

УДК 796.034.2:339.13(100) *Мирослав Дутчак, Олена Андрєєва, Галина Пуятіна*
doi: 10.15330/fcult.47.3-13

ГЛОБАЛЬНИЙ РИНОК ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ: СИСТЕМАТИЗАЦІЯ СУЧАСНИХ ТРЕНДІВ ТА СТРАТЕГІЧНИХ НАПРЯМІВ ТРАНСФОРМАЦІЇ

Анотація. Мета – здійснити систематизацію сучасних трендів розвитку глобального ринку оздоровчого фітнесу та обґрунтувати їх стратегічне значення для трансформації сервісних моделей і напрямів розвитку операторів оздоровчого фітнесу. **Матеріал і методи.** Використано наукові статті, систематичні огляди та аналітичні звіти. Застосовано методи аналізу, синтезу, порівняння, систематизації та узагальнення. **Результати.** Встановлено ключові тенденції розвитку оздоровчого фітнесу та запропоновано їх систематизацію за п'ятьма напрямками трансформації: сервісним, поведінковим, цифровим, профілактичним та економічним. Виявлено посилення ролі персоналізації, цифрових технологій, профілактичної спрямованості програм і корпоративного велнесу. **Висновки.** Сучасні тренди розвитку оздоровчого фітнесу формують взаємопов'язану систему трансформацій, що змінює зміст послуг, поведінку клієнтів та бізнес-моделі операторів.

Ключові слова: персоналізація; цифровізація; клієнтський досвід; корпоративний велнес; профілактика; бізнес-моделі

Abstract. Introduction. The global health fitness market is undergoing significant transformations associated with changes in consumer behavior, digitalization, preventive healthcare priorities, and the growing role of wellness services. Despite numerous studies on individual fitness trends, their strategic implications for the development of health fitness operators remain insufficiently systematized. **Purpose.** To systematize contemporary trends in the global health fitness market and substantiate their strategic significance for the transformation of service models and development directions of health fitness operators. **Material and Methods.** The study was based on scientific articles, systematic reviews, analytical reports, and regulatory documents related to health-enhancing physical activity, health fitness, and wellness. Literature sources were identified through Scopus, Web of Science, PubMed, and international industry reports. The methods of analysis, synthesis, comparison, systematization, and generalization were applied. **Results.** Major trends shaping the contemporary global health fitness market were identified and systematized according to five transformation domains: service, behavioral, digital, preventive, and economic. The findings indicate a shift from traditional access-based models toward value-oriented service systems focused on customer outcomes and long-term engagement. The growing importance of personalization, hybrid service delivery, digital technologies, preventive programs, low-impact exercise formats, and corporate wellness initiatives was revealed. The proposed classification demonstrates that these trends represent interconnected elements of a broader transformation process rather than isolated market phenomena. **Conclusions.** Contemporary trends in health fitness form an integrated system of transformations affecting service delivery, consumer behavior, the focus on prevention, digital integration, and business models. The proposed classification may serve as a conceptual framework for understanding current industry changes and as a practical tool for strategic planning and market adaptation. In Ukraine, these trends acquire additional significance due to increasing needs for recovery, inclusion, and sustainable fitness business models.

Keywords: personalization; digitalization; customer experience; corporate wellness; prevention; business models

Постановка проблеми й аналіз результатів останніх досліджень. Оздоровчий фітнес упродовж останніх років дедалі виразніше функціонує як складова ширшої системи велнесу та демонструє високу чутливість до змін у поведінці споживачів, цифровому середовищі, моделях зайнятості, профілактичних практиках і стандартах сервісної якості. У цих умовах ринок перестає бути відносно однорідним: змінюються ціннісні пропозиції операторів, зростає роль гібридних форматів, персоналізації, доказовості, безпеки, відновлення та корпоративних програм. Це означає, що оздоровчий фітнес більше не може аналізуватися лише як сегмент послуг дозвілля або як інфраструктурно орієнтований бізнес. Його доцільно розглядати як динамічну сервісну систему, у якій поєднуються поведінкові, економічні, технологічні та профілактичні компоненти.

Актуальність дослідження зумовлена тим, що для суб'єктів ринку ключовим стає не лише виявлення окремих популярних напрямів, а розуміння того, як саме сукупність

глобальних трендів змінює логіку конкуренції, критерії цінності для клієнта та стратегічні орієнтири розвитку операторів оздоровчого фітнесу. Особливої ваги це набуває в українському контексті, де глобальні ринкові зрушення поєднуються з безпековими обмеженнями, зростанням запиту на відновлення, психоемоційну підтримку, інклюзивність і стійкі сервісні моделі.

Глобальний ринок оздоровчого фітнесу розвивається в логіці сервісної трансформації, цифровізації, фрагментації попиту та посилення профілактичного складника. Галузеві звіти і тренд-огляди фіксують переорієнтацію фітнес-індустрії від моделі продажу доступу до моделі створення вимірюваної цінності для клієнта, що поєднує тренування, супровід, відновлення, цифрові сервіси та утримання [1–4]. Саме ці джерела задають макрорівень інтерпретації ринку й дозволяють розглядати сучасний оздоровчий фітнес як сегмент велнес-економіки, а не лише як індустрію клубного відвідування. Така трансформація узгоджується з положеннями сервісно-домінантної логіки маркетингу, відповідно до якої цінність формується не в момент продажу послуги, а у процесі взаємодії між оператором і клієнтом та спільного створення результату [5].

Сервісна трансформація, цифрове доповнення фітнес-послуг і роль персоналізації розкриті в роботах, присвячених впровадженню онлайн-фітнес-платформ [6], поведінковим чинникам використання мобільних додатків [7], мобільним персоналізованим рішенням [8] та впливу цифрового супроводу на залучення користувачів [9]. У цих дослідженнях простежується зміщення від уніфікованих форматів до моделей, де важливу роль відіграють цифровий супровід, зручність взаємодії, персоналізація рекомендацій, безперервний зворотний зв'язок і поведінкове утримання клієнтів.

Водночас сучасні дослідження підкреслюють зростаючу роль клієнтського досвіду як чинника залучення та утримання споживачів. У центрі уваги перебуває не окрема послуга, а весь шлях клієнта від першого контакту з оператором до довгострокової взаємодії, що охоплює сервіс, комунікацію, цифровий супровід та оцінювання результатів [10].

Фрагментацію ринку та зростання ролі нішевих форматів відображають дослідження, присвячені глобальним фітнес-трендам [2–4], бютік-сегменту і поведінці клієнтів у спеціалізованих студіях [11]. Вони показують, що бютік-студії перестають бути периферійним явищем і перетворюються на самостійний тип пропозиції, який посилює сегментацію ринку за віком, цілями, способом життя, очікуваним результатом і сервісним досвідом.

Окрему групу джерел формують дослідження, присвячені низькоударним програмам, «м'яким» практикам, їх впливу на психоемоційне благополуччя [12,13] та персоналізованому дозуванню навантаження [8]. У цих роботах показано, що безпечні низькоударні формати, контроль прогресії, індивідуалізація рекомендацій і зв'язок тренувального плану з реальним контекстом життя людини стають важливими чинниками залучення, регулярності та довіри до сервісу.

Посилення логіки використання даних і профілактичної орієнтації підтверджується в Глобальному плані Всесвітньої організації охорони здоров'я з рухової активності на 2018–2030 роки [14], а також професійні стандарти у сфері оздоровчого фітнесу [15,16]. З одного боку, вони задають перспективні напрями доцільного та безпечного фізичного навантаження впродовж життя, а з іншого – підсилюють роль професійної кваліфікації, управління ризиками, методичного обґрунтування програм і відповідальної комунікації з клієнтом.

Зростання корпоративного сегмента та ефективність програм зміцнення здоров'я на робочому місці висвітлено в роботах, присвячених світовим трендам фітнес-індустрії [1–4], результативності корпоративних інтервенцій для зміцнення здоров'я [17] і теоретично обґрунтованим моделям рухової активності в робочому середовищі [18]. У

цих публікаціях корпоративний велнес дедалі більше розглядається як окремий канал масштабування фітнес-послуг, де попит пов'язаний не лише з індивідуальним споживанням, а з потребою роботодавців, страхових і медичних партнерів у структурованих програмах профілактики, підтримки працездатності та добробуту працівників.

Водночас аналіз наукових і аналітичних джерел свідчить про наявність низки недостатньо розкритих аспектів. По-перше, відзначається дефіцит узагальнювальних праць, у яких ключові тренди глобального ринку оздоровчого фітнесу були б розглянуті як взаємопов'язаний комплекс змін у сервісній, економічній, поведінковій та профілактичній логіці ринку. По-друге, недостатньо висвітлено стратегічні наслідки цих трендів для операторів, зокрема для трансформації ціннісної пропозиції, побудови гібридних моделей, роботи з персоналізацією, доказовістю та утриманням клієнтів. По-третє, обмежено проаналізовано, як глобальні ринкові зрушення проявляються в українських умовах, де на розвиток оздоровчого фітнесу впливають безпекові ризики, потреба у відновленні та запит на інклюзивні програми для груп із підвищеними ризиками.

Отже, наукова проблема полягає у необхідності систематизації ключових трендів глобального ринку оздоровчого фітнесу та визначення їх стратегічного значення для трансформації ціннісної пропозиції, бізнес-моделей і конкурентних підходів операторів, з урахуванням специфіки сучасних соціальних, економічних, технологічних і безпекових викликів.

Мета дослідження – здійснити систематизацію сучасних трендів розвитку глобального ринку оздоровчого фітнесу та обґрунтувати їх стратегічне значення для трансформації сервісних моделей і напрямів розвитку операторів оздоровчого фітнесу.

Матеріали і методи. Матеріалом дослідження стали наукові статті, систематичні огляди, аналітичні звіти міжнародних професійних організацій і консалтингових компаній, а також нормативно-методичні документи у сфері оздоровчо-рекреаційної рухової активності, оздоровчого фітнесу та велнесу, опубліковані переважно упродовж останніх років. Пошук джерел здійснювався з використанням наукометричних баз даних Scopus, Web of Science, PubMed, а також матеріалів міжнародних професійних організацій і галузевих аналітичних звітів.

Дослідження виконано у кілька етапів. На першому етапі здійснено пошук і відбір наукових та аналітичних джерел, присвячених сучасним тенденціям розвитку ринку оздоровчого фітнесу. На другому етапі проведено їх змістовий аналіз з метою виявлення ключових напрямів трансформації ринку. На третьому етапі здійснено систематизацію встановлених тенденцій та їх групування за сервісною, поведінковою, цифровою, профілактичною та економічною логікою розвитку оздоровчого фітнесу. Завершальним етапом стало узагальнення отриманих результатів та визначення їх значення для діяльності операторів оздоровчого фітнесу.

Для досягнення мети дослідження використано комплекс загальнонаукових методів: аналіз і синтез наукової інформації, порівняння, узагальнення, систематизацію та інтерпретацію результатів сучасних досліджень. Методологічною основою роботи став міждисциплінарний підхід, що поєднує положення теорії маркетингу послуг, менеджменту оздоровчого фітнесу, поведінкової економіки та концепції велнесу.

Результати дослідження. Аналіз сучасних наукових публікацій, галузевих звітів та аналітичних матеріалів дозволив встановити, що розвиток глобального ринку оздоровчого фітнесу визначається сукупністю взаємопов'язаних тенденцій, які охоплюють сервісні, поведінкові, цифрові, профілактичні та економічні аспекти функціонування системи оздоровчого фітнесу. На відміну від підходів, що розглядають окремі тренди ізольовано, результати проведеного дослідження свідчать про доцільність

їх систематизації у межах єдиної концептуальної моделі, яка відображає основні напрями трансформації сучасного оздоровчого фітнесу.

За результатами аналізу джерел виявлені тренди було згруповано за п'ятьма взаємопов'язаними напрямками: сервісним, поведінковим, цифровим, профілактичним та економічним (рис. 1). Запропонована класифікація дозволяє не лише впорядкувати сучасні тенденції розвитку фітнес-індустрії, а й краще зрозуміти їх вплив на формування ціннісної пропозиції операторів оздоровчого фітнесу.

Таблиця 1

Систематизація сучасних трендів за стратегічними напрямками
трансформації глобального ринку оздоровчого фітнесу

Стратегічний напрямок трансформації	Ключові тренди	Основний зміст
Сервісний	Трансформація ціннісної пропозиції; гібридизація послуг; бютик-формати	Перехід від продажу доступу до комплексних рішень для здоров'я; поєднання онлайн і офлайн сервісів; спеціалізація пропозиції.
Поведінковий	Зміна мотивації; персоналізація; клієнтський досвід	Зростання ролі здоров'я, добробуту та індивідуальних потреб; орієнтація на довгострокову взаємодію з клієнтом.
Цифровий	Мобільні застосунки; носимі пристрої; CRM та аналітика	Інтеграція цифрових технологій у тренувальний процес, комунікацію та управління взаємовідносинами з клієнтами.
Профілактичний	Доказовість; low-impact програми; відновлення та здорове старіння	Посилення оздоровчої та превентивної функції фітнесу; безпечні та індивідуалізовані формати рухової активності.
Економічний	Корпоративний велнес; нові бізнес-моделі; диверсифікація доходів	Розвиток B2B-сегмента, підписок, цифрових продуктів і партнерських форматів монетизації.

До сервісного напрямку віднесено тенденції, пов'язані зі зміною підходів до формування та надання послуг. Проведений аналіз засвідчив поступовий перехід від традиційної моделі «абонемент = доступ до клубу» до моделі «абонемент = комплексне рішення для здоров'я і добробуту клієнта». У сучасних умовах клієнт очікує не лише можливості користуватися обладнанням або відвідувати групові заняття, а й отримувати персоналізований супровід, цифрові сервіси, консультативну підтримку, інструменти моніторингу прогресу та комфортний клієнтський досвід.

Важливим проявом цієї тенденції є розвиток гібридних форматів, які поєднують офлайн- і онлайн-компоненти, забезпечуючи клієнту безперервність взаємодії з оператором незалежно від місця перебування. Одночасно спостерігається зростання популярності вузькоспеціалізованих студій та бютик-форматів, що дозволяють точніше адаптувати послуги до потреб окремих сегментів ринку.

До поведінкового напрямку віднесено тенденції, пов'язані зі зміною мотивації, очікувань і моделей споживання фітнес-послуг. Результати аналізу підтверджують, що сучасні клієнти дедалі рідше розглядають оздоровчий фітнес виключно як засіб покращення зовнішнього вигляду. Натомість зростає значення підтримки здоров'я, функціональної спроможності, психоемоційного благополуччя, управління стресом та покращення якості життя.

Одночасно посилюється попит на індивідуалізацію послуг. Клієнти очікують програм, адаптованих до їхнього віку, рівня підготовленості, стану здоров'я, способу життя та особистих цілей. Це сприяє переходу від стандартизованих пропозицій до персоналізованих сервісних моделей.

Цифровий напрям трансформації глобального ринку оздоровчого фітнесу об'єднує тенденції, пов'язані з інтеграцією цифрових технологій у процес надання фітнес-послуг. Встановлено, що цифрові рішення поступово переходять із категорії додаткових сервісів до статусу невід'ємного елементу клієнтського досвіду.

Найбільш поширеними інструментами є мобільні застосунки, носимі пристрої, цифрові платформи для тренувань, CRM-системи, автоматизовані засоби комунікації та аналітичні інструменти. Їх використання дозволяє підвищувати рівень персоналізації, підтримувати залученість клієнтів, здійснювати моніторинг прогресу та оптимізувати управлінські процеси.

До профілактичного напрямку віднесено тенденції, що відображають посилення ролі оздоровчої, превентивної та доказової складових у діяльності операторів фітнесу. Аналіз джерел свідчить про зростання інтересу клієнтів до програм, спрямованих на профілактику неінфекційних захворювань, підтримку фізичного здоров'я, покращення психоемоційного стану та здорове старіння.

Водночас спостерігається зміщення акцентів від високоінтенсивних навантажень до більш безпечних та індивідуалізованих форматів рухової активності. Особливого поширення набувають low-impact програми, відновлювальні практики, функціональний тренінг і рішення, засновані на принципах доказовості та управління ризиками.

Економічний напрям характеризує зміни у бізнес-моделях, механізмах монетизації та конкурентній структурі ринку. Проведений аналіз показав, що поряд із традиційними моделями членства активно розвиваються підписні сервіси, цифрові продукти, корпоративні програми та партнерські формати взаємодії.

Одним із найбільш динамічних сегментів є корпоративний велнес, який розглядається роботодавцями як інструмент підтримки здоров'я працівників, підвищення продуктивності праці та зниження витрат, пов'язаних із захворюваністю персоналу. Це створює нові можливості для урізноманітнення діяльності операторів оздоровчого фітнесу та розширення джерел доходів.

Отримані результати вказують, що сучасний розвиток оздоровчого фітнесу відбувається під впливом комплексу взаємопов'язаних трансформацій, які змінюють зміст послуг, очікування клієнтів, способи взаємодії та економіку відповідної сфери. Запропонована класифікація дозволяє розглядати ці зміни як цілісну систему і створює підґрунтя для подальшого обговорення їх значення для практики та перспектив розвитку ринку оздоровчого фітнесу.

Дискусія. За результатами проведеного дослідження встановлено, що сучасний розвиток глобального ринку оздоровчого фітнесу відбувається під впливом комплексу взаємопов'язаних трансформацій, які охоплюють сервісні, поведінкові, цифрові, профілактичні та економічні аспекти функціонування цієї сфери. На відміну від підходів, що розглядають окремі тенденції ізольовано, запропонована систематизація дозволяє інтерпретувати їх як складові єдиного процесу еволюції оздоровчого фітнесу від індустрії тренувальних послуг до багатокomпонентної системи підтримки здоров'я, добробуту та якості життя.

Отримані результати загалом узгоджуються з висновками щорічних оглядів світових трендів Американського коледжу спортивної медицини (ACSM), у яких протягом останніх років простежується посилення ролі персоналізації, цифрових технологій, носимих пристроїв, програм для осіб старшого віку та практик, орієнтованих на здоров'я і профілактику [19,20]. Водночас проведений нами аналіз свідчить, що окремі тренди доцільно розглядати не як незалежні явища, а як взаємопов'язані прояви більш глибоких структурних змін ринку. Зокрема, цифровізація виступає не самоціллю, а інструментом персоналізації сервісу, підтримки поведінкових змін і формування довгострокових відносин між оператором та клієнтом.

Отримані результати також корелюють із сучасними уявленнями про трансформацію велнес-економіки, відповідно до яких споживачі дедалі частіше орієнтуються не на окрему послугу, а на комплексне рішення для підтримки фізичного, психоемоційного та соціального благополуччя [1,4,21]. У цьому контексті виявлена у дослідженні трансформація ціннісної пропозиції від моделі «доступ до клубу» до моделі «результат плюс сервіс плюс супровід» відображає загальносвітову тенденцію переходу від продуктового до клієнтоцентричного підходу [10,22]. Такий підхід узгоджується з концепцією сервісно-домінантної логіки маркетингу, відповідно до якої ключовим джерелом конкурентних переваг стає не сама послуга, а створювана нею цінність для клієнта [5].

Особливий інтерес становлять результати, пов'язані з цифровою трансформацією галузі. Проведений нами аналіз підтверджує висновки, отримані іншими дослідниками в ході вивчення ролі цифрових платформ у розвитку фітнес-послуг [6], використання мобільних застосунків для підтримки рухової активності [23], а також потенціалу персоналізованих цифрових рішень у сфері здоров'я [8]. Водночас результати дослідження дозволяють розширити існуючі уявлення про значення цифрових технологій у фітнесі. Якщо раніше вони переважно розглядалися як допоміжний інструмент організації тренувального процесу, то сьогодні дедалі більше виступають складовою клієнтського досвіду, механізмом персоналізації та засобом підвищення залученості клієнтів [9,10].

Проведене дослідження також підтверджує актуальність тенденції до посилення профілактичної та доказової спрямованості оздоровчого фітнесу. Виявлене зростання популярності low-impact програм, відновлювальних практик і рішень, орієнтованих на здорове старіння, узгоджується з результатами досліджень, де наголошується на важливості безпечних, адаптованих та довгостроково стійких моделей рухової активності [13]. Одночасно посилення профілактичної орієнтації фітнес-послуг відповідає сучасним міжнародним рекомендаціям щодо рухової активності та здорового способу життя, представленим у документах Всесвітньої організації охорони здоров'я та регіональних рекомендаціях щодо оздоровчої рухової активності в країнах Європейського Союзу [21,24]. Це свідчить про поступове зміщення акцентів від короткострокових естетичних результатів до підтримки здоров'я, функціональної спроможності та якості життя людини.

Важливим результатом дослідження стало виявлення зростаючого значення корпоративного велнесу як одного з найбільш перспективних напрямів розвитку ринку. Отримані висновки підтверджують результати досліджень щодо позитивного впливу програм рухової активності на здоров'я працівників [17], а також стосовно обґрунтування ефективних теоретично структурованих корпоративних інтервенцій [18]. Аналогічні тенденції простежуються у аналітичному звіті Health & Fitness Association [25], де корпоративні програми розглядаються як важливий інструмент підтримки продуктивності праці, зниження рівня захворюваності та зміцнення добробуту персоналу. У зв'язку з цим корпоративний велнес доцільно розглядати не лише як

додатковий сервіс, а як окремий сегмент ринку з власними механізмами формування попиту, партнерськими моделями взаємодії та джерелами доходів.

Науковий інтерес становить запропонована авторська класифікація сучасних трендів розвитку оздоровчого фітнесу. На відміну від більшості існуючих оглядів, у яких тенденції подаються як перелік окремих напрямів або рейтинг популярності, у цьому дослідженні здійснено їх систематизацію за п'ятьма взаємопов'язаними напрямками трансформації: сервісним, поведінковим, цифровим, профілактичним та економічним. Запропонований підхід відрізняється тим, що групує тренди не за частотою згадування чи рівнем популярності, а за їх функціональною роллю у трансформації ринку оздоровчого фітнесу. Це дозволяє розглядати окремі тенденції як елементи цілісної моделі розвитку ринку оздоровчого фітнесу, а не як незалежні напрями змін.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості їх використання для стратегічного планування діяльності операторів оздоровчого фітнесу. Запропонована класифікація може бути використана для оцінювання готовності організацій до ринкових змін, формування нових сервісних моделей, удосконалення клієнтського досвіду, впровадження цифрових рішень і розвитку партнерських програм. Вона також може слугувати концептуальною основою для розроблення освітніх програм, професійних стандартів і практичних рекомендацій щодо ринку оздоровчого фітнесу.

Окремої уваги заслуговує український контекст розвитку оздоровчого фітнесу. На відміну від багатьох країн із відносно стабільними умовами функціонування ринку, в Україні глобальні тенденції реалізуються під впливом додаткових чинників, пов'язаних із безпековими викликами, потребою у фізичному та психоемоційному відновленні населення, зростанням попиту на інклюзивні та адаптивні програми, а також необхідністю забезпечення стійкості бізнес-моделей в умовах невизначеності. Це дає підстави припускати, що окремі глобальні тренди в українських умовах можуть набувати нових форм і додаткового соціального значення, пов'язаного з підтримкою індивідуального й громадського здоров'я та соціальної згуртованості. Подібні тенденції вже простежуються у вітчизняних дослідженнях, присвячених використанню оздоровчо-рекреаційної рухової активності як засобу профілактики стрес-асоційованих станів і підтримки психофізичного благополуччя населення [26,27].

Водночас результати дослідження мають певні обмеження, зумовлені його теоретико-аналітичним характером та використанням вторинних джерел інформації. Запропонована класифікація потребує подальшої емпіричної перевірки шляхом експертного оцінювання, аналізу практик операторів оздоровчого фітнесу та вивчення сприйняття виявлених тенденцій різними групами клієнтів.

Таким чином, результати дослідження підтверджують доцільність розгляду сучасних тенденцій розвитку оздоровчого фітнесу як взаємопов'язаної системи трансформацій, що змінює зміст послуг, поведінку клієнтів, організацію сервісу та економіку галузі. Запропонована авторська класифікація створює підґрунтя для подальших наукових досліджень і може бути використана як аналітичний інструмент для стратегічного розвитку операторів оздоровчого фітнесу в умовах динамічних змін ринкового середовища.

Висновки

Аналіз сучасних наукових публікацій, галузевих звітів і аналітичних матеріалів засвідчив, що розвиток глобального ринку оздоровчого фітнесу визначається комплексом взаємопов'язаних трансформацій, які охоплюють сервісні, поведінкові, цифрові, профілактичні та економічні аспекти функціонування цього ринку.

Встановлено, що ключовими тенденціями сучасного етапу розвитку оздоровчого фітнесу є трансформація ціннісної пропозиції від моделі доступу до послуг до моделі комплексного супроводу клієнта, поширення гібридних форматів, персоналізація

сервісу, інтеграція цифрових технологій, посилення профілактичної спрямованості програм та зростання ролі корпоративного велнесу.

Наукову новизну дослідження становить авторська систематизація сучасних трендів розвитку оздоровчого фітнесу за п'ятьма взаємопов'язаними напрямками трансформації: сервісним, поведінковим, цифровим, профілактичним та економічним. Запропонований підхід дозволяє розглядати окремі тенденції як елементи цілісної моделі розвитку ринку та краще зрозуміти механізми їхнього впливу на діяльність операторів оздоровчого фітнесу.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості використання запропонованої класифікації для стратегічного планування діяльності операторів оздоровчого фітнесу, удосконалення ціннісної пропозиції, розвитку клієнтоорієнтованих сервісних моделей, впровадження цифрових рішень і диверсифікації джерел доходів.

У контексті України глобальні тренди набувають додаткового прикладного значення у зв'язку зі зростанням потреб у фізичному та психоемоційному відновленні населення, розвитку інклюзивних і безпечних форматів рухової активності, а також забезпеченні стійкості бізнес-моделей в умовах підвищеної невизначеності.

Перспективи подальших досліджень полягають в емпіричній перевірці запропонованої класифікації, оцінюванні впливу окремих трендів на поведінку клієнтів і результати діяльності операторів оздоровчого фітнесу, а також у вивченні особливостей адаптації глобальних тенденцій до умов розвитку ринку оздоровчого фітнесу в Україні.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Список використаних джерел

1. Callaghan S, Doner H, Medalsy J, Pione A, Teichner W. The trends defining the \$1.8 trillion global wellness market in 2024 [Internet]. McKinsey & Company; 2024 [cited 2026 Mar 20]. Available from: <https://www.mckinsey.com/industries/consumer-packaged-goods/our-insights/the-trends-defining-the-1-point-8-trillion-dollar-global-wellness-market-in-2024#/>.
2. Global Wellness Institute. Global Wellness Economy Monitor 2024. Miami: Global Wellness Institute [Internet]; 2024 [cited 2026 Mar 25]. Available from: <https://globalwellnessinstitute.org/industry-research/2024-global-wellness-economy-monitor/>.
3. Ludwig S, Gausseman S. European Health & Fitness Market Report 2026 [Internet]. Brussels: Health & Fitness Association, Deloitte; 2026 [cited 2026 Apr 02]. Available from: <https://www.deloitte.com/de/de/Industries/consumer/research/report-european-health-fitness.html>.
4. Pione A, Medalsy J, Weaver K, Callaghan S, Rickert S. The \$2 trillion global wellness market gets a millennial and Gen Z glow-up [Internet]. McKinsey & Company; 2025 [cited 2026 Apr 02]. Available from: <https://www.mckinsey.com/industries/consumer-packaged-goods/our-insights/future-of-wellness-trends>.
5. Vargo SL, Lusch RF. Service-dominant logic: Continuing the evolution. Journal of the Academy of Marketing Science. 2008; 36(1):1-10. doi: <https://doi.org/10.1007/s11747-007-0069-6>.
6. Zhang H, Sun Q. The transformation mechanism of fitness clubs: pricing of joint fitness courses by online platforms and well-known coaches. Journal of Retailing and Consumer Services. 2024; 76. Art. 103539. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2023.103539>.
7. Pradal-Cano L, Lozano-Ruiz C, Pereyra-Rodríguez JJ, et al. Using Mobile Applications to Increase Physical Activity: A Systematic Review. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020; 17: Art. 8238. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17218238>.
8. Almarcha M, Sturmberg J, Balague N. Personalizing the guidelines of exercise prescription. Apunts Sports Medicine. 2024; 59(223): Art. 100449. doi: <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2024.100449>.
9. Chen M, Carl KV, Hinz O. Continued usage of mobile fitness applications: a systematic literature review. Management Review Quarterly. 2025; n.pag. doi: <https://doi.org/10.1007/s11301-025-00537-1>.
10. Lemon KN, Verhoef PC. Understanding Customer Experience Throughout the Customer Journey. Journal of Marketing. 2016; 80(6):69-96. doi: <https://doi.org/10.1509/jm.15.0420>.
11. Guo X. Fitness Studio Consumer Behavior Research Summary. International Journal of Frontiers in Sociology. 2023; 5(7): 55-61. doi: <https://doi.org/10.25236/IJFS.2023.050709>.
12. Izquierdo M, Merchant RA, Morley JE, et al. International Exercise Recommendations in Older Adults (ICFSR): Expert Consensus Guidelines. Journal of Nutrition, Health and Aging. 2021; 25:824-53. doi: <https://doi.org/10.1007/s12603-021-1665-8>.

13. Matos A, Tihon C, Costa C, Domingues C. Current Strategies for Healthy Aging: The Interplay Between Nutrition, Metabolism, and Exercise. *Cureus*. 2025; 17(11): e96848. doi: <https://doi.org/10.7759/cureus.96848>.
14. World Health Organization. Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World [Internet]. Geneva: WHO; 2018 [cited 2026 Mar 20]. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>.
15. EuropeActive. EuropeActive Standards. Brussels: EuropeActive [Internet]; 2026 [cited 2026 Apr 02]. Available from: <https://www.europeactive-standards.eu/es-standards>.
16. Дутчак М, Андреева О, Катерина У. Формування структури професійних кваліфікацій фахівців з оздоровчого фітнесу в Україні. *Sport Science Spectrum*. 2025; 1:36-42. doi: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-1-5>.
17. Virtanen M, Lallukka T, Elovainio M, Steptoe A, Kivimäki M. Effectiveness of workplace interventions for health promotion. *The Lancet Public Health*. 2025; 10(6):e512-e530. doi: [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(25\)00095-7](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(25)00095-7).
18. Lock M, Post D, Dollman J, Parfitt G. Efficacy of theory-informed workplace physical activity interventions: a systematic literature review with meta-analyses. *Health Psychology Review*. 2021; 15(4):483-507. doi: <https://doi.org/10.1080/17437199.2020.1718528>.
19. Newsome AM, Reed R, Sansone J, Batrakoulis A, McAvoy C, Parrott MW. 2024 ACSM Worldwide Fitness Trends: Future Directions of the Health and Fitness Industry. *ACSM's Health & Fitness Journal*. 2024; 28(1): 14-26. doi: <https://doi.org/10.1249/FIT.0000000000000933>.
20. Newsome AM, Reed R, Sansone J, Batrakoulis A, McAvoy C, Parrott MW. 2025 ACSM Worldwide Fitness Trends: Future Directions of the Health and Fitness Industry. *ACSM's Health & Fitness Journal*. 2025; 28(6):11-25. doi: <https://doi.org/10.1249/FIT.0000000000001017>.
21. WHO Regional Office for Europe. Health-enhancing physical activity in the European Union, 2024 [Internet]. Copenhagen: WHO Europe; 2024 [cited 2026 Mar 25]. Available from: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/49670dca-fe1e-4f05-b78f-dce788abbcc1/content>.
22. Yeomans C, Karg A, Nguyen J. Who churns from fitness centres? Evidence from behavioural and attitudinal segmentation. *Managing Sport and Leisure*. 2026; 31(2):388-404. doi: <https://doi.org/10.1080/23750472.2024.2305896>.
23. Angosto S, García-Fernández J, Grimaldi-Puyana M. A systematic review of intention to use fitness apps (2020–2023). *Humanities and Social Sciences Communications*. 2023; 10: Art. 512. doi: <https://doi.org/10.1057/s41599-023-02011-3>.
24. World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour [Internet]. Geneva: WHO; 2020 [cited 2026 Mar 25]. Available from: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/faa83413-d89e-4be9-bb01-b24671aef7ca/content>.
25. 2026 US Health & Fitness Consumer Report: Headline Trends [Internet]. Health & Fitness Association; 2026 [cited 2026 Mar 25]. Available from: <https://www.healthandfitness.org/2026-us-health-fitness-consumer-report-headline-trends/>.
26. Дутчак М, Залойло І. Проблеми та очікування членів сімей учасників бойових дій у контексті формування оздоровчо-рекреаційного ком'юніті. *OLYMPICUS*. 2025; 4:44-50. doi: <https://doi.org/10.24195/olympicus/2025-4.5>.
27. Шинкарук ОА, Яковенко ОО, Бишевец НГ, Андреева ОВ, Дутчак МВ. Оздоровчо-рекреаційна рухова активність як засіб профілактики стрес-асоційованих станів у військовослужбовців, які перебувають під дією стресогенних чинників. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2025; 2:71-81. doi: <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-2-071>.

References

1. Callaghan S, Doner H, Medalsy J, Pione A, Teichner W. The trends defining the \$1.8 trillion global wellness market in 2024 [Internet]. McKinsey & Company; 2024 [cited 2026 Mar 20]. Available from: https://www.mckinsey.com/industries/consumer-packaged-goods/our-insights/the-trends-defining-the-1-point-8-trillion-dollar-global-wellness-market-in-2024#.
2. Global Wellness Institute. Global Wellness Economy Monitor 2024. Miami: Global Wellness Institute [Internet]; 2024 [cited 2026 Mar 25]. Available from: <https://globalwellnessinstitute.org/industry-research/2024-global-wellness-economy-monitor/>.
3. Ludwig S, Gausselmann S. European Health & Fitness Market Report 2026 [Internet]. Brussels: Health & Fitness Association, Deloitte; 2026 [cited 2026 Apr 02]. Available from: <https://www.deloitte.com/de/de/Industries/consumer/research/report-european-health-fitness.html>.
4. Pione A, Medalsy J, Weaver K, Callaghan S, Rickert S. The \$2 trillion global wellness market gets a millennial and Gen Z glow-up [Internet]. McKinsey & Company; 2025 [cited 2026 Apr 02]. Available from: <https://www.mckinsey.com/industries/consumer-packaged-goods/our-insights/future-of-wellness-trends>.
5. Vargo SL, Lusch RF. Service-dominant logic: Continuing the evolution. *Journal of the Academy of Marketing Science*. 2008; 36(1):1-10. doi: <https://doi.org/10.1007/s11747-007-0069-6>.

6. Zhang H, Sun Q. The transformation mechanism of fitness clubs: pricing of joint fitness courses by online platforms and well-known coaches. *Journal of Retailing and Consumer Services*. 2024; 76. Art. 103539. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2023.103539>.
7. Pradal-Cano L, Lozano-Ruiz C, Pereyra-Rodríguez JJ, et al. Using Mobile Applications to Increase Physical Activity: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17: Art. 8238. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17218238>.
8. Almarcha M, Sturmberg J, Balague N. Personalizing the guidelines of exercise prescription. *Apunts Sports Medicine*. 2024; 59(223): Art. 100449. doi: <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2024.100449>.
9. Chen M, Carl KV, Hinz O. Continued usage of mobile fitness applications: a systematic literature review. *Management Review Quarterly*. 2025; n.pag. doi: <https://doi.org/10.1007/s11301-025-00537-1>.
10. Lemon KN, Verhoef PC. Understanding Customer Experience Throughout the Customer Journey. *Journal of Marketing*. 2016; 80(6):69-96. doi: <https://doi.org/10.1509/jm.15.0420>.
11. Guo X. Fitness Studio Consumer Behavior Research Summary. *International Journal of Frontiers in Sociology*. 2023; 5(7): 55-61. doi: <https://doi.org/10.25236/IJFS.2023.050709>.
12. Izquierdo M, Merchant RA, Morley JE, et al. International Exercise Recommendations in Older Adults (ICFSR): Expert Consensus Guidelines. *Journal of Nutrition, Health and Aging*. 2021; 25:824-53. doi: <https://doi.org/10.1007/s12603-021-1665-8>.
13. Matos A, Tihon C, Costa C, Domingues C. Current Strategies for Healthy Aging: The Interplay Between Nutrition, Metabolism, and Exercise. *Cureus*. 2025; 17(11): e96848. doi: <https://doi.org/10.7759/cureus.96848>.
14. World Health Organization. Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030: More Active People for a Healthier World [Internet]. Geneva: WHO; 2018 [cited 2026 Mar 20]. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>.
15. EuropeActive. EuropeActive Standards. Brussels: EuropeActive [Internet]; 2026 [cited 2026 Apr 02]. Available from: <https://www.europeactive-standards.eu/es-standards>.
16. Dutchak MV, Andrieieva OV, Kateryna U. Formuvannia struktury profesiinykh kvalifikatsii fakhivtsiv z ozdorovchoho fitnessu v Ukraini [Formation of the structure of professional qualifications of health fitness specialists in Ukraine]. *Sport Science Spectrum*. 2025; 1:36-42. doi: <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-1-5>.
17. Virtanen M, Lallukka T, Elovainio M, Steptoe A, Kivimäki M. Effectiveness of workplace interventions for health promotion. *The Lancet Public Health*. 2025; 10(6):e512-e530. doi: [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(25\)00095-7](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(25)00095-7).
18. Lock M, Post D, Dollman J, Parfitt G. Efficacy of theory-informed workplace physical activity interventions: a systematic literature review with meta-analyses. *Health Psychology Review*. 2021; 15(4):483-507. doi: <https://doi.org/10.1080/17437199.2020.1718528>.
19. Newsome AM, Reed R, Sansone J, Batrakoulis A, McAvoy C, Parrott MW. 2024 ACSM Worldwide Fitness Trends: Future Directions of the Health and Fitness Industry. *ACSM's Health & Fitness Journal*. 2024; 28(1): 14-26. doi: <https://doi.org/10.1249/FIT.0000000000000933>.
20. Newsome AM, Reed R, Sansone J, Batrakoulis A, McAvoy C, Parrott MW. 2025 ACSM Worldwide Fitness Trends: Future Directions of the Health and Fitness Industry. *ACSM's Health & Fitness Journal*. 2025; 28(6):11-25. doi: <https://doi.org/10.1249/FIT.0000000000001017>.
21. WHO Regional Office for Europe. Health-enhancing physical activity in the European Union, 2024 [Internet]. Copenhagen: WHO Europe; 2024 [cited 2026 Mar 25]. Available from: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/49670dca-fe1e-4f05-b78f-dce788abbcc1/content>.
22. Yeomans C, Karg A, Nguyen J. Who churns from fitness centres? Evidence from behavioural and attitudinal segmentation. *Managing Sport and Leisure*. 2026; 31(2):388-404. doi: <https://doi.org/10.1080/23750472.2024.2305896>.
23. Angosto S, García-Fernández J, Grimaldi-Puyana M. A systematic review of intention to use fitness apps (2020–2023). *Humanities and Social Sciences Communications*. 2023; 10: Art. 512. doi: <https://doi.org/10.1057/s41599-023-02011-3>.
24. World Health Organization. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour [Internet]. Geneva: WHO; 2020 [cited 2026 Mar 25]. Available from: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/faa83413-d89e-4be9-bb01-b24671aef7ca/content>.
25. 2026 US Health & Fitness Consumer Report: Headline Trends [Internet]. Health & Fitness Association; 2026 [cited 2026 Mar 25]. Available from: <https://www.healthandfitness.org/2026-us-health-fitness-consumer-report-headline-trends/>.
26. Dutchak MV, Zalylo IV. Problemy ta ochikuvannia chleniv simej uchasnykiv boiovykh dii u konteksti formuvannia ozdorovcho-rekreatsiinoho komiuniti [Problems and expectations of family members of combat veterans in the context of forming a health-enhancing recreational community]. *OLYMPICUS*. 2025; 4:44-50. doi: <https://doi.org/10.24195/olympicus/2025-4.5>.
27. Shynkaruk OA, Yakovenko OO, Byshevets NH, Andrieieva OV, Dutchak MV. Ozdorovcho-rekreatsiina rukhova aktyvnist yak zasib profilaktyky stres-asotsiovanykh staniv u viiskovosluzhbovtziv, yaki perebuvaiut pid diieiu stresohennykh chynnykiv [Health-enhancing recreational physical activity as a means of preventing stress-

associated conditions in military personnel exposed to stress factors]. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. 2025;2:71-81. doi: <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2025-2-071>.

Цитування на цю статтю :

Дутчак М., Андрєєва О., Путятіна Г. Глобальний ринок оздоровчого фітнесу: систематизація сучасних трендів та стратегічних напрямів трансформації. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2026. Жовтень 10; 47: 3-13

Відомості про авторів

Дутчак Мирослав Васильович – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, професор кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності, Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, Київ, Україна, 03150
<https://orcid.org/0000-0001-6823-272X>
email: mdutchak@uni-sport.edu.ua

Андрєєва Олена Валеріївна – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності, Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, м. Київ, Україна, 03150
<http://orcid.org/0000-0002-2893-1224>
email: oandreeva@uni-sport.edu.ua

Путятіна Галина Миколаївна – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри спорту та інноваційних практик в адаптивній фізичній культурі, Державний університет «Житомирська політехніка», вул. Чуднівська, 103, м. Житомир, Україна, 10005,
<https://orcid.org/0000-0002-9932-8326>
email: kfvs_pgm@ztu.edu.ua

Дата першого надходження статті до видання: 66.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 25.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 02.10.2026