

AZ ÉSZAK-ALFÖLDI RÉGIÓBAN MŰKÖDŐ FITNESZSZOLGÁLTATÓK KÍNÁLATÁNAK ELEMZÉSE

Lenténé Puskás Andrea – Hidvégi Péter – Pucsok József Márton –
Czeglédi Hanna Orsolya – Bíró Melinda

Összefoglalás

A rekreáció, a turizmus területén az egészség egyre inkább a fókuszba kerül, melyet az egészséges életmód koncepcióját előtérbe helyező fogyasztók egyre szert igényelnek, emellett a sportszolgáltatások keresletét is növelik. Jelen kutatást az Észak-alföldi régiói fitness szolgáltatói (n=24) körében végeztük. A vizsgálat során kíváncsiak voltunk arra, hogy hogyan alakulnak az általunk vizsgált régiós fitnessszolgáltatók kínálati elemei és ezek a kínálati elemek összhangban vannak-e a keresleti trendekkel. A kutatási kérdés megválaszolásához kérdőíves vizsgálatot végeztünk a szolgáltatók körében. Az adatokat Excel szoftver segítségével dolgoztuk fel. Az eredmények értékelésekor számítottunk átlagot és szórást, melyeket grafikusán is ábrázoltunk.

A kapott eredmények azt mutatták, hogy a fitnessszolgáltatók az alap és kiegészítő szolgáltatásaikban minőségi és mennyiségi fejlesztéseket is végrehajtanak, amelyek összhangba vannak a trendekkel. A vizsgálat eredményei azt igazolták, hogy modern kondicionálótermi gépeket használnak a termekben, többféle csoportos óra megtartására alkalmas légkondicionált termeket biztosítanak a komfortosabb edzőkörnyezet megteremtése érdekében, emellett kínálnak közérzetjavító és kiegészítő wellness szolgáltatásokat, valamint a vendégek által a szolgáltató elérhetőségét javítják a parkolóhelyek biztosításával.

Kulcsszavak: fitnessszolgáltatás, órátípus, trend

JEL: Z2

ANALYSIS OF THE OFFER OF FITNESS SERVICE PROVIDERS IN NORTH GREAT PLAIN REGION

Absrtact

With healthy lifestyle getting more widespread, demand for sports services is growing among health-conscious consumers as well. The present study was conducted among fitness service providers (n = 24) in North Plain Region. During our research we sought to find out how these service providers develop their supply elements and are these elements in line with the demand trends? Semi-structured interviews were analyzed by content analysis, which were partially processed using Excel software. Mean and standard deviation were calculated when evaluating the results.

The results show that the fitness service providers strive for both extensive and intensive development in their basic and ancillary services, which results in a fairly large number of fitness equipment, air-conditioned rooms suitable for group trainings, parking lots and wellness services that are tailored to consumer fitness trends.

Keywords: Fitness services, class or training types, trends

JEL: Z2

Bevezetés

Az egészséges életmód szerepének felértékelődésével egyre több kutatás irányul azoknak a szolgáltatásoknak a vizsgálatára, melyek az egészség megőrzését vagy az életminőség megtartását, a prevenciót szolgálják. Így az életmód elemek vizsgálata kapcsán a sportolási szokások, a sportfogyasztási trendek és a sportszolgáltatások vizsgálata napjainkban a hazai és nemzetközi kutatók figyelmét is felkeltette (Vorobiova, 2019; Veiga et al. 2017; Müller et al. 2013; Bartha, 2019).

A sportfogyasztás területét vizsgáló nemzetközi trendek tanúsága szerint a fitness mozgásformák, a fittség javítását célzó edzés módszerek egyre népszerűbbek (Müller et al. 2019 b). A fitness termek által kínált szolgáltatások népszerűsége Európában fokozódik, melyet hazánkban is tapasztalunk (Lenténé et al. 2020; Pucsok et al. 2020).

Szakirodalmi áttekintés

A sportolás egészségre gyakorolt pozitív hatását már számos hazai és nemzetközi kutatás megerősítette (Brown et al., 2012; Hillsdon et al. 2005; Müller – Bácsné, 2018; Apo, 2012). A szabadidő-sportnak és a fizikai aktivitásnak a jelenléte az emberek életmódjában nem csak hasznos rekreációs tevékenységet jelent, de az egészséget támogató és védő faktora miatt egészség-gazdasági vonatkozása sem elhanyagolható (Pratt et al. 2014; Gabnai et al. 2019).

Napjainkban a fitness egyre nagyobb népszerűsége vitathatatlan a sportszolgáltatások piacán. Amellett, hogy képes az új típusú fogyasztói igényeket kielégíteni, nem elhanyagolható előnye, hogy a szolgáltatóknak bevételt generálva hozzájárul a helyi sportpiac dinamizálásához (Fenyves et al. 2019; Kerezsi-Erdey, 2019).

A fitnessszolgáltatók hazánkban is egy növekvő igényt elégítenek ki. A bővülő sport és wellness szolgáltatásokat a városokban lakók képesek és hajlandóak is megfizetni. Egyre több olyan kutatás látott napvilágot, mely a fitnessfogyasztók létesítményválasztás vagy mozgásprogram választás motivációjával foglalkozik (Bartha et al. 2018, Pucsok et al. 2020), emellett a trendek, mozgásformák és edzés módszerek feltérképezése is olyan fontos kutatási területek, amelyek segíthetik a szolgáltatókat a fogyasztói igényekhez igazított kínálat fejlesztésében, mely a versenyképességük egyik eleme (Vorobiova, 2019; Müller et al. 2013; Jang – Choi, 2018; Chow et al. 2016).

Anyag és módszer

Kutatásunk során az Észak-alföldi régióban működő fitness termek (n=24) kínálati elemeit vizsgáltuk meg. A mintavétel során arra törekedtünk, hogy a régió mind három megyéjéből (Jász-Nagykun-Szolnok, Hajdú-Bihar és Szabolcs Szatmár-Bereg) legyen válaszadó szolgáltató. A vizsgálat során kíváncsiak voltunk arra, hogy hogyan alakulnak az általunk vizsgált régiós fitnessszolgáltatók kínálati elemei és ezek a kínálati elemek összhangban vannak-e a keresleti trendekkel. A kutatás során kérdőíves vizsgálatot végeztünk. Az általunk összeállított kérdőív zárt és nyitott jellegű kérdéseket egyaránt tartalmazott, amely a létesítmény és a termék felszereltsége mellett a szolgáltató által kínált órátípusokat is fel kívánta térképezni. Az adatokat Excel szoftver segítségével dolgoztuk fel. Az eredmények értékelésekor számítottunk átlagot és szórást, melyeket grafikusán is ábrázoltunk.

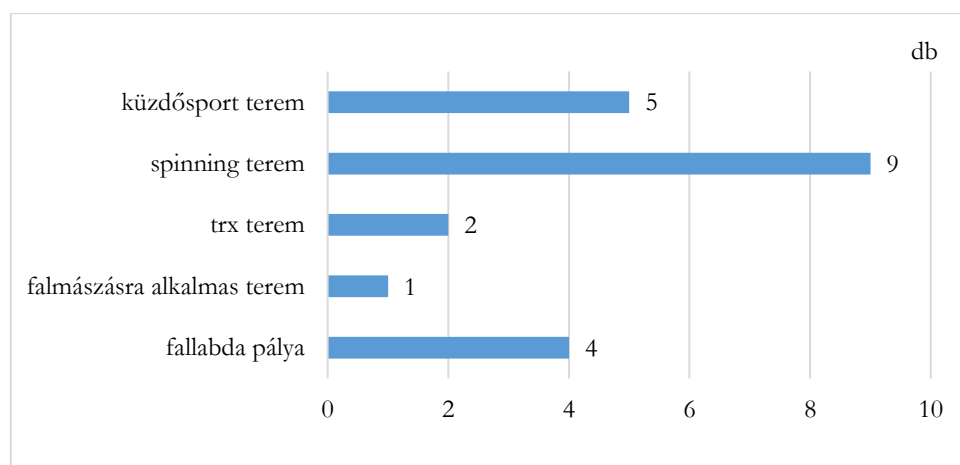
Eredmények

Kutatásunk során először megvizsgáltuk az általunk felmért fitness-szolgáltatók helyiségeinek számát (átlag=6,12, sd=1,7), melyet az első táblázatban tüntettünk fel. Az eredmények alapján megállapítható, hogy a szolgáltatók elegendő számú helyiséggel rendelkeznek ahhoz, hogy a különböző csoportos órákat vagy termi szolgáltatásokat biztosítani tudják a vendégeknek. Az infrastruktúra meglétének főbb jellemzőit a csoportos foglalkozásokra is alkalmas termek átlagos száma 1,8 (sd=1,94), a cardio és izotóniás gépekkel felszerelt termek átlagos száma (átlag= 2,17, sd=1,94), valamint a szabadsúlyos edzésekhez használt termek átlagos száma (átlag=1, sd=0) mutatja. Az adatokból látható, hogy a gépekkel felszerelt, valamint a csoportos órákat kielégítő termeket helyezik a szolgáltatók a fókuszba, hiszen ezekből van a legtöbb.

1. táblázat. Az Észak-alföldi régióban működő fitnessszolgáltatók helyiségeinek alakulása

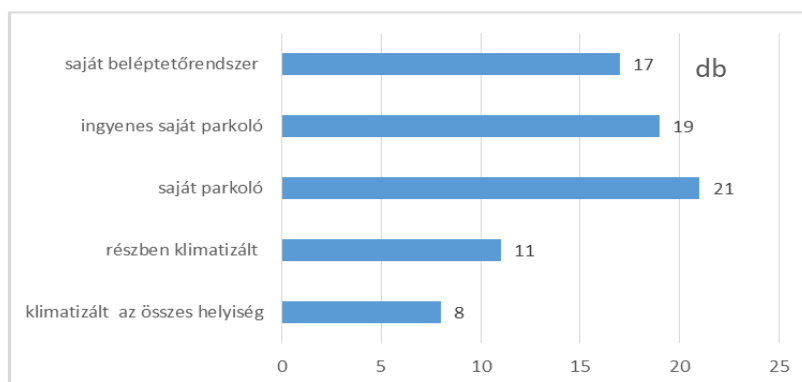
| | Átlag | Szórás |
|---|-------|--------|
| Helyiségek száma | 6,12 | 1,7 |
| Csoportos foglalkozások tartására alkalmas termek száma | 1,8 | 1,94 |
| Cardio és izotóniás gépekkel felszerelt termek száma | 2,17 | 1,94 |
| Szabadsúlyos edzésekhez használt termek száma | 1 | 0 |

Kíváncsiak voltunk arra is, hogy milyen egyedi kínálat jelenik meg a fitness szolgáltatókra leginkább jellemző gépekkel felszerelt és a csoportos órákat kielégítő termeken kívül. Az 1. ábrán láthatjuk, hogy a spinning terem az általunk vizsgált 24 szolgáltatóból kilencnél megtalálható, emellett öt szolgáltatónál találtunk küzdősport termet és négy esetben fallabda pályát. A TRX terem két, a falmászásra alkalmas terem egy szolgáltatónál jelent csak meg. Ennek alapján azt mondhatjuk, hogy a spinning nagyon jól kiegészíti a fitness-termek egészségmegőrzéssel, kondicionálással és állóképesség-fejlesztéssel kapcsolatos szolgáltatásait.



1. ábra. Az Észak-alföldi régióban vizsgált fitnessszolgáltatók által üzemeltetett létesítmény egyéb helyiségeinek száma

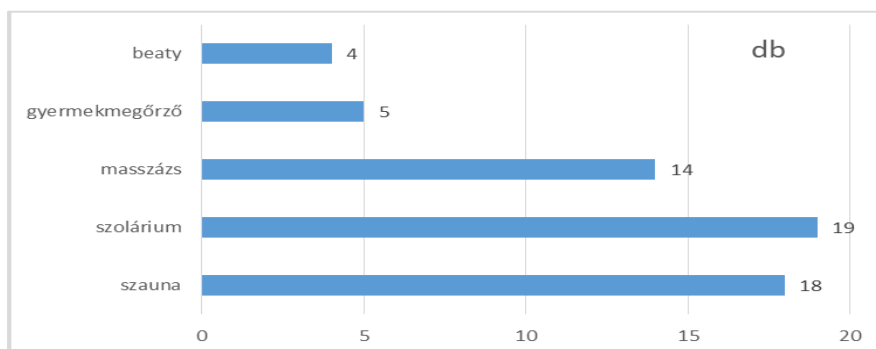
Számos kutatási eredmény igazolja azt, hogy a jövőben a szolgáltatók versenyképességét a kiegészítő szolgáltatások megléte és annak minősége nagyban befolyásolja. A 2. ábrán az üzemeltetéssel kapcsolatos sajátosságokat ábrázoltuk. A kiegészítő szolgáltatások közül ilyen például a saját parkoló megléte, mely az általunk vizsgált szolgáltatók (n=24) közül 21-nél megtalálható, ebből 19-nél ez ingyenesen biztosított a vendégek számára (2. ábra). Hasonló szolgáltatás a saját beléptető rendszer, mellyel 17 szolgáltató rendelkezik, ami nemcsak a vendégek fogadását teszi komfortosabbá, hanem a digitalizált rendszer alkalmazásával az adminisztrációs terheket is csökkenti. A klimatizált helyiségek szintén a vendégek komfortérzetét növelik a nyári meleg napokon, valamint az elégedettség szempontjából nélkülözhetetlen a magas hőtermeléssel járó erőteljes intenzitású, vagy hosszú időn keresztül végzett edzémunkák során is. A szolgáltatók közül 8 azt nyilatkozta, hogy valamennyi helyiségükben van klíma berendezés, 11 esetben pedig részben klimatizáltak a helyiségek.



2. ábra. A vizsgált fitnessszolgáltatók üzemeltetésének sajátosságai.

A 3. ábrán láthatóak a wellness elemeket jelentő kiegészítő szolgáltatások. Megfigyelhető, hogy a kereslet igényeire alapozva a szolgáltatók közül a legtöbben a szoláriumot (19db), majd a szaunát (18db) és a masszázst (14db) biztosítják a vendégek számára. Ennek oka, hogy a szauna és masszázs igen alkalmas az edzés utáni fáradtság tüneteinek kezelésére, serkenti a regenerációt és a pihenést is. Ezen szolgáltatások a wellnessben stresszoldó és közérzetjavító hatásuk miatt igen népszerű kínálati elemeknek bizonyultak, mint ahogy a fitness szolgáltatóknál is.

A rendszeres edzésre járást megkönnyíti a kisgyermekes anyukák számára a gyermekmegőrző, amely öt szolgáltatónál jelenik meg. Továbbá a hölgyek részéről igényként jelenik meg az is, hogy az edzést követően igénybe tudjanak venni szépségszolgálatokat. Az általunk felmért szolgáltatók közül beauty részleget négy szolgáltató tud ajánlani a vendégeknek (3. ábra).



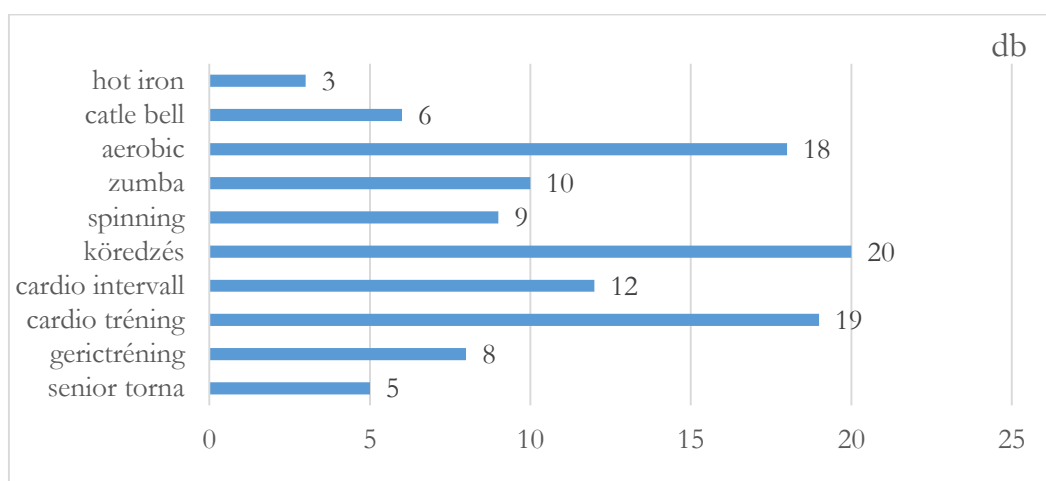
3. ábra. A fitnessszolgáltatók által kínált kiegészítő szolgáltatások

Rákérdeztünk a fitnessstermek felszereltségére is, azaz, hogy milyen gépeket és azokból mennyit biztosítanak a vendégeknek. Fontos, hogy a gépek sokszínű kínálata lehetőséget biztosítson a különböző mozgásprogramok és edzés módszerek elvégzésére, azonban ennek mennyisége is fontos a kapacitás szempontjából, illetve ezeknek a minőségére is nagy hangsúlyt kell fektetni (Torkos, 2009). Amennyiben egy szolgáltató széles vendégkört tudhat magáénak elengedhetetlen, hogy kellő számú gép és berendezés álljon rendelkezésre annak érdekében, hogy a vendégek elkerülhessék a hosszú várakozási időt, mely elégedetlenséget eredményezhetne. A 2. táblázatban tüntettük fel a különböző gépek átlag számát és szórásértékeit. Megfigyelhetjük, hogy a cardio gépekből igen széles kínálata van a szolgáltatóknak, hiszen átlagosan 21 gép áll a vendégek rendelkezésére, amely elegendő kapacitást biztosít. A termekben fontosak ezek a gépek, hiszen egyaránt biztosíthatják a bemelegítést és az alakformálást, valamint a cardio-tréninget is. A cardio gépek közül a futópadból van a termeknek a legnagyobb kínálata, majd az elliptikus trénerből és a kerékpárból. Igen magas az izotóniás gépek átlagos száma is (46 db) mely azt mutatja, hogy az egyes izomcsoportok izolált erejének fejlesztése is dominánsan megjelenik a fitness-fogyasztók elvárásaiban.

2. táblázat. A vizsgált régiós fitnessstermek felszereltségének alakulása.

| | Átlag | Szórás |
|-------------------|-------|--------|
| Cardio gép összes | 21 | 12,35 |
| Futópad | 5,6 | 2,43 |
| Ellipszis tréner | 3,4 | 2,14 |
| Kerékpár | 1,6 | 0,93 |
| Támlás kerékpár | 2,2 | 1,24 |
| Lépcsőző-gép | 1,46 | 0,78 |
| Taposó-gép | 2,1 | 1,1 |
| Evező pad | 2,13 | 1,91 |
| Izotóniás gép | 46 | 35,2 |

A csoportos foglalkozásokat is vizsgáltuk a szolgáltatók kínálatában. A szolgáltatók közül a legtöbben a köredzést, a cardio-tréninget és az aerobic jellegű mozgásformákat biztosítják a vendégek számára, ezek a legnépszerűbb kínálati elemek. A trendeknek megfelelően a Zumba, a spinning valamint a gerinctréning is megjelenik a kínálatban.



4. ábra. A fitness szolgáltatók által kínált óratípusok alakulása

Következtetések, javaslatok

Jelen kutatásban az Észak-alföldi régióban található fitneszszolgáltatók (n=24) kínálati elemeit elemeztük az alap és kiegészítő szolgáltatások, valamint az üzemeltetési sajátosságaik tükrében. Azt is vizsgáltuk, hogy ezek a kínálati elemek összhangban vannak-e a hazai és nemzetközi keresleti trendekkel (Thompson, 2020; Müller, 2017). Az Észak-alföldi régió országunk keleti területén helyezkedik el, ahol az ország második legnagyobb városa - Debrecen - található, mely erős gazdasági potenciállal bír. A régióban megfigyelhető a turisztikai, rekreációs és sportszolgáltatások erős dominanciája a kínálatban, melyekkel igen sok hazai kutatás foglalkozott (Könyves-Müller, 2006; Müller – Könyves, 2006; Tóth – Müller, 2019; Kerényi et al. 2010; Müller – Kórik, 2009). A sport piacán igen szép számban vannak jelen a működő fitneszszolgáltatók és megfigyelhető, hogy ezek igen nagy gépparkkal rendelkeznek, melyek a cardio edzést és erőfejlesztést teszik lehetővé.

A kutatás eredményei azt bizonyították, hogy a szolgáltatók számára fontos a trendek követése és ennek mentén a szolgáltatások fejlesztése, melyet az infrastruktúrába, a szolgáltatások és kiegészítő szolgáltatások meglétében érvényesítenek, mely eredményeink egybevágóak más hazai és nemzetközi kutatások eredményeivel (Jang – Choi, 2018, Chow et al. 2016; Müller – Kerényi, 2009; Müller et. al. 2013; Müller et.al. 2019; Bartha, 2019; Bartha et al. 2018). A fogyasztók igénylik nem csak a szolgáltatások mennyiségi kínálatát, de a minőség is egyre erőteljesebben jelenik meg, mint fogyasztói igény a sporttermékek (Mórik et al., 2019a; B, Dhurup et al., 2006; Gottfried, 2019), Akár A Sport- És Wellness Szolgáltatások (Bíró et al., 2019) piacán. A kutatás megerősítette, hogy a vizsgált régiós fitneszszolgáltatók kínálatában elég nagyszámú kondicionálótermi gépeket kínálnak (cardio és izomerősítő gép), valamint a trendekhez és fogyasztói elvárásokhoz igazodó csoportos óra megtartására alkalmas légkondicionált termék állnak a vendégek rendelkezésére a kiegészítő szolgáltatásokkal társítva.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.2-16-2017-00003 számú projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

Hivatkozott források

- [1.] Apor P. (2012): Testedzéssel a megbetegedések ellen. *Magyar Tudomány*, 173, 1470–1477.
- [2.] Bartha É. J. – Müller A. – Bácsné Bába É. (2018): A fitnesz fogyasztók sportlétesítmény választását befolyásoló legfőbb szempontok alakulása életkor szerint. *Selye E-Studies*, 9(1), 4–12. forrás: http://old.e-studies.ujs.sk/hu/cimlap/cat_view/1-e-studies-hu.html?limit=5&limit-start=0&order=date&dir=DESC
- [3.] Bartha É. (2019): Fitnesz vendégek sportfogyasztási szokásai. *Közép-Európai Közlemények*, 12 (2), 149–161.
- [4.] Bíró M. – Molnár A. – Hidvégi P. – Mikhárdi S. – Pucsok, J. M. – Lenténé, P. A. (2019): The role of massage in tourism, and the hotels offerings. In: Hungary. In: Jaromír, Šimonek— Beáta, Dobay (szerk.) *Sport science in motion : Proceedings from the scientific conference Zborník vedeckých a odborných prác z vedeckej konferencie = Válogatott tanulmánykötet : Válogatott tanulmányok a tudományos konferenciáról*. Komárom: Univerzita J. Selyeho V Komárne, pp. 27–36.
- [5.] Chow L. S. – Odegaard A. O. – Bosch T. A. – Bantle A. E. – Wang Q. – Hughes J. – Ryder J. (2016): Twenty year fitness trends in young adults and incidence of prediabetes and diabetes: the CARDIA study. *Diabetologia*, 59(8), 1659–1665. DOI: [10.1007/s00125-016-3969-5](https://doi.org/10.1007/s00125-016-3969-5)

- [6.] Dhurup M. – Singh P. C. – Surujlal J. (2006): Customer service quality at commercial health and fitness centres. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*. 28(2), 39–54. DOI: [10.4314/sajrs.v28i2.25942](https://doi.org/10.4314/sajrs.v28i2.25942)
- [7.] Fenyves V. – Bács Z. – Bácsné Bába É. – Kerezsi D. (2019): Analysis of major capital structure indexes of organizations dealing with sports activities and their relation with the notes to the financial statement. *Annals of the University of Oradea, Economic Science Series*, 28 (2), 129–136.
- [8.] Gabnai Z. – Müller A. – Bács Z. – Bácsné, Bába É. (2019): A fizikai inaktivitás nemzetgazdasági terhei. *Egészségfejlesztés*, 60(1), 20–30. DOI: [10.24365/ef.v60i1.308](https://doi.org/10.24365/ef.v60i1.308)
- [9.] Gottfried P. (2019): A részvételi sportszolgáltatás vizsgálata a G4 2.0 edzőterem példáján keresztül. In: Balogh L. (szerk.): *Sokoldalú sporttudomány*. Debrecen: Debreceni Egyetem Sporttudományi Koordinációs Intézet, pp. 29–40.
- [10.] Jang W. Y. – Choi K. (2018): Factors influencing choice when enrolling at a fitness center. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 46(6), 1043–1056. DOI: [10.2224/sbp.7104](https://doi.org/10.2224/sbp.7104)
- [11.] Kerényi E. – Müller A. – Könyves E. – Lázárné Fodor I. – Mosonyi A. (2010): Turisztikai márka és termékfejlesztés lehetőségei az egészségturizmusban az Észak-magyarországi és az Észak-alföldi régiókban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport*, 37, 67–73.
- [12.] Kerezsi D. – Erdey L. (2019): A magyar sportvállalkozások kiegészítő mellékleteinek vizsgálata a mérleghez kapcsolódóan. *Acta Carolus Robertus*, 9(2), 73–88. DOI: [10.33032/acr.2019.9.2.73](https://doi.org/10.33032/acr.2019.9.2.73)
- [13.] Könyves E. – Müller A. (2006): Az Észak-alföldi régió turizmusfejlesztési stratégiája 2007–2013. In: Aubert, A (szerk.): *Fejlesztés és képzés a turizmusban: II. Országos Turisztikai Konferencia tudományos közleményei*. Pécs: Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar Földrajzi Intézet, p. 2007.
- [14.] Lenténé Puskás A. – Pucskó J.M. – Hidvégi P. – Bíró M. (2020): Debreceni fitnessszolgáltatók kínálatának elemzése. *Acta Carolus Robertus* 10(1), 81–93. DOI: [10.33032/acr.2020.10.1.81](https://doi.org/10.33032/acr.2020.10.1.81)
- [15.] Hillsdon M.M. – Brunner E.J. – Guralnik J.M. – Marmot M. G. (2005): Prospective study of physical activity and physical function in early old age. *Am J Prev Med*, 28(3), 245–250. DOI: [10.1016/j.amepre.2004.12.008](https://doi.org/10.1016/j.amepre.2004.12.008)
- [16.] Móri K. V. – Bácsné, Bába É. – Müller A. – Ráthonyi G.G. – Molnár A. (2019): The appearance of product innovation in the life of a Hungarian SMEs in the global market of sporting goods - implications from a research. *Geosport For Society*, 10(1), 25–38. DOI: [10.30892/gss.1003-045](https://doi.org/10.30892/gss.1003-045)
- [17.] Müller A. – Bíró M. – Hidvégi P. – Váczi P. – Dávid L.D. – Szántó Á. (2017): A 2016-os fitnessz trendek helye és szerepe a rekreációban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport*, 44, 91–102.
- [18.] Müller A. – Bíró M. – Hidvégi P. – Váczi P. – Plachy J. – Juhász I. – Hajdú P. – Seres J. (2013): Fitnessz trendek a rekreációban. *Acta Academiae Agriensis*, 40, 25–35.
- [19.] Müller A. – Kerényi E. (2009): Trendek és fogyasztói magatartás az egészségügyben. In: Kerényi, Erika (szerk.): *Egészségügyi marketing és telekommunikáció*. Mátraháza: Mátrai Gyógyintézet, pp. 11–19.
- [20.] Müller A. – Bácsné, Bába É. – Gabnai Z. – Pfau C. – Pető K. (2019a): A fitnessz trendek és új típusú mozgásformák társadalmi és gazdasági aspektusai. *Acta Carolus Robertus*, 9(2), 109–122. DOI: [10.33032/acr.2019.9.2.109](https://doi.org/10.33032/acr.2019.9.2.109)
- [21.] Müller A. – Bácsné, Bába É. (2018): *Az egészséges életmód és a sport kapcsolata*. Létavértes: Létavértes SC '97 Egyesület.
- [22.] Müller A. – Kórik V. (2009): Az észak-alföldi fürdők szerepe a turizmusban és a rekreációban. *Economica*, 2, 58–72.

- [23.] Müller A. – Könyves E. (2006): Az egészségturizmus lehetőségei az Észak-alföldi régióban. *Acta Academiae Paedagogicae Agriensis Nova Series: Sectio Sport*, 33, 132–143.
- [24.] Müller A. – Lengyel A. – Koroknay Zs. – Molnár A. (2019b): Népszerű fitness mozgásformák. In: Bácsné, Bába Éva; Müller, Anetta (szerk.) "Mozgással az egészségért" *A fizikai aktivitás jelentősége a jövő munkavállalóinak egészségmegőrzésében: Nemzetközi Konferencia és Workshop: Válogatott tanulmánykötet = "Movement for health" The importance of physical activity in health protection of future workers: International Conference and Workshop: Proceedings from the International Conference and Workshop*. Debrecen: Debreceni Egyetem, pp. 106–112.
- [25.] Pratt M. – Norris J. – Lobelo F. – Roux L. – Wang, G (2014): The cost of physical inactivity: moving into the 21st century. *British Journal of Sports Medicine*, 48, 171–173. DOI: [10.1136/bjsports-2012-091810](https://doi.org/10.1136/bjsports-2012-091810)
- [26.] Pucsok J. – Bíró M. – Czeglédi H. O. – Lenténé Puskás A. – Borók O. – Hidvégi P. (2020): A nemzetközi fitness trendek megjelenése az Észak-alföldi régióban - elemzés I. In: Balogh, László (szerk.): *Trendek a versenysport és a szabadidősport területéről*. Debrecen: Debreceni Egyetem Sporttudományi Koordinációs Intézet, pp. 184–192.
- [27.] Thompson W. R. (2020): *Worldwide survey of fitness trends for 2020*. American College of Sports and Medicine. Letöltés dátuma: 2020. 12.10. forrás: https://journals.lww.com/acsm-healthfitness/Fulltext/2019/11000/WORLDWIDE_SURVEY_OF_FITNESS_TRENDS_FOR_2020.6.aspx
- [28.] Torkos Z. (2009): A világ legjobb fitness gépeinek tervezése, az egészség megóvására összpontosítva, a Life Fitness budapesti tervező központjában. In: XIV. *Fiatal Műszakiak Tudományos Ülésszaka*. Kolozsvár: Erdélyi Múzeum-Egyesület, pp. 221–224.
- [29.] Tóth A. – Müller A. (2019): Jász-Nagykun-Szolnok megyei fürdők szabadidős és sportkínálatának vizsgálata. *Acta Carolus Robertus*, 9(2), 175–189. DOI: [10.33032/acr.2019.9.2.175](https://doi.org/10.33032/acr.2019.9.2.175)
- [30.] Veiga Ó. L. – Valcarce Torrente M. – King Clavero A. (2017): National survey of fitness trends in Spain for 2017. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 128, 108–125.
- [31.] Vorobiova, A. (2019). World and national fitness trends 2019. *Sport science and human health*, 1(1), 62–69. DOI: [10.28925/2664-2069.2019.1.2](https://doi.org/10.28925/2664-2069.2019.1.2)
- [32.] Brown W.J. – McLaughlin D. – Leung J. – McCaul K. A. – Flicker L. – Almeida O. P. – Hankey G. J. – Lopez D. – Dobson A. (2012): Physical activity and all-cause mortality in older women and men. *British Journal of Sports Medicine*, 46 (9), 664–668. DOI: [10.1136/bjsports-2011-090529](https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090529)

Szerzők

Lenténé Dr. Puskás Andrea
adjunktus
Debreceni Egyetem
Sporttudományi Koordinációs Intézet
lpandrea@sport.unideb.hu

Hidvégi Péter
docens
Debreceni Egyetem
Sporttudományi Koordinációs Intézet
hidvegi.peter@sport.unideb.hu

Pucsok József Márton
docens
Debreceni Egyetem
Sporttudományi Koordinációs Intézet
pucsok.jozsef@sport.unideb.hu

Czeglédi Hanna Orsolya
egyetemi hallgató
Debreceni Egyetem
Vidékfejlesztés, Turizmus- és Sportmenedzsment Intézet
czegledi.hanna.orsolya@gmail.com

Bíró Melinda
docens
Debreceni Egyetem
Sporttudományi Koordinációs Intézet
biro.melinda@sport.unideb.hu