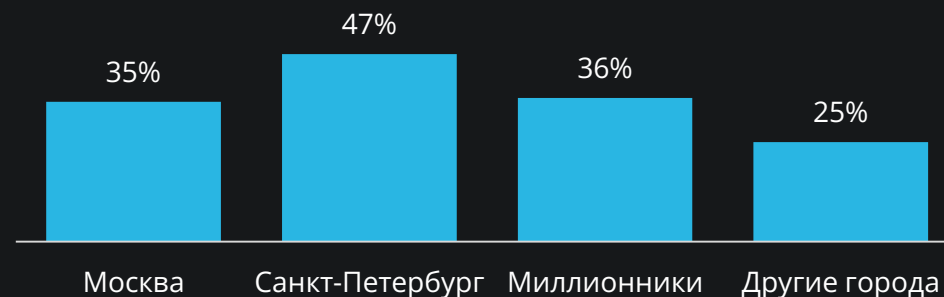
Каждый третий фитнес-тренер имеет спортивный разряд — суммарно таких специалистов в фитнес-индустрии больше 100 тыс. человек. Наибольшая доля тренеров, имеющих спортивные разряды, в Санкт-Петербурге, наименьшая — в городах с населением менее 1 млн человек.

Доля тренеров мужского пола, имеющих спортивные разряды, в полтора раза выше, чем у женщин.

Распределение тренеров по наличию спортивных разрядов, %



Доля тренеров, имеющих спортивный разряд, %



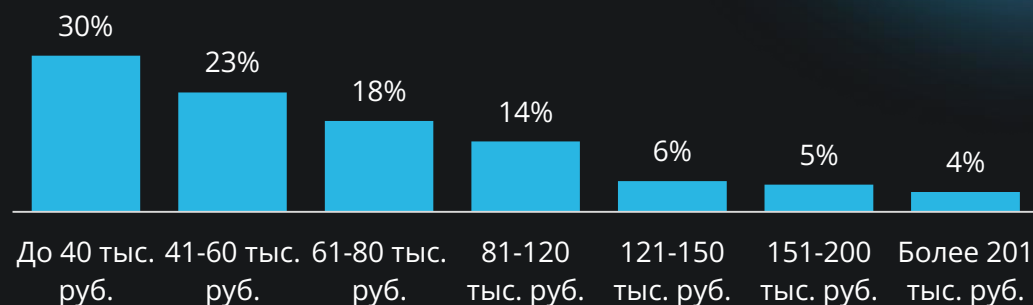
# Доходы фитнес-тренеров

# 73 тыс. руб.

средняя зарплата фитнес-тренера в России

Средняя зарплата фитнес-тренера, получаемая на руки, с учетом бонусов и доходов от персональных тренировок — 73 тыс. руб. Почти треть специалистов зарабатывают больше 80 тыс. руб., однако еще 30% — менее 40 тыс. руб. Заработная плата фитнес-тренеров в миллионниках и в Санкт-Петербурге практически не различается, тогда как в Москве она в среднем выше на 25–30%.

Распределение по уровню доходов, %



Средние доходы в регионах страны, тыс. руб.



# Доходы: половозрастные факторы

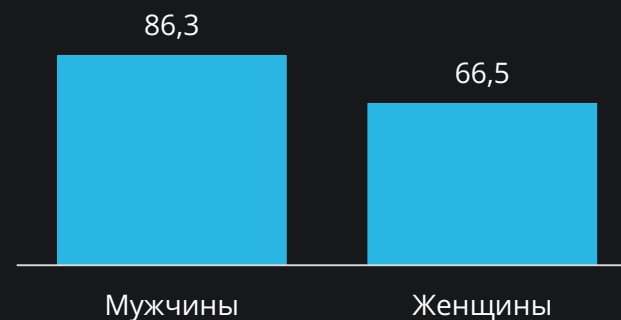
на **23%**

выше средняя зарплата тренеров-**мужчин** по сравнению с тренерами-женщинами

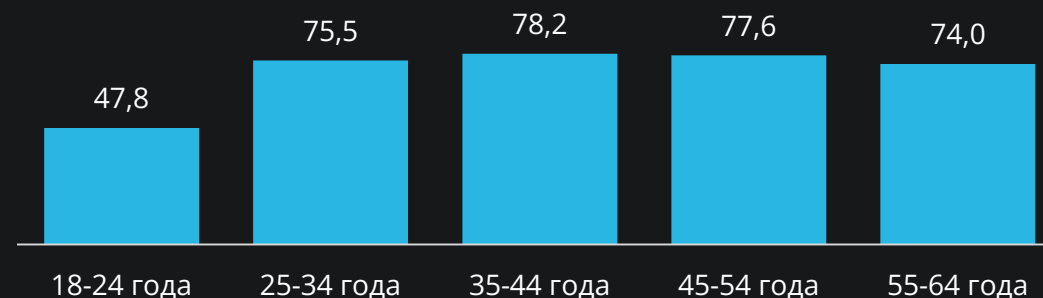
На рынке фитнес-услуг есть существенные гендерные различия в оплате труда, что связано в первую очередь со специализацией (женщины чаще являются тренерами групповых программ и детскими тренерами). Средняя зарплата мужчин-тренеров составляет 86,3 тыс. руб., женщин — 66,5 тыс. руб.

Единственная возрастная группа, имеющая зарплату, существенно меньшую, чем другие группы, — самые молодые специалисты. Во многом это связано с недостатком опыта и образования.

Средняя зарплата по полу, %



Средняя зарплата по возрастным группам, тыс. руб.



# Доходы: направления работы и разряды

в **1,8** раза

различаются зарплаты между различными направлениями работы фитнес-тренеров

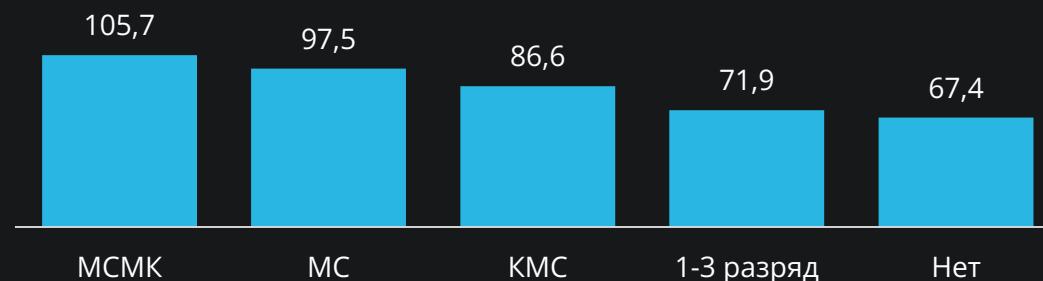
Выбор направления работы внутри фитнес-рынка во многом предопределяет доход — групповики и детские тренеры в целом получают почти в 1,8 раза меньше, чем тренеры, специализирующиеся на функциональной подготовке. Также выше средняя зарплата у специалистов, занимающихся оздоровительными программами, и тренеров тренажерного зала.

Между спортивным разрядом и доходом фитнес-тренеров обнаружена прямая зависимость — чем выше звание, тем больше доход.

Доходы тренеров по профилю работы, тыс. руб.



Доходы тренеров в зависимости от спортивного разряда, тыс. руб.



# Доходы по профилю обучения

# 102 тыс. ₽

средняя зарплата фитнес-тренеров с базовым **медицинским образованием**

Профильное образование позволяет зарабатывать тренерам больше, однако явно выделяются лишь специалисты с медицинским образованием — как высшим, так и средним профессиональным. Среди обладателей непрофильного образования значимые различия наблюдаются лишь у представителей гуманитарных наук, которые зарабатывают на 3 тыс. руб. больше, чем в среднем по рынку.

Средние доходы по направлению базового образования тренеров, тыс. руб.



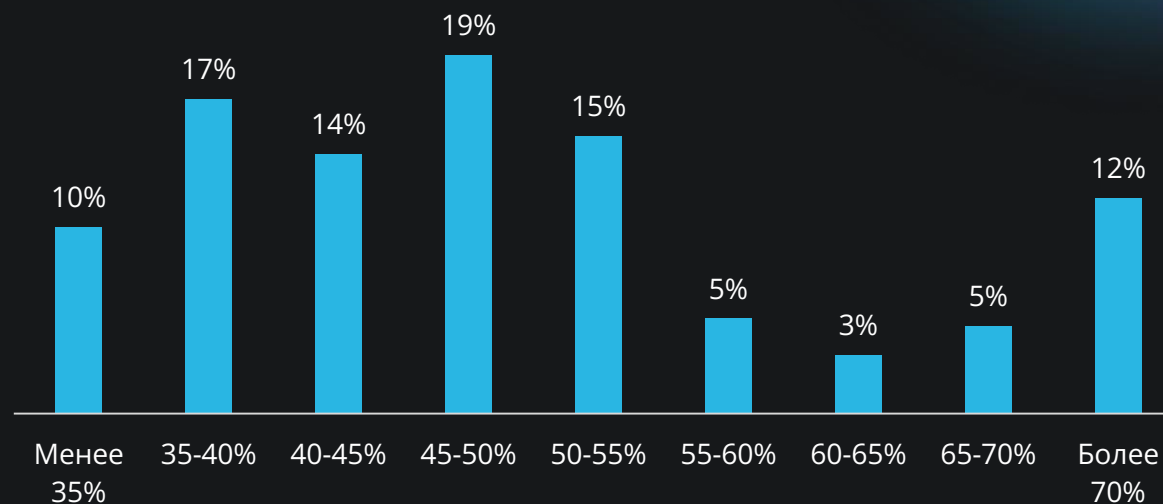
# Доходы от персональных тренировок

# 50%

от стоимости персональной тренировки в среднем по отрасли получает тренер (без учета тренеров на аренде)

Большая часть тренеров получают около 50% от стоимости проведенной персональной тренировки, географические дисбалансы — не очень значимые: чуть меньше готовы делиться с тренерами в Москве и Московской области, наиболее высокий показатель — в городах с населением менее 1 млн чел.: 52% в среднем.

Доля от стоимости персональной тренировки, получаемая тренером, %



Средняя доля от стоимости персональной тренировки, получаемая тренером, %



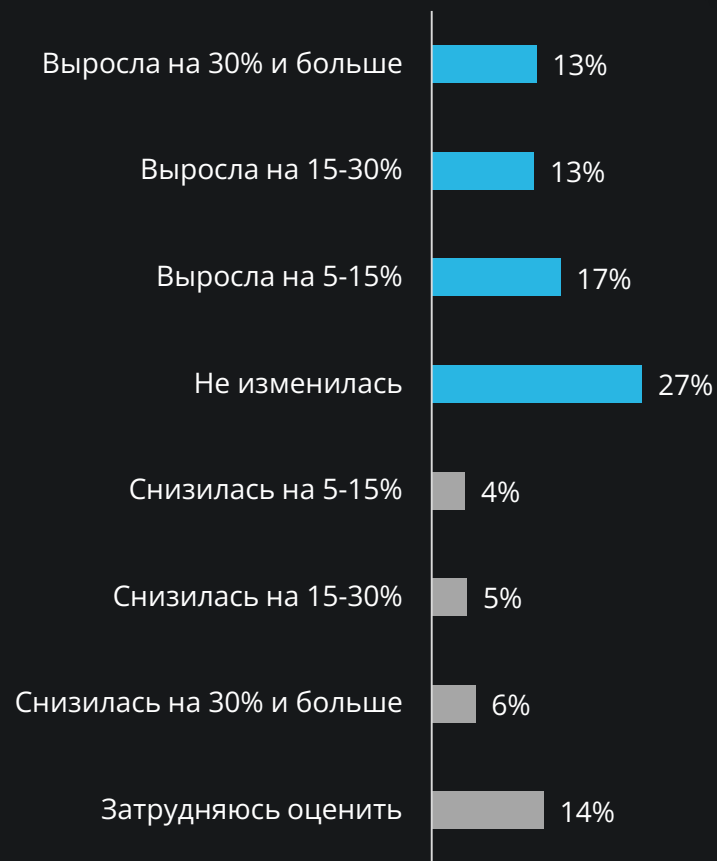
# Изменение доходов в 2021–2022 гг.

# 43%

фитнес-тренеров стали получать больше по итогам 2021–2022 гг.

Наиболее крупная группа тренеров — тренеры с выросшей зарплатой, их 43%. Примерно ¼ фитнес-тренеров утверждают, что их зарплата за прошедшие два года не менялась, а о снижении говорят лишь 15% тренеров. Еще 14% затруднились оценить изменения — из-за смены места работы, профиля и других причин.

Изменение доходов в 2021–2022 гг., %





# 2. Образование

фитнес-тренеров России

# Уровень образования

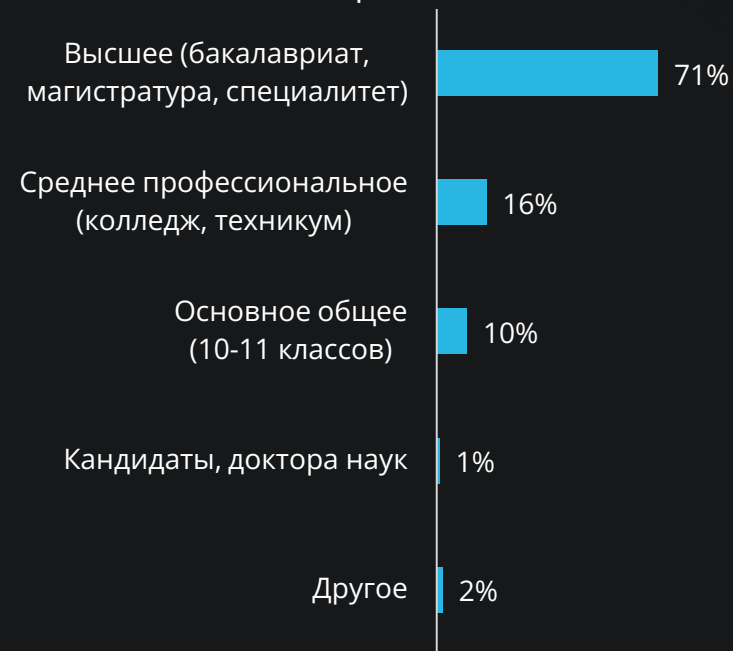
# 72%

тренеров имеют диплом о высшем образовании

Уровень образования в фитнес-индустрии значительно выше, чем среди кадров по стране в целом. Несмотря на случайный характер выборки — по нашему мнению, выборка смещена в сторону более образованных специалистов, — в реальности доля тренеров с высшим образованием, вероятно, ниже.

Среднее профессиональное образование есть у 16% фитнес-тренеров — в основном это специалисты, имеющие образование по профилям «физическая культура и спорт», «общественные науки» и «медицина». Кандидаты и доктора наук составляют более 1% от опрошенных тренеров — чаще всего они финансово более успешны, чем их коллеги без ученых степеней.

Распределение фитнес-тренеров по уровню образования, %



# Направление базового образования

# 36,5%

фитнес-тренеров имеют профильное высшее или среднее профессиональное образование

Под профильным образованием мы понимали четыре направления — физическую культуру и спорт, педагогические науки, медицину и хореографию. Самое популярное непрофильное образование тренеров — общественные науки — экономика, маркетинг и др. Технарей и гуманитариев на рынке примерно поровну — 12–13%.



# Наличие фитнес-образования

# 9 из 10

фитнес-тренеров имеют дополнительное образование в сфере фитнеса

Большая часть опрошенных тренеров имеют дополнительное образование в сфере фитнеса, причем половина прошла через обучение продолжительностью более 6 месяцев. Тех, кто проходил только курсы продолжительностью менее месяца, около 7%. По гендерному признаку большую нацеленность на получение продолжительного образования демонстрируют тренеры-женщины, мужчины чаще обходятся без дополнительного образования или закрывают дефицит знаний с помощью коротких курсов.

Фитнес-образование тренеров, %\*



\* Возможен выбор нескольких вариантов ответа

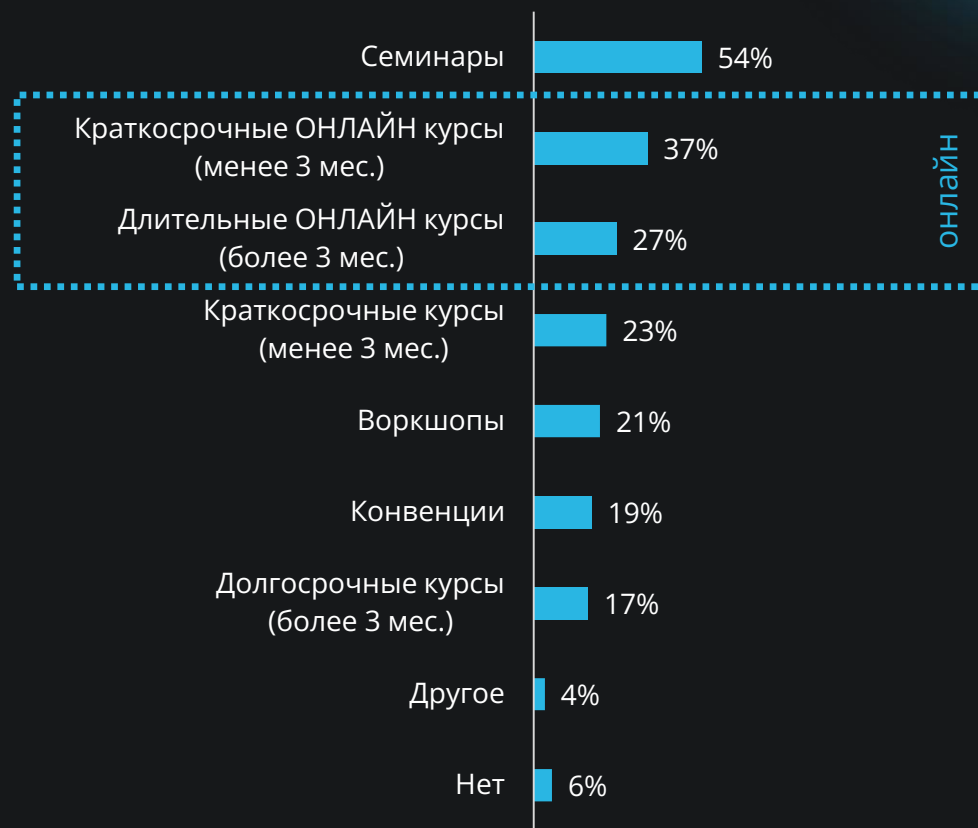
# Фитнес-образование в прошедшем году

# 64%

фитнес-тренеров имели опыт **онлайн-обучения** в 2022 г.

Регулярное обучение — одна из главных положительных черт фитнес-индустрии. Не проходили никакого обучения в 2022 г. лишь 6% тренеров, большая часть тренеров прошли через то или иное обучение. Самый популярный формат — семинары, включающие несколько занятий. Онлайн краткосрочные и долгосрочные курсы затронули почти две трети всех фитнес-тренеров. На долгосрочных офлайн-курсах в прошедшем году обучалось лишь 17% фитнес-тренеров.

Фитнес-образование тренеров, %\*



\* Возможен выбор нескольких вариантов ответа

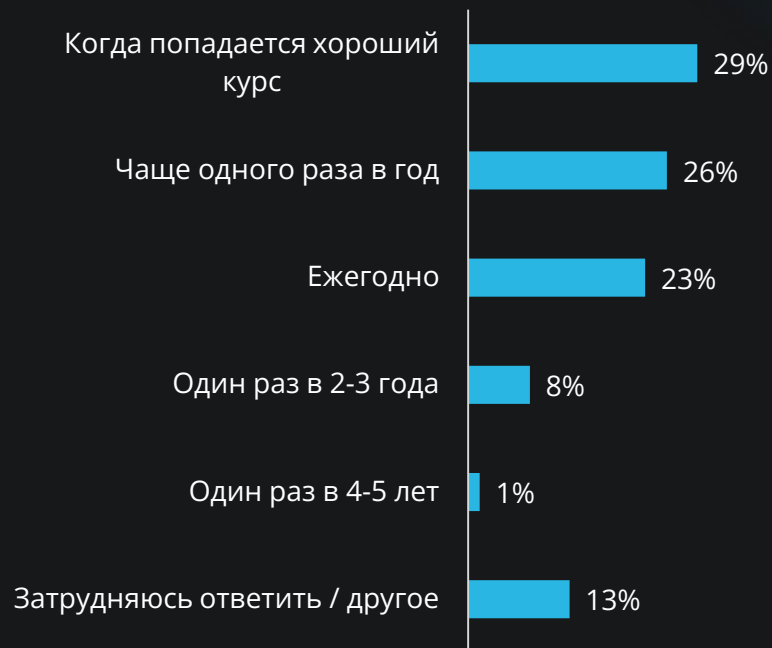
# Частота обучения

## >49%

фитнес-тренеров проходят обучающие курсы чаще одного раза в год

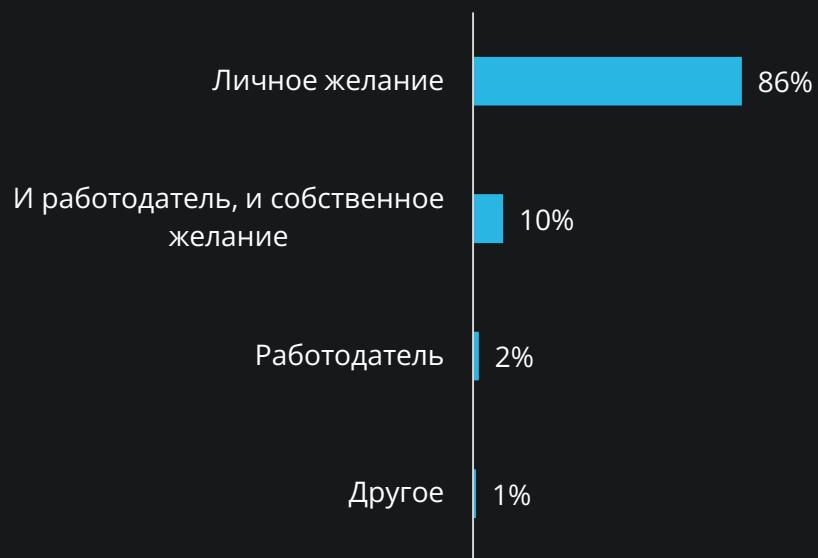
29% тренеров проходят обучение, когда видят хороший курс, независимо от времени прохождения предыдущего обучения. С учетом динамичности фитнес-науки и регулярных значимых открытий в сфере тренировок их можно понять. Тех, кто обучается редко, немного — 9% обучаются реже, чем раз в год, еще некоторое количество тренеров не обучаются совсем, так как считают, что текущих знаний им достаточно.

Частота прохождения обучающих курсов, %



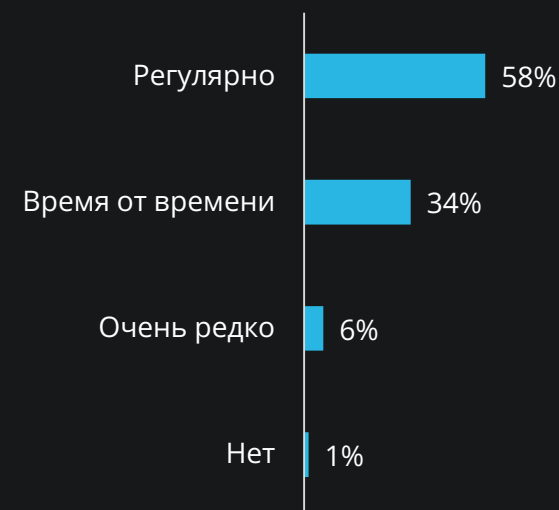
# Инициатива при обучении и самообразование

Инициаторы фитнес-обучения тренеров, %



Личная инициатива — главный фактор обучения фитнес-тренеров — преобладает во всех изучаемых регионах. Работодатель крайне редко является основным инициатором обучения, но в 10% случаев желания тренеров и работодателей совпадают.

Самостоятельное обучение фитнес-тренеров — статьи, книги, видео и т. п., %



Более половины фитнес-тренеров регулярно занимаются самообразованием — читают специальную литературу, смотрят видео и пользуются другими источниками. Тех, кто занимается самообразованием совсем редко или вообще не занимается, меньше 7%.

# 3. Карьера

## фитнес-тренеров России



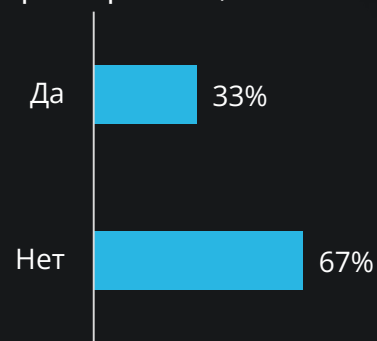
# Карьерный путь фитнес-тренеров

# 33%

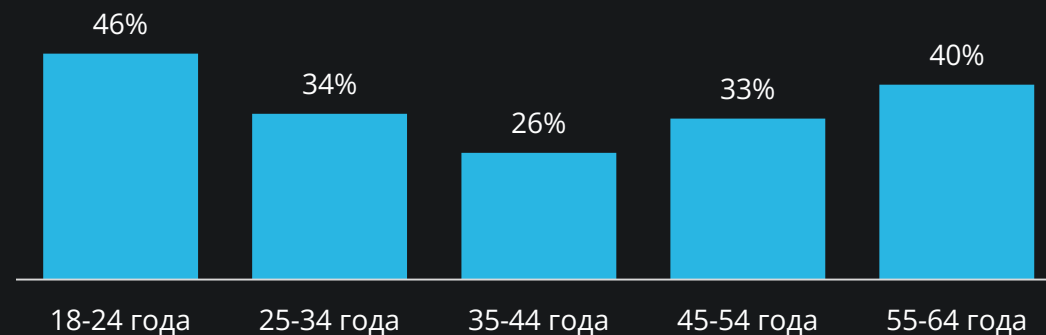
фитнес-тренеров не имеют опыта работы в другой профессиональной индустрии, фитнес для них — первое место работы

Лишь треть всех фитнес-тренеров работают всю карьеру в фитнес-индустрии, большая часть тренеров начинали свою карьеру в других профессиональных областях. Наибольшая доля фитнес-тренеров, не имеющих другого опыта работы, среди молодых специалистов — 46%, наименьшая — среди специалистов среднего возраста — 26%.

Доля фитнес-тренеров, для которых фитнес — первая работа, %



Доля фитнес-тренеров, для которых фитнес — первая работа, по возрасту, %



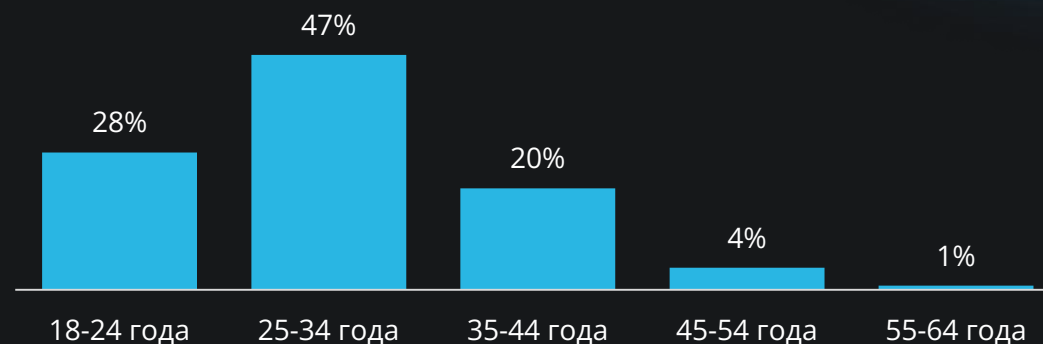
# Средний возраст начала работы в фитнесе

# 31 год

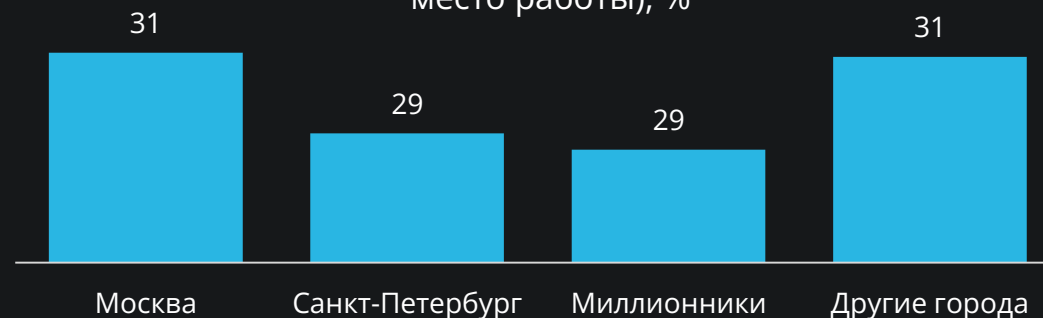
средний возраст, в котором фитнес-тренеры приходят в индустрию

67% всех тренеров пришли в фитнес-индустрию из других профессий, средний возраст начала работы в фитнес-индустрии — 31 год. Специалистов, которые приходят в фитнес после 45 лет, минимум (5%), а различия в среднем возрасте между регионами России небольшие.

Распределение тренеров по возрасту начала работы в фитнес-индустрии (для тех, у кого фитнес не первое место работы), %



Средний возраст начала работы в фитнес-индустрии (для тех, у кого фитнес не первое место работы), %



# Предыдущее место работы

# 16%

фитнес-тренеров работали до фитнеса в продажах

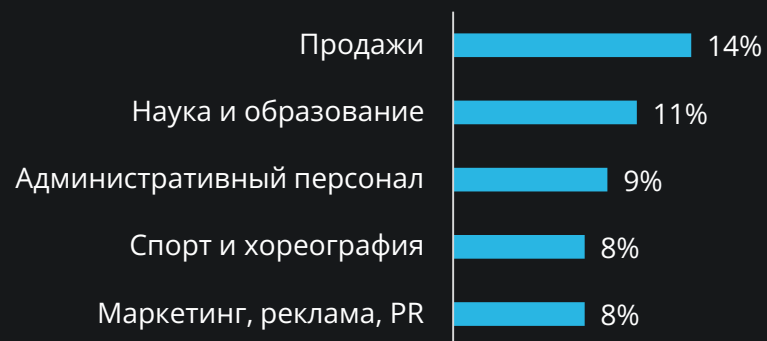
Карьерные пути фитнес-тренеров крайне разнообразны: мы получили анкеты от тренеров, которые в прошлом работали в научно-исследовательских институтах, от бывших танцоров балета, военных, официантов, сотрудников заводов и даже айтишников. Большую часть кадрового состава фитнес-тренеров формируют экс-продажники и специалисты из сферы образования, на которых приходится более 28% всех фитнес-тренеров.

Предыдущие места работы тренеров, %

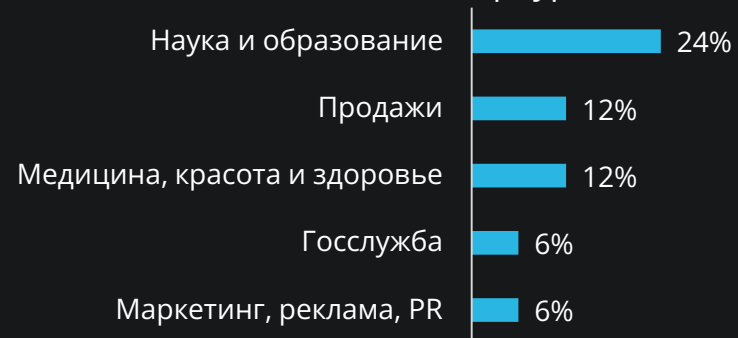


# Предыдущее место работы: география

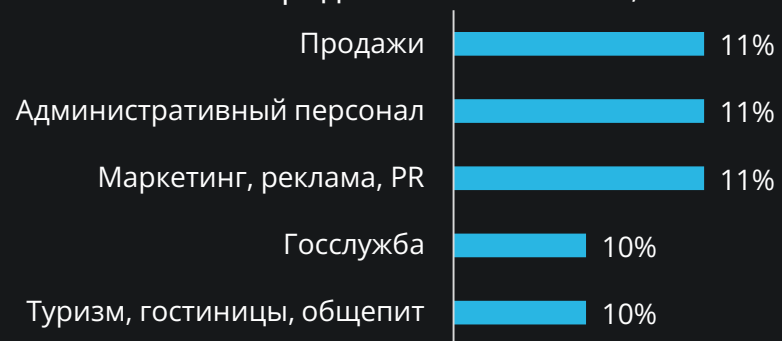
Предыдущие места работы тренеров в Москве, %



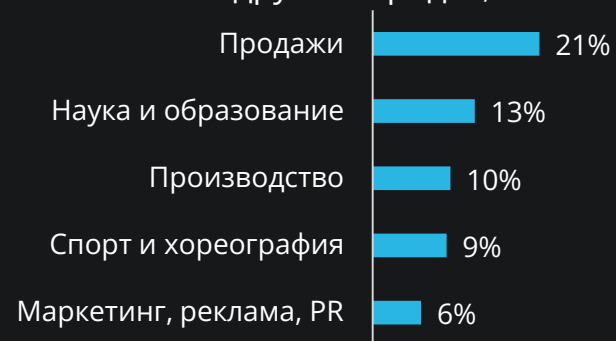
Предыдущие места работы тренеров в Санкт-Петербурге, %



Предыдущие места работы тренеров в городах-миллионниках, %



Предыдущие места работы тренеров в других городах, %



# Предыдущее место работы и доходы

# до 40%

различия в зарплате фитнес-тренеров, ранее работавших в различных сферах

Различия в уровне дохода в зависимости от предыдущего места работы есть — однозначно выделяются специалисты из сферы «медицина, красота, здоровье», в среднем получающие 99,4 тыс. руб. в качестве фитнес-тренеров, более 80 тыс. руб. также получают бывшие спортсмены / хореографы и айтишники. Впрочем, на вероятность получения той или иной зарплаты влияет множество других факторов, поэтому ориентироваться только на предыдущее место работы не стоит.

Средняя зарплата фитнес-тренеров в зависимости от их предыдущего места работы, тыс. руб.



# 4. Отношение к работе

фитнес-тренеров России

# Характеристика работы

# 84%

фитнес-тренеров считают свою работу интересной

Большая часть действующих тренеров характеризуют свою работу положительными прилагательными — ее считают интересной, социально значимой, но при этом энергозатратной. Примерно треть считают работу сложной, около 10% — рутинной, еще меньше — неблагодарной и бесперспективной. Соотношение положительных и негативных прилагательных в среднем по отрасли — 5,8 к 1.

Прилагательные, лучше всего характеризуют работу фитнес-тренера, %\*



\* - возможен выбор нескольких вариантов ответа

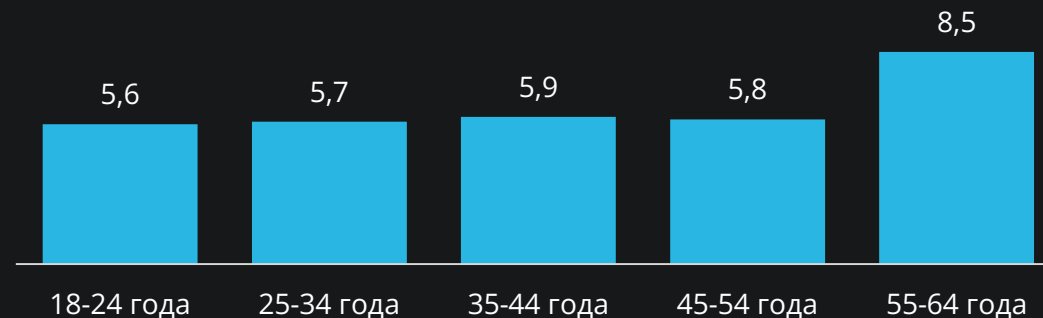
# Характеристика работы по регионам и по возрасту

Соотношение положительных и негативных комментариев по отношению к работе (чем выше, тем больше положительных)



Лучше всего оценивают работу фитнес-тренером специалисты из Санкт-Петербурга и городов с населением менее 1 млн чел. Доминирующей характеристикой во всех регионах является интересность работы, однако на перспективы все смотрят по-разному — московские фитнес-тренеры видят в своей работе меньше всего перспектив.

Соотношение положительных и негативных комментариев по отношению к работе (чем выше, тем больше положительных)



Соотношение позитивных и негативных комментариев — примерно равное среди специалистов от 18 до 54 лет, гораздо позитивнее других — фитнес-тренеры старше 55 лет. Независимо от возраста и пола тренеры считают свою работу интересной, социально-значимой и созидательной. Перспективность работы видят в основном молодые тренеры (65%).



# Оценка работы по отдельным аспектам

# 3,9 из 5

оценка фитнес-тренерами комфорта работы

Наилучшим образом фитнес-тренеры оценивают комфорт при работе фитнес-тренером — 3,9 балла из 5, ниже всего показатель у заработной платы — 3 балла почти во всех регионах РФ. С уменьшением численности населения городов улучшаются показатели стабильности и начальства, однако перспективы и зарплату респонденты везде оценивают примерно в одинаковых баллах.

Оценка различных аспектов работы фитнес-тренером по 5-балльной шкале



	Москва	Санкт-Петербург	Миллионники	Другие города
Комфорт	3,8	3,8	3,9	4,0
Коллектив	3,8	3,7	3,7	3,9
Начальство	3,5	3,5	3,7	3,8
Перспективы	3,3	3,5	3,3	3,4
Стабильность	3,1	3,1	3,4	3,4
Зарплата	3,0	3,0	3,2	3,0

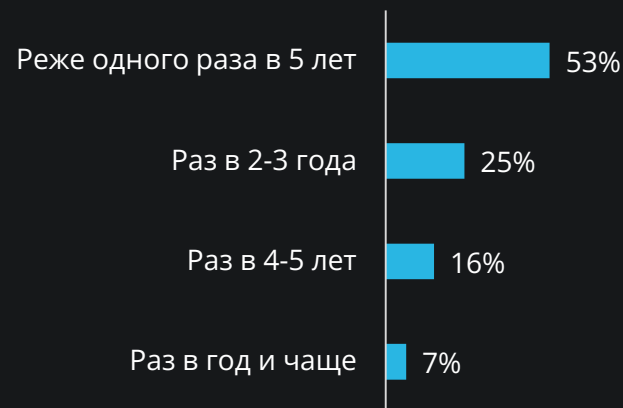
# Частота смены работы

# 53%

тренеров меняют работу раз в 5 лет и реже

Фитнес-тренеры, несмотря на молодость отрасли и невысокий средний возраст, демонстрируют высокую лояльность к текущему месту работы и редко его меняют. Больше половины тренеров не меняли место работы уже 5 лет, ежегодно меняют место работы лишь 7% фитнес-тренеров. Чем более крупный регион представляют фитнес-тренеры, тем чаще они в среднем меняют работу — во многом это связано с уровнем развития фитнес-индустрии и открытиями новых фитнес-объектов.

Частота смены работы фитнес-тренерами, %



	Москва	Санкт-Петербург	Миллионники	Другие города
Реже одного раза в 5 лет	46%	50%	56%	63%
Раз в 4-5 лет	17%	16%	18%	12%
Раз в 2-3 года	28%	32%	23%	19%
Раз в год и чаще	8%	2%	3%	6%

# Поиск работы

# 43%

тренеров используют интернет-порталы (hh, superjob и др.), когда ищут новую работу

Неформальные связи возглавляют топ источников по поиску нового места работы — с учетом небольшого размера отрасли (особенно локальных рынков отдельных городов) это выглядит предсказуемо. Тем не менее, уже 43% тренеров используют интернет-порталы для поиска работы, а каждый пятый ищет работу в отраслевых чатах в соцсетях. Кастинги и отборы — лишь четвертый по популярности метод поиска работы.

Источники, используемые при поиске работы, %



# Проблемы отрасли

Самые упоминаемые проблемы фитнес-тренеров из Москвы и Московской области,



В рамках открытого вопроса фитнес-тренеры из Москвы и Московской области в основном жаловались на условия труда — их беспокоили недобросовестные работодатели, низкая оплата труда и социальная незащищенность. 23% оказались недовольны низкой квалификацией коллег.

Самые упоминаемые проблемы фитнес-тренеров из других регионов, %



В других регионах основной проблемой является низкая квалификация коллег по цеху — почти половина респондентов заявляют об этом как о проблеме. Проблема недобросовестных работодателей в регионах встречается почти вдвое реже, чем в Москве.

# Проблемы отрасли: открытый микрофон

Москва и Московская область

Другие города России

Огромные переработки  
**Устаешь быть в погоне**  
Большая конкуренция Самозанятый  
Недобросовестность работодателей  
Неофициальное трудоустройство  
Отрасль для молодых  
Неквалифицированные специалисты  
Работа есть, пока есть силы и здоровье  
**Перегораешь** Нет соцпакета  
Дежурство  
**Нет оплаты больничного**  
**Нет стабильности** Высочайшие планы  
**Новичкам тяжело** Уходят в онлайн  
"Кто же я? Тренер или продавец? Я — тренер!"  
Поощрение количества, а не качества  
Несвобода тренера  
**Оформление через ИП**  
**Неуважительное отношение**  
Нет отпускных Сложно устроиться  
**Низкая оплата труда**  
Нет ДМС

**Обманывают с зарплатой**  
Слышишь только одно слово: "ПЛАН"  
Низкие ставки **Нет юридической защиты**  
**Забирают большой процент**  
Неуважительное отношение Аренда завышена  
**Отсутствие здоровой конкуренции**  
Акцент на количестве, а не качестве  
Должен навязывать услуги Нет отпускных  
**Некомпетентные специалисты**  
**Трудоустройство "на словах"**  
Кадровый дефицит Отсутствие соцпакета  
**Недобросовестность работодателей**  
Низкоквалифицированные онлайн курсы Руки опустились  
**Устаешь как на заводе**  
Постоянная нестабильность  
Тренер должен работать без права заболеть и умереть  
ЗП в конверте **Неофициальное трудоустройство**  
Низкие зарплаты Сложно устроиться Новичку сложно устроиться  
**Спорт и ЗОЖ не в почете**  
**Социальная незащищенность**  
Не оплачивают больничный  
**Отсутствуют профстандарты**  
Оформление по странным схемам

# 5. Соцсети

фитнес-тренеров России

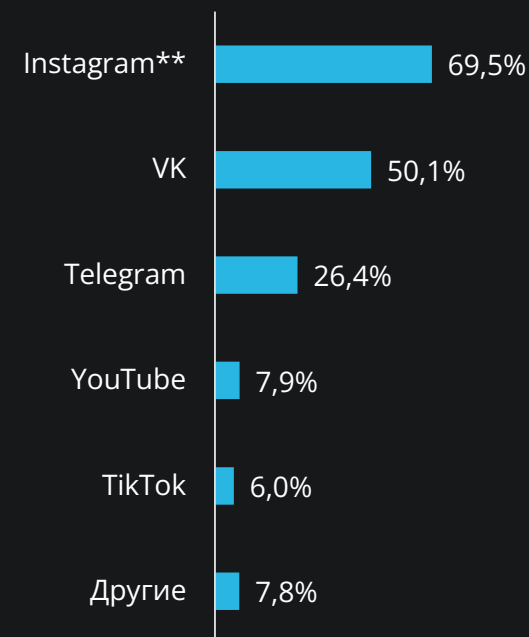
# Представленность в соцсетях

# 74%

тренеров представлены хотя бы в одной социальной сети

Наиболее популярная социальная сеть среди фитнес-тренеров — по-прежнему Instagram\*\*, в нем представлены почти 70% фитнес-тренеров. Несмотря на блокировку соцсети и падение трафика (по данным Mediascope среднесуточный охват Instagram\*\* упал с 31 до 6% населения), Instagram\*\* пользуется популярностью у фитнес-тренеров. Вторая по популярности сеть — VK с половиной тренеров, третья — Telegram, где есть профили четверти опрошенных тренеров.

Представленность фитнес-тренеров в различных социальных сетях, %\*



\* Возможен выбор нескольких вариантов ответа

\*\* Запрещенная в России социальная сеть

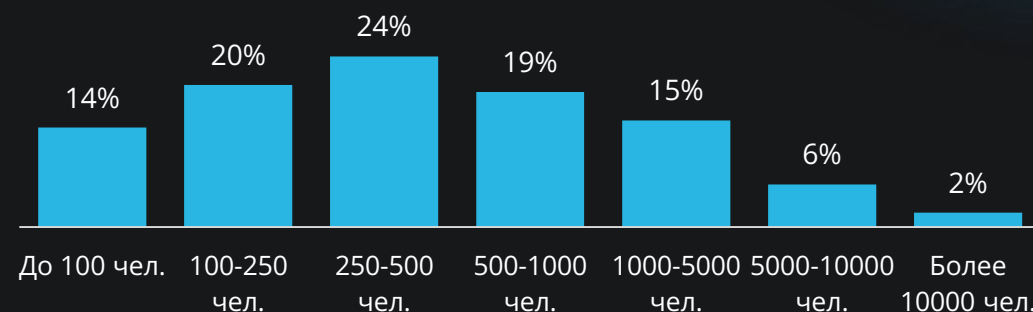
# Подписчики в соцсетях

# 790

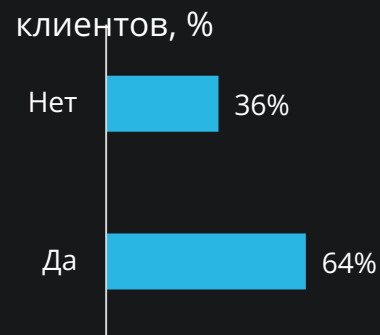
подписчиков в среднем у фитнес-тренеров на самой раскрученной странице

Большая часть тренеров пока не имеют достаточной аудитории, чтобы зарабатывать на рекламе или онлайн-тренировках, чтобы позволить себе не работать офлайн-тренером. Аудиторию более 1000 человек имеют лишь 23% тренеров, а среднее количество подписчиков близко к 800 чел. Две трети тренеров понимают силу социальных сетей, намеренно делают профили публичными и посят контент, нацеленный на повышение их популярности как тренеров.

Распределение опрошенных фитнес-тренеров по количеству подписчиков в соцсетях, %



Делают соцсети публичными для поиска клиентов, %





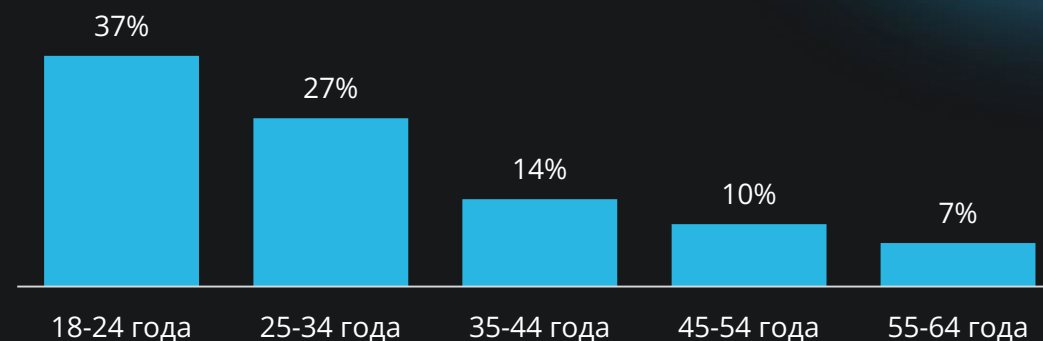
# Фитнес-блогеры

# 21%

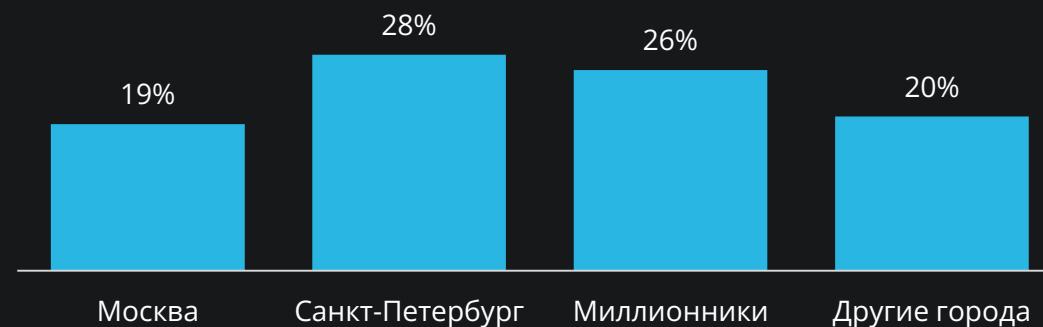
фитнес-тренеров видят себя в будущем блогерами с большим числом подписчиков

Массовая цифровизация, последовавшая за ограничениями, вызванными COVID-19, популяризировала и романтизировала образ фитнес-блогера, который может жить в любом месте мира и зарабатывать, тренируя клиентов онлайн. В планах каждого пятого опрошенного фитнес-тренера — в десятилетний срок стать фитнес-блогером с большим количеством подписчиков. Наибольшей популярностью идея стать фитнес-блогером пользуется среди молодых тренеров. В Санкт-Петербурге и городах-миллионниках эта идея также популярнее, чем в Москве и в городах с населением менее 1 млн чел.

Доля фитнес-тренеров, которые видят себя фитнес-блогерами в ближайшие 10 лет, %



Доля фитнес-тренеров, которые видят себя фитнес-блогерами в ближайшие 10 лет, %



# 6. Заработок в интернете

фитнес-тренеров России

# Заработок в интернете

# 27%

тренеров уже зарабатывают в интернете

Три четверти тренеров уже работают или хотели бы зарабатывать в интернете — на онлайн-тренировках, составляя планы питания или занимаясь «ведением» клиентов. Новая постковидная реальность бросает серьезный вызов фитнес-отрасли — особенно если проникновение онлайн-фитнеса будет расти такими же темпами и все больше тренеров будут отказываться от офлайн-работы. Пока заработки большинства тренеров невысоки, их рост замедлили события 2022 г., однако интернет никуда не делся из жизни россиян, и новые каналы взаимодействия будут найдены.

Заработок в интернет — онлайн-тренировки, планы питания и проч., %



	Уже зарабатываю	Планирую	Нет
Москва	30%	44%	26%
Санкт-Петербург	30%	50%	20%
Миллионники	26%	47%	28%
Другие города	23%	50%	28%
18-24 года	20%	59%	21%
25-34 года	30%	48%	22%
35-44 года	28%	46%	26%
45-54 года	23%	37%	40%
55-64 года	13%	33%	54%

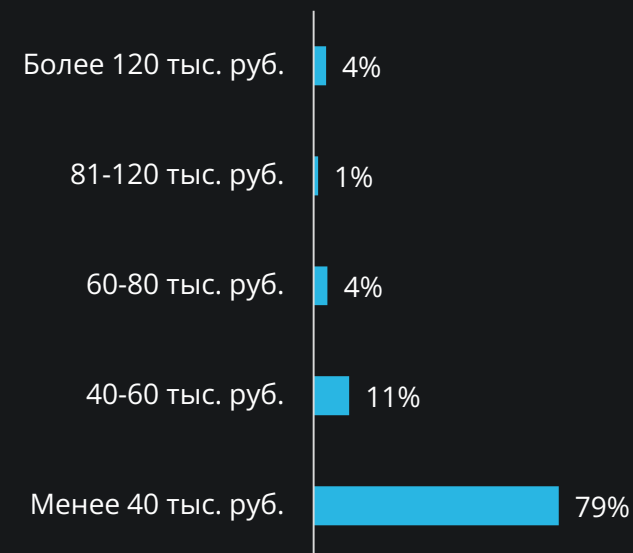
# Доходы от заработка в интернете

## 4 из 5

тренеров зарабатывают в интернете  
**менее 40 тыс. руб.**

Для большинства тренеров онлайн пока не обеспечивает покрытия даже базовых потребностей, поэтому говорить о массовом оттоке тренеров из офлайн-залов в онлайн пока не приходится. Однако те, кто зарабатывает крупные суммы, уже есть — в основном это блогеры с числом подписчиков от 10 тыс. чел. Основной доход в онлайн обеспечивают тренировки, доля «ведения» клиентов и планов питания пока невелика.

Доходы от онлайн фитнес-тренеров, %



# 7. Профстандарты

и отношение к ним фитнес-тренеров России

# Знание и отношение к профстандартам

# 63%

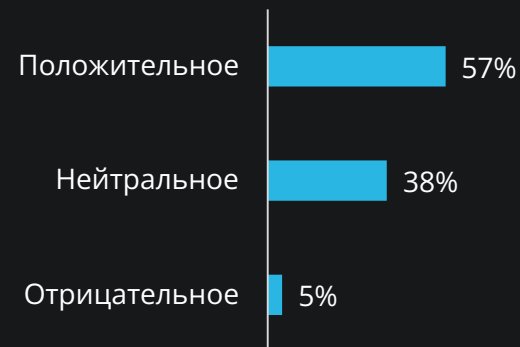
тренеров знают о профессиональных стандартах в отрасли, еще 23% что-то слышали о них

Как было выяснено в рамках открытых вопросов, фитнес-тренеров довольно сильно беспокоит квалификация коллег, поэтому введение профессиональных стандартов для фитнес-тренеров большая часть оценивает положительно. Лишь 5% оценивают вводимые в отрасли профстандарты отрицательно.

Знают ли о профстандартах, %



Отношение к профстандартам, %



# 8. Перспективы

фитнес-тренеров России

# Перспективы на ближайшие 10 лет

# 54%

тренеров видят себя тренерами более высокого уровня через 10 лет

Большая часть специалистов планируют остаться в фитнес-индустрии, однозначно не планируют работать в сфере фитнеса лишь 9%. Тренерами планируют остаться 72% — правда, 18% из них хотели бы работать в другом месте. Существенная часть тренеров планируют управлять или быть собственниками клубов, студий или бизнеса, смежного с фитнесом (одежда, спортпит) — таких почти 68%.

Кем видят себя тренеры через 10 лет, %





# Методология

В основе исследования — опрос фитнес-тренеров, проведенный организаторами исследования путем размещения ссылки на опрос на своих площадках. Опрос обработан — удалены нерелевантные ответы, ответы, заполненные хаотичным образом, слишком быстрые ответы и др. На слайде представлена структура выборки.

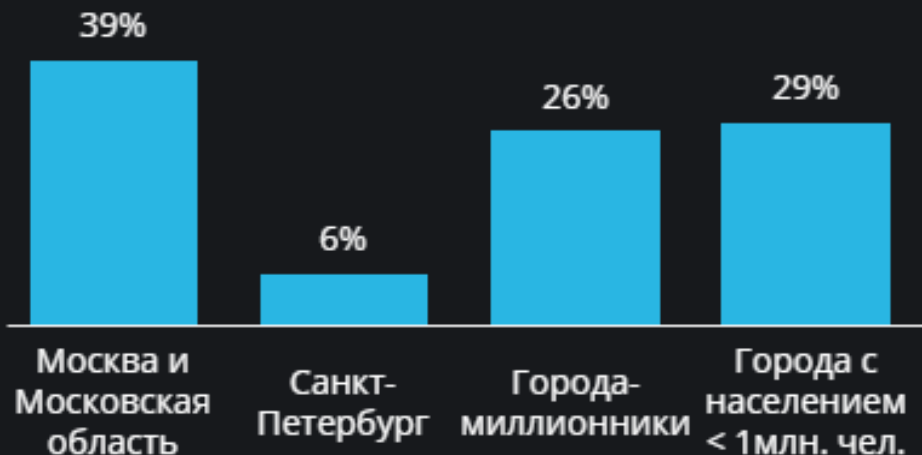
**75**

субъектов России

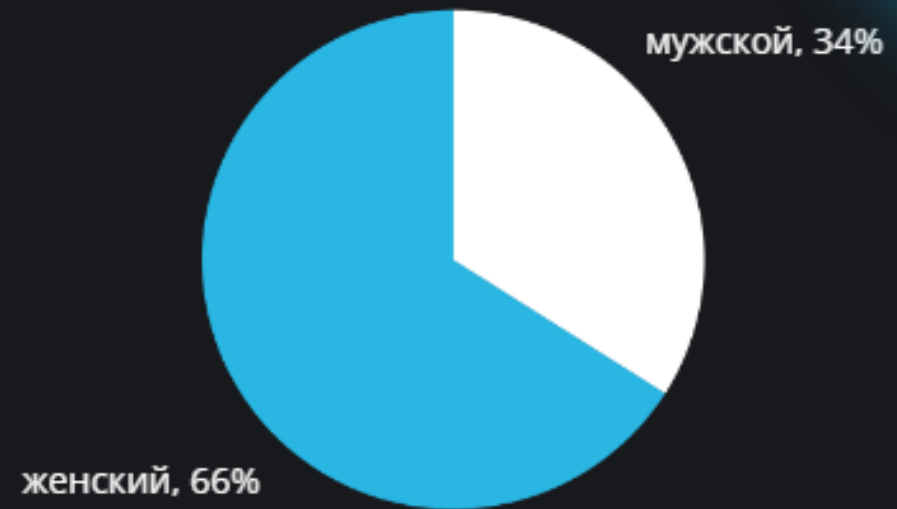
**1490**

участников

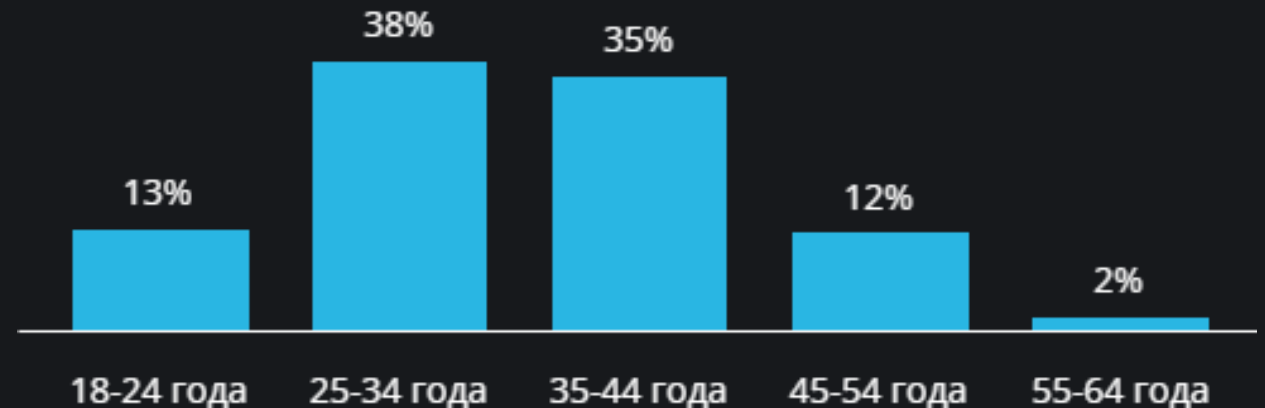
Структура выборки по географии работы:



Структура выборки по полу:



Структура выборки по возрасту:



# 9. О создателях

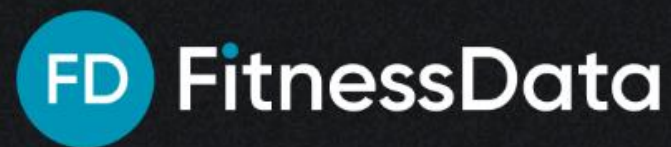
первого исследования фитнес-тренеров России

# FitnessData

FitnessData — первая в России независимая исследовательская компания, которая специализируется на изучении рынка фитнес-услуг. Мы изучаем отрасль с 2016 года: проводим опросы потребителей и фитнес-объектов, собираем информацию о всех фитнес-объектах в 100 крупнейших городах постсоветского пространства, обрабатываем «большие данные» и строим потребительские модели.

Наши продукты:

- **Готовые исследования** по рынку фитнес-услуг России, Казахстана, Узбекистана, Киргизии, ОАЭ и других стран, а также отдельных городов
- **Геомаркетинговые исследования** — оцениваем локацию, возможности для развития, трафик и возможности для офлайн-маркетинга
- **Прогнозные потребительские модели** на основании математического моделирования
- **Потребительские опросы** в сфере фитнес-индустрии
- **Стратегии развития фитнес-объектов**
- **Консультационные услуги** при запуске проектов, формировании новых концепций.



сайт: <https://fitnessdata.ru/>

телеграм-канал: <https://t.me/fitnessdataru>

## Рынок фитнес-услуг России 2022

Объем, динамика и структура рынка,  
топ крупнейших игроков и их профили,  
показатели 100 городов России

© FitnessData, 2022

## Рынок фитнес-услуг Казахстана 2022

Объем, динамика и структура рынка,  
топ крупнейших игроков и их профили,  
показатели крупнейших городов

© FitnessData, 2022

## Рынок фитнес-услуг Москвы

**Рынок:** объем, динамика, структура  
**Конкуренция:** площади, направления,  
ключевые игроки  
**Потребители:** доходы, популярные  
направления

© FitnessData, 2022

# Ассоциация операторов фитнес-индустрии

**Ассоциация операторов фитнес-индустрии (АОФИ)** — некоммерческая организация, созданная в 2017 году, которая объединяет предпринимателей, вовлеченных в отечественную фитнес-отрасль.

Целью деятельности Ассоциации операторов фитнес-индустрии является представление и защита бизнес интересов участников фитнес-рынка, обеспечение диалога между отраслью и государством, помощь и поддержка игроков, развитие рынка фитнес-услуг.

Объединение отрасли в рамках АОФИ дает возможность всем игрокам участвовать в диалоге с государством по вопросам изменения и совершенствования норм и правил, регулирующих фитнес-индустрию и влияющих на нее.

Ассоциация создана в августе 2017 года. В настоящее время в нее входят 1500 участников рынка — все крупные сети и основная часть одиночных фитнес-клубов в 76 городах России. У АОФИ 60 регионов присутствия и 31 представительство.



Преимущества АОФИ:

- **Юридическая поддержка**
- **Исследования и аналитика**
- **Работа с государством**

Сайт: <https://fitnessassociation.ru/>

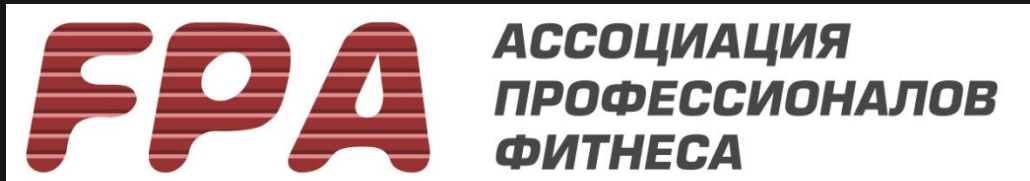
Telegram: <https://t.me/aofirus>

VK: <https://vk.com/aofit>

Ближайшие мероприятия:

#фитнесвместе — отраслевой бизнес-форум, выставка, конвенция и отраслевая премия Russia Fitness Awards, Москва, 16-18 марта.  
<https://aoficonnect.ru/fitnesstogether22>

# Ассоциация Профессионалов Фитнеса (FPA)



**Ассоциация Профессионалов Фитнеса (FPA)** — лидер на рынке фитнес-образования в России. 22 года обучает пришедших в профессию с нуля, а также тех, кто решил сменить профессию и получить переподготовку вкупе с отличными знаниями.

FPA — это бренд, для которого самое главное — качество обучения и высокая репутация. Это серьезное базовое обучение, основанное исключительно на научном подходе, это эксперты высочайшего класса, собственные учебники, современные дистанционные технологии, поддержка на протяжении всего обучения, профессиональное комьюнити. Здесь не продают документы. Выпускники имеют преимущества при трудоустройстве почти во все клубы России (даже без опыта работы) и во многие — за ее пределами.

Сайт: <https://fitness-pro.ru/>

Telegram: [https://t.me/fitness\\_pro\\_bot](https://t.me/fitness_pro_bot)

Чат «Тренерская FPA»: <https://t.me/trenerskayaFPAchat>

## Основные программы FPA:

- Персональный фитнес-тренер (*очно или дистанционно, с выдачей диплома о профпереподготовке*)
  - Инструктор групповых программ (*очно или дистанционно, с выдачей диплома о профпереподготовке*)
  - Фитнес-нутрициолог
  - Спортивный нутрициолог
  - Психология и коучинг как инструменты удержания клиентов
  - Питание, коррекция веса и здоровый образ жизни (с выдачей диплома о профпереподготовке)
  - Фитнес-занятия во время беременности и восстановление после родов (дистант)
  - Детский фитнес (дистант, с выдачей диплома о профпереподготовке)
  - Детский фитнес от рождения до 3 лет (дистант)
- и более 20 других программ.

Учиться в FPA не просто, это требует много сил, времени и самоотдачи. Но в результате вы приобретете профессию мечты и сможете качественно помогать людям становиться более активными, здоровыми и образованными.

Быть профессионалом — единственный путь к успеху!

Присоединяйтесь!

# Отраслевая бизнес-площадка «Фитнес-Эксперт»

«Фитнес-Эксперт» — это отраслевое бизнес-сообщество профессионалов фитнес-индустрии. Команда «Фитнес-Эксперт» реализует активности для поддержки индустрии активного образа жизни — фитнеса, велнеса, СПА и ЗОЖ.

«Фитнес-эксперт» это:

- Отраслевые профессиональные мероприятия под брендом Global Fitness Russia
- Платформа Russia.Fitness с ежедневными экспертными эфирами
- Площадки в социальных сетях с обменом опытом, новостным контентом и аналитикой фитнес-индустрии
- Информационный телеграм-канал и многое другое.



Сайт: <https://russia.fitness/>  
Telegram: [https://tlgg.ru/fitness\\_expert](https://tlgg.ru/fitness_expert)  
VK: <https://vk.com/fitnessexpertgroup>

Ближайшие мероприятия:  
Краснодар — 24–26 марта  
<https://globalfitnessrussia.ru/2023knd>

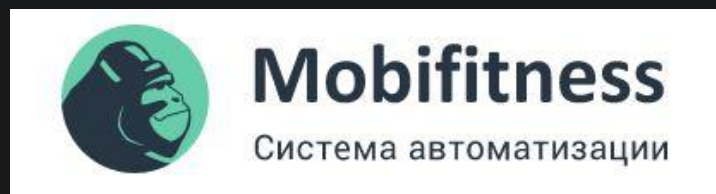
Санкт-Петербург — 2–4 июня

Новосибирск — 7–9 июля

Казань — 11–13 августа



# Mobifitness



**Mobifitness** — разработчик системы автоматизации для спортивных студий, фитнес-клубов, школ танцев или йоги.

Все важные функции объединены в одном месте и полностью интегрированы друг с другом: учетная система, CRM, приложение для клиента и приложение тренера, онлайн-запись, онлайн-платежи.

Более **3 000** клиентов

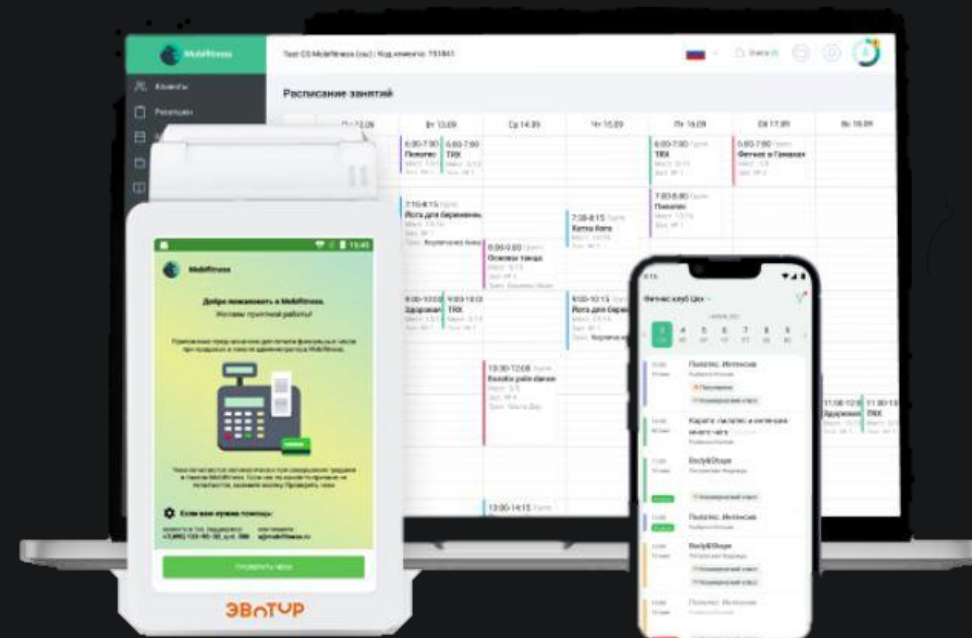
Более **1 000 000** активных b2c пользователей приложения ежемесячно

**250+** городов в России и мире

сайт: <https://mobifitness.ru/>

телеграм-канал: [https://t.me/mobifitness\\_ru](https://t.me/mobifitness_ru)

Предпринимательское сообщество в телеграм: <https://t.me/+ezI5vXLD98VjNTAy>



# Fitbase

«ФитБейс» — это решение «Всё в одном» для управления фитнес-клубом, студией йоги и растяжки, спортивной школой или школой танца.

- ✓ Программа для управления фитнес-клубом и студией
- ✓ CRM-система с автоворонками
- ✓ Автоматизация работы
- ✓ Виджет расписания и онлайн-запись
- ✓ Доступ для всех сотрудников, включая тренеров
- ✓ Мобильное приложение для клиентов
- ✓ Приложение для тренеров

«ФитБейс» работает на любых устройствах и интегрируется со всем оборудованием в фитнес-клубах. Уже более **600** спортивных клубов и фитнес-студий на территории России, Беларуси, Казахстана и Узбекистана пользуются системой для управления фитнес-клубом и студией «ФитБейс».

Сайт: <https://fitbase.io/>

«ФитБейс» в соцсетях: <https://t.me/fitbaseio>

<https://vk.com/fitbaseio>

# FITBASE

