



Comitato Regionale Veneto
Comitato Provinciale Padova

Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI
Ente con finalità Assistenziali e Morali riconosciuto dal Ministero Interni
Ente iscritto al registro Nazionale delle Associazioni di Promozione Sociale
Ente riconosciuto di Protezione Ambientale
Ente aderente al Forum Nazionale III Settore
Ente Associato ISKA (International Sport and Culture Association)
Ente iscritto al "Registro Ministero pari opportunità per la lotta alle discriminazioni"

ATTI RELATIVI AL PROGETTO

"PALESTRE SICURE"

PROVINCIA DI VICENZA 2010

L'iniziativa si è prefissa di tracciare una mappa dettagliata del settore del fitness nella Provincia di Padova, individuando esigenze, disponibilità, competenze e modalità organizzative dei Centri Fitness e Palestre del territorio. A tal fine ha disposto un questionario e una ricerca strutturata che ha coinvolto i referenti ed i gestori dei Centri Fitness che hanno aderito alla sottoscrizione di un codice deontologico che pone i cittadini al centro del servizio facendo percepire la condizione di "Palestre Sicure" ne territorio della Provincia di Vicenza . L'indagine e la ricerca si è svolta da gennaio a giugno 2010 ed i dati sono stati rappresentati presso al sede AgenSport a Breganze in via Astico 61 in data 20 giugno 2010.

Il "Gruppo di Lavoro" che ha preso in consegna il progetto "Palestre Sicure" è composto da: Seren Renzo, Giovani Agostini, coadiuvato nella segreteria dagli enti partner del progetto per quanto concerne le attività di indagine e somministrazione del questionario.

Gli atti relativi al presente progetto sono direttamente scaricabili anche in formato interattivo dal sito www.asiveneto.it

"PALESTRE SICURE" Provincia di Vicenza 2010

Premesse

In considerazione dell'iniziativa organizzata a livello internazionale dalla Comunità Europea nel progetto "Palestre Sicure" si vogliono richiamare gli stessi principi e proseguire l'analisi in contesti non toccati dal progetto europeo. Infatti il progetto Europeo si prefigge:

1) individuare, primariamente, le fonti normative, a livello comunitario, internazionale, nazionale, regionale e/o locale, che disciplinano in Italia e nei cinque Paesi europei, partner del Progetto (Danimarca, Francia, Gran Bretagna, Grecia, Svezia), il settore delle palestre (pubbliche e private) e dei centri fitness/wellness.

2) esaminare, in un'ottica di valutazione comparata, il quadro normativo riguardante i seguenti profili:

- disciplina delle palestre (pubbliche e private) e dei centri fitness/wellness;
- disciplina sulla qualificazione e formazione del personale preposto all'insegnamento di attività sportive e motorio-ricreative;
- norme igienico-sanitarie e sistemi di sicurezza inerenti le palestre (pubbliche e private e i centri fitness/wellness);
- normativa sui dispositivi di sicurezza delle attrezzature sportive (ivi compreso l'abbigliamento);
- disciplina delle palestre scolastiche, militari, negli istituti di detenzione, rieducazione e religiosi;
- disciplina medico-sanitaria per l'esercizio dell'attività sportiva e motorio-ricreativa;
- disciplina della copertura assicurativa per l'esercizio dell'attività sportiva e motorio-ricreativa;
- disciplina relativa all'accesso ed uso delle palestre e dei centri fitness/wellness per gli utenti disabili;
- disciplina in tema di integratori alimentari e di prevenzione del doping nelle palestre e nei centri fitness/wellness;

- disciplina dell'*home fitness*;
- disciplina dei controlli e apparato sanzionatorio

3) individuare la casistica giurisprudenziale, al fine di far emergere i dati critici e di maggiore incidenza nel settore di indagine.

4) fornire un quadro istituzionale - normativo del settore di indagine, finalizzato al miglioramento dello stesso, tramite un processo di riflessione critica.

PALESTRE SICURE A VICENZA

Le finalità e gli obiettivi della presente ricerca sono invece spostati nel contesto territoriale in funzione delle necessità degli utenti e della società nel suo complesso.

Finalità

Rispetto all'indicazioni progettuali si è ritenuto opportuno modificare leggermente la tipologia dell'intervento al fine di evitare la duplicazione di risultati già acquisiti e trattati da altri enti, anche in modo autorevole ed esaustivo. Pertanto le attività analizzate sono le seguenti:

- Tracciare una mappa dettagliata degli interventi tecnico del settore del fitness nella Provincia di Vicenza individuando così esigenze, disponibilità, competenze e modalità organizzative dei Centri Fitness e Palestre del territorio.
- Dare un riferimento ai cittadini per fare l'attività fisica in tutta sicurezza e con la trasparenza dei risultati ottenibili.

Obiettivo primario del progetto

Acquisire informazioni corrette sui Servizi inerenti alla pratica sportiva e alle attività motorie e ricreative svolte in palestre, Centri Fitness e Wellness, per capire quali sono gli orientamenti e gli interessi degli utenti.

norme ne regolano l'attività, quali sono le garanzie e le tutele offerte agli utenti, quali le carenze più evidenti,

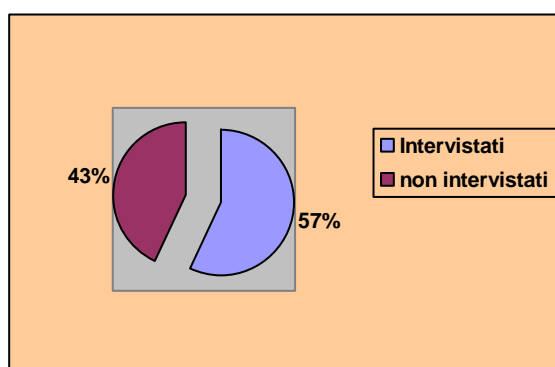
Modalità di attuazione

- Organizzazione di un gruppo di lavoro, di tecnici ed esperti del settore, con competenze di carattere gestionale che di carattere tecnico.
- Predisposizione dello strumento di indagine attraverso un'intervista strutturata personalizzata di soggetti impegnati nel settore. Le interviste sono state rivolte a Istruttori e tecnici nel settore, Responsabili Legali ed Imprenditori del settore fitness, Utenti a campione. Complessivamente nell'intervista sono stati coinvolti 202 soggetti di cui 81 Istruttori delle varie discipline tecniche, 11 Responsabili/Presidenti, 112 utenti dai 25 anni ai 55 (volutamente si è scelto di evitare la fascia dei minorenni e degli over 55 in quanto già inseriti in altre valutazioni o contesti di indagine o comunque non comparabili con le condizioni della fascia prescelta).

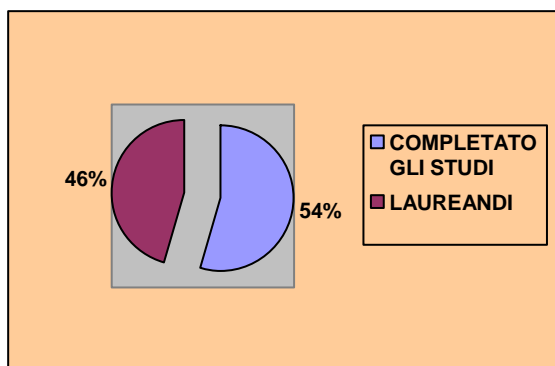
Il Comitato di controllo per continuità con le iniziative precedenti è composto da: Prof. Seren Renzo, Prof. Antonio Zito, Dott. Andrea Albertin, Istruttore Luca Revrenna.

La parte principale della ricerca è stata articolata nei confronti degli Insegnanti che sono Usciti dall'ISEF o Scienze Motorie e che hanno intrapreso una attività nell'ambito del fitness e comunque nei Centri Fitness o Palestre.

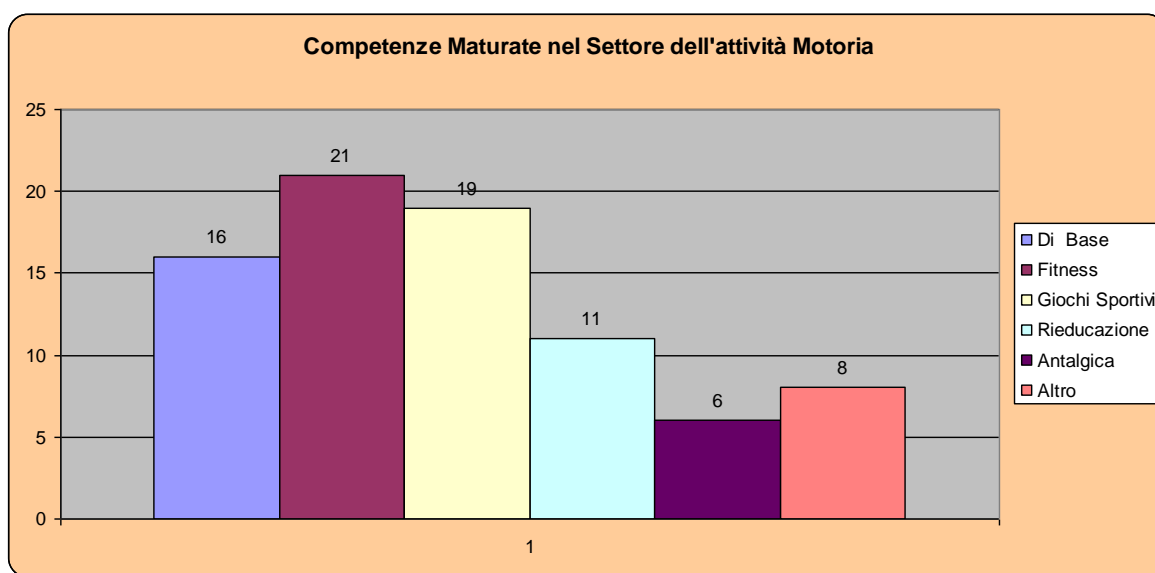
Su 143 nominativi segnalati hanno accettato l'intervista in 81



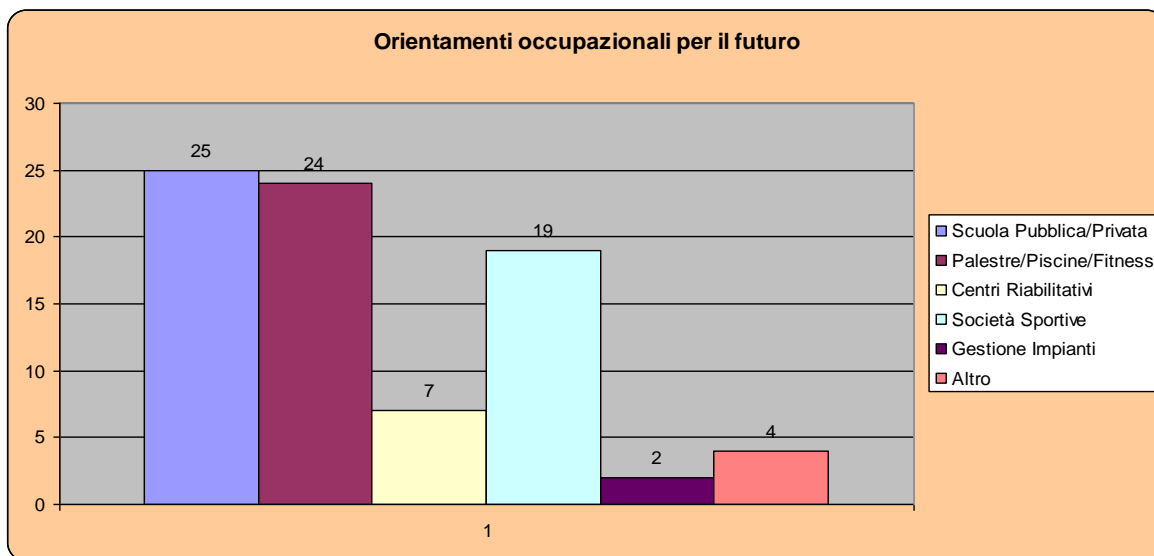
Di cui (81) 37 sono laureandi e 44 laureati in Scienze Motorie Triennale, Specialistica o ISEF



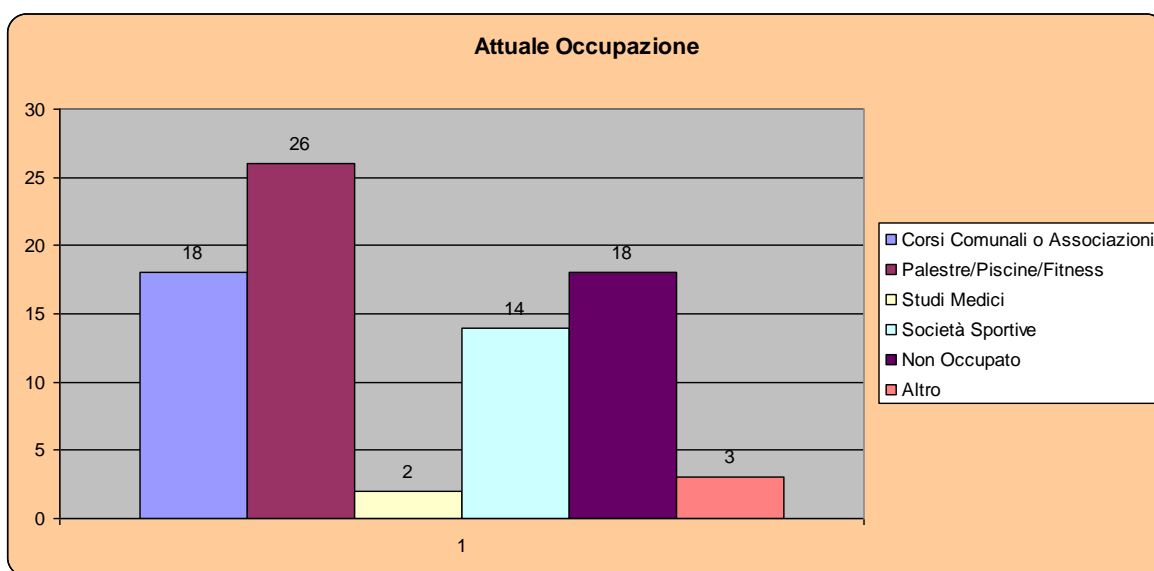
Gli intervistati (81) hanno dichiarato di avere "principalmente" le seguenti competenze nell'attività motoria in genere (era possibile identificare una sola attività prioritaria).



Gli intervistati (81) hanno dichiarato inoltre di essere interessati ad inserirsi nei seguenti contesti lavorativi per il futuro (era possibile identificare una sola attività prioritaria).



Gli intervistati (81) hanno dichiarato inoltre che la loro occupazione attuale è prevalente nel settore (era possibile identificare una sola attività prioritaria):



Sono stati inoltre intervistati 11 Responsabili di Palestre o Centri Fitness nella funzione di Presidenti di Associazioni, Responsabili Legali o Imprenditori, ai quali è stato chiesto qual è il modello organizzativo dei servizi e le modalità di erogazione dei servizi stessi.

Il modello organizzativo della proposta motoria come è strutturato nelle proposte del Centro Fitness?

Attività	Percentuale di frequentazione
Corsi di gruppo	22%
Sala Fitness	41%
Attività rieducative	9%
Attività Personalizzate	6%
Attività Metaboliche	14%
Altre attività	8%

Orientamento alla partecipazione attiva degli utenti?

Attività	Percentuale di frequentazione
Scelgono una attività in esclusiva	31%
Svolgono più attività alternandole	44%
Alternano periodi con attività esclusive ad altri periodi che alternano le attività praticate	17%
Altre situazioni	8%

Qual è la percentuale di soggetti che dichiarano di soffrire di problematiche metaboliche?

Attività	Percentuale
Problematiche Metaboliche dichiarate	22%
Nessuna problematica metabolica dichiarata	65%
Altro (situazioni non conformi)	13%

Percentuale di utenti che si muniscono della visita medica di idoneità?

Attività	Percentuale
Visita medica del proprio medico curante	38%
Visita medica del medico presente nel Centro Fitness	37%
Mancanza di visita medica (anche temporanea)	25%

Dati riferimento su base nazionale ed internazionale

Secondo le più recenti indagini del **Ministero della Salute** e le indicazioni dell'**Organizzazione Mondiale per la Sanità** (O.M.S., 2002) il sovrappeso è una nuova patologia drammaticamente in crescita nei Paesi industrializzati, tra le cui conseguenze vi è un **grave rischio cardiovascolare**, in particolare nella popolazione più giovane.

Si pensi che in Europa **14 milioni di bambini** soffrono di obesità ed il 36% circa dei piccoli italiani è sovrappeso (OMS, 2003); lo conferma una ricerca condotta dall'International Obesity Task Force (IOTF), che fissa al 30% in Europa la quota dei bambini tra 7 e 11 anni 'colpiti' da problemi di peso, ed al 20% quella dei ragazzi di età compresa tra i 13 ed i 17 anni (IOTF, 2005).

Praticamente **1 bambino su 5** in Europa è sovrappeso ed il numero è in aumento di circa 400.000 casi l'anno. Le malattie correlate all'obesità - dal

diabete di tipo II, all'ipertensione arteriosa, dalle iperlipidemie alle patologie vascolari, solo per citarne alcune - sono tra le maggiori cause di morbosità e mortalità nel mondo. Si riprende a questo punto la definizione di obesità dell'Organizzazione Mondiale per la Sanità in quanto "*condizione caratterizzata da eccessivo peso corporeo per accumulo di tessuto adiposo, in misura tale da influire negativamente sullo stato di salute*" (O.M.S., 2002).

Anche in Italia il fenomeno è in continuo aumento e ad oggi **4 milioni di italiani sono obesi** e circa 16 milioni sono in sovrappeso (Lucchese, A.I.O., 2005). Le cause di questa impennata drastica riguardo l'incidenza dell'obesità sono da ricercarsi nello stile di vita della società industrialmente avanzata, dove **sedentarietà, isolamento, pensiero negativo** ed **iperalimentazione** la fanno da padrone.

Indagine realizzata da FISBE nella Regione Veneto anno 2009.

L'indagine aveva lo scopo di stabilire se vi fosse l'ka possibilità di una "Certificazione di Qualità" nei Centri Fitness (Province Vicenza e Padova), pertanto sono stati analizzati quegli aspetti che possono essere oggetto di valutazione riferita al servizio rivolto agli utenti.

L'indagine ha coinvolto 47 Centri Fitness delle due Province menzionate ed è stata a mezzo intervista strutturata e questionario.

In primo luogo è stato chiesto la possibilità e volontà di aderire ad un "Codice di Deontologico" di comportamento nella gestione delle attività di fitness ed affini. La maggior parte dei centri Fitness e Palestre ha affermato di essere favorevole (80% il restante 20% non ha risposto o ha detto di no), soprattutto per aumentare la fiducia degli utenti nel programma di allenamento "Fitness".

Alla domanda se viene richiesto il "Certificato Medico", solo il 15% non lo richiede e per la maggior parte dei casi il medico è presente periodicamente presso il Centro Fitness.

Inoltre alla richiesta se il servizio tecnico è qualificato (es. con la presenza di un Diplomato ISEF o L.S.M.) la risposta è stata che il 65% degli operatori sportivi e motori sono qualificati in modo specifico, il rimanente si inseriscono come tirocinanti e vengono formati in sede attraverso corsi CONI, EPS, FEDERAZIONI.

Prevenzione all'uso di sostanze dopanti o comunque proibite, la totalità degli intervistati ritiene che le sostanze che alterano la performance fisica/muscolare siano comunque degli ostacoli all'attività di fitness o comunque delle scorciatoie che portano un approccio culturale diverso che in ultima analisi va proprio a penalizzare la promozione del Fitness su larga scala. Diversa è la valutazione sugli aspetti dell'integrazione e quindi tutto quel palinsesto di sostanze e prodotti leciti che si trovano comunemente in erboristeria o negozi specializzati e che vengono commercializzati anche nei centri Fitness con le autorizzazioni del caso. In questo ambito si è visto che il 48% afferma di non proporre alcune integratore e il 32% di consigliarli sotto indicazione medica, mentre il 20% non si pronuncia.

Si segnala inoltre che la maggior parte dei Centri Fitness Intervistati (72%) ha un referente che ha fatto il corso di primo soccorso ed il 32% dispone di un Defibrillatore con personale qualificato all'uso.

Infine praticamente la totalità dispone di una assicurazione di Responsabilità Conto terzi ed il 65% dispone anche di una assicurazione infortuni per il singolo utente.

VALUTAZIONI E CONSIDERAZIONI DALLA PARTE DEGLI UTENTI

Nell'immaginario collettivo esistono due idee di Centri Fitness/Palestre che vanno per la maggiore. Quella in cui vanno atleti/e evoluti e muscolosi che vogliono il fisico perfetto o performance ad alto livello a tutti i costi. E quella in cui si va quando si è sovrappeso, o per approcciare percorsi

rieducativi funzionali motori o per contrastare le patologie metaboliche sotto controllo medico.

In realtà oggi il moderno centro Fitness è l'insieme delle due cose e sempre più rivolto agli aspetti di una promozione di stili di vita sani, con una moderata e calibrata attività motoria assistita ed organizzata da tecnici qualificati.

Quello del "**fitness**" è un universo in continua evoluzione, in Italia come nel resto del mondo. Il bisogno di stare in salute, di essere in forma, di sentirsi bene nel proprio corpo è diventato di primaria importanza. Dedicare tempo a se stessi e alla cura del proprio aspetto fisico è ormai una **necessità anche sociale**. Seguire una dieta corretta ed equilibrata, e fare una **costante attività fisica**, sono regole fondamentali alle quali ognuno di noi dovrebbe attenersi non solo per motivi estetici ma anche per migliorare o mantenersi in buona salute.

Del resto, l'attività fisica occupa, ormai stabilmente uno spazio importante nella settimana tipo degli italiani coinvolgendo complessivamente tutta la popolazione. In particolare l'attività del fitness si adatta in modo ottimale alle diverse esigenze del singolo utente, infatti il "fitness" può essere modulato, adeguato a tutte le richieste, problematiche e necessità. È l'attività motoria che più di altre permette una personalizzazione secondo modalità e tempi definiti in base alle **diverse esigenze**.

Al campione di utenti sono state poste le seguenti richieste:

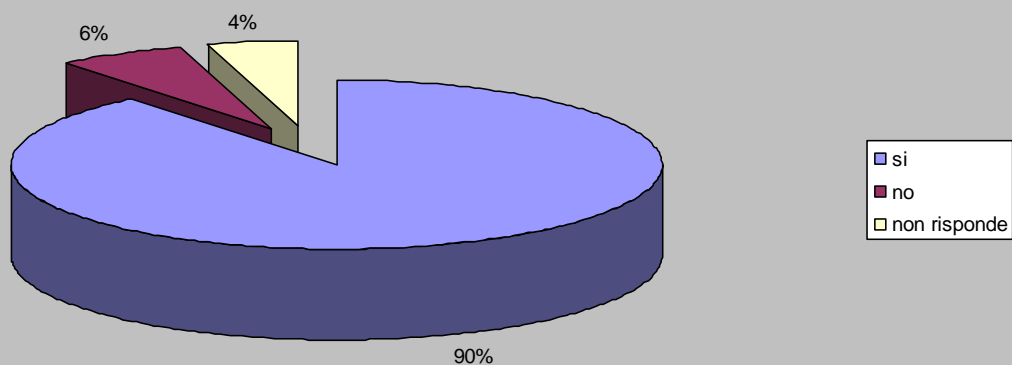
Questionario sulle abitudini motorie e sugli interessi nel settore fitness

1. Ritiene che una regolare attività motoria sia determinante per un benessere generale, sia fisico che psicologico? SI NO
2. Che ordine di importanza rivesta la cura del proprio corpo, intesa come benessere e miglioramento della qualità della vita?

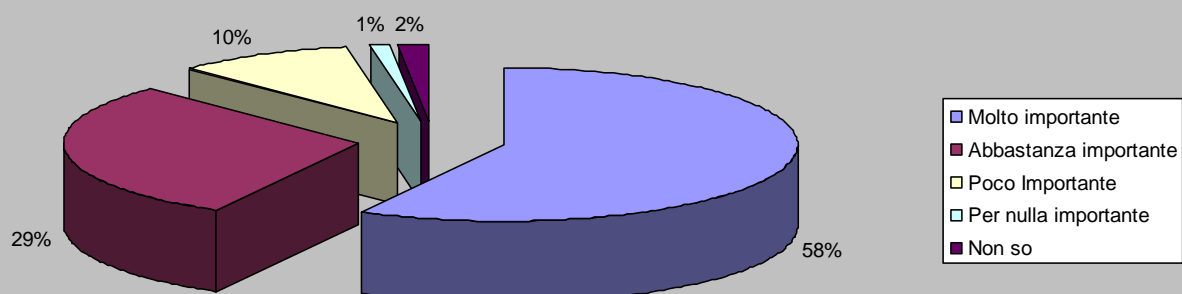
Molto importante	Abbastanza importante	Poco importante	Per nulla importante	Non so
-------------------------	------------------------------	------------------------	-----------------------------	---------------

3. Pratica regolarmente attività motoria? SI NO
4. I servizi offerti nella Provincia, in merito alle attività motorie e Fitness, Le sembrano:
- ADEGUATI
 - NON ADEGUATI
 - NON SO
5. Le informazioni relative all'attività motoria o al Fitness le riceve prevalentemente da:
- RADIO – TV
 - QUOTIDIANI
 - RIVISTE SPECIALIZZATE
 - LOCANDINE POSTA
 - CARTELLONI PUBBLICITARI
 - PASSAPAROLA
 - MAIL O INTERNET
 - ALTRO
6. Quali sono le attività che lei ritiene più efficaci ed interessanti, tra quelle proposte nei centri fitness?
- FITNESS
 - CARDIO FITNESS
 - AEROBICA/STEP
 - SPINNING
 - DANZA – FUNK
 - PERSONAL TRAINER
 - PANCA FIT
 - ALTRO

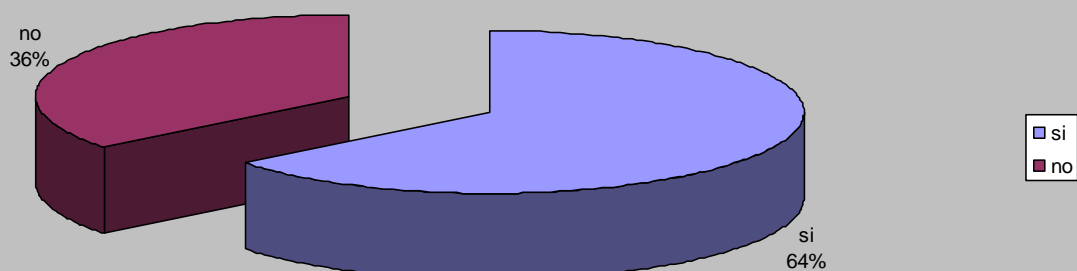
1. Ritiene che una regolare attività motoria sia determinante per un benessere generale, sia fisico che psicologico?



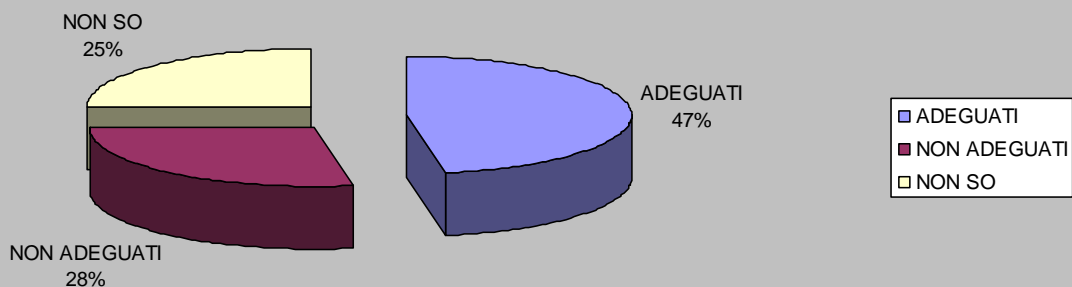
2. Che ordine di importanza rivesta la cura del proprio corpo, intesa come benessere e miglioramento della qualità della vita?



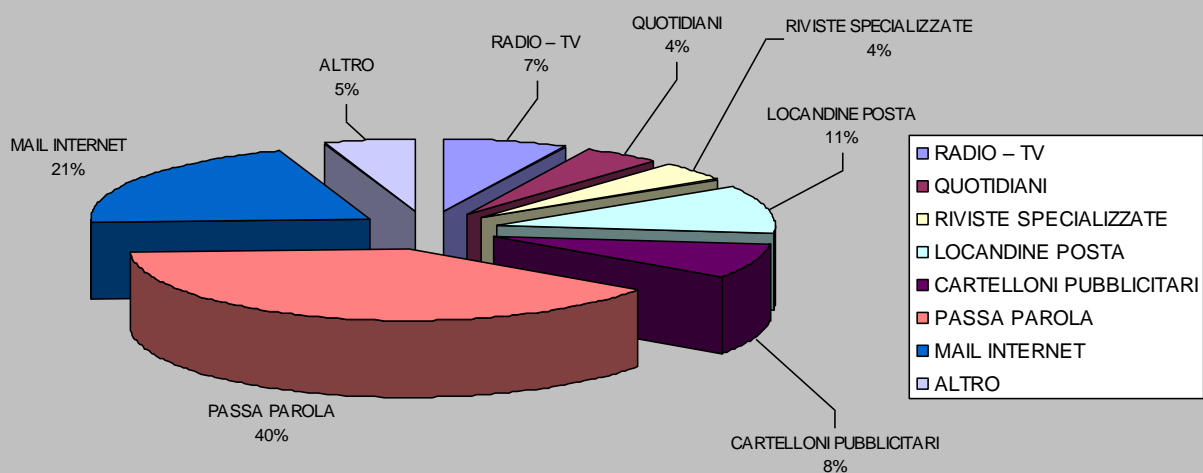
3. Pratica regolarmente attività motoria?



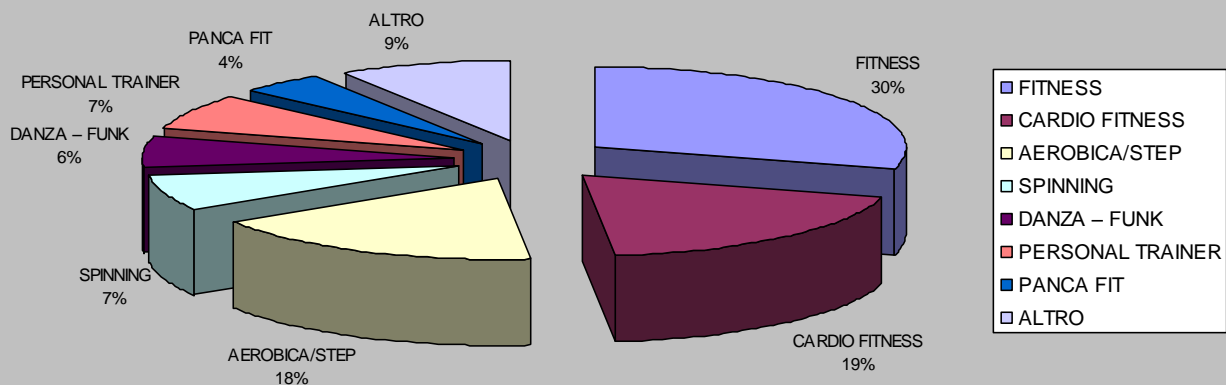
4. I servizi offerti nella Provincia, in merito alle attività motorie e Fitness, Le sembrano:



5. Le informazioni relative all'attività motoria o al Fitness le riceve prevalentemente da:



6. Quali sono le attività che lei ritiene più efficaci ed interessanti, tra quelle proposte nei centri fitness?



Il settore del fitness in Italia, secondo recenti indagini, coinvolge circa 40mila addetti, sviluppando un giro d'affari da oltre 2milioni di euro. E' la disciplina più praticata dalle persone tra i 20 e i 35 anni: i centri fitness sono frequentati da quasi 5 milioni di persone, con servizi sempre più personalizzati.

L'ampliamento del concetto fitness/sport dilettantistico ha evidenziato, pertanto, la necessità di analizzare il tema della sicurezza nell'esercizio della pratica sportiva e delle attività motorio-ricreative all'interno delle palestre e dei centri fitness, attraverso un'analisi il cui punto di partenza è costituito dall'individuazione delle fonti normative, delle esigenze del settore, delle esigenze degli utenti e del loro risvolto nell'ambito sociale e territoriale.

La ricerca giuridica, fatta con precedenti progettualità, ha evidenziato come l'aspetto della sicurezza in palestra è da intendere riferito a:

- la sostenibilità organizzativa, progettuale ed economica del progetto fitness;
- la competenza professionale degli operatori/tecnici/istruttori delle diverse tecniche del fitness;
- la trasparenza sulla tipologia del servizio erogato o delle attività organizzate;
- la compatibilità degli spazi logistici con la pratica motoria;
- un corretto approccio alla pratica motoria, come acquisizione di stili di vita sani;
- la prescrizione medica sulla pratica motoria e sull'idoneità fisica degli utenti;
- la prevenzione all'uso di sostanze illegali o comunque dannose alla salute (cultura antidoping).

CONCLUSIONI

Va considerato che il campione analizzato è costituito da Centri Fitness culturalmente evoluti e già molto sensibili alle esigenze di sicurezza e correttezza delle attività previste nel fitness. Va comunque detto che gli elementi di criticità emersi riguardano principalmente:

- La mancanza di una normativa quadro del settore,



- La competenza specifica degli operatori che operano nel fitness,
- Una cultura diffusa sulla pratica motoria nei Centri Fitness come risposta a molteplici patologie metaboliche,
- La sostenibilità economica del progetto "Centro Fitness" in quanto si avverte la necessità di valorizzare il settore che in altri paesi è riconosciuto, in modo ufficiale da sia dal Sistema Sanitario che dalle Istituzioni Locali, come servizio alla persona per la prevenzione primaria e secondaria.

sa
1
p
r
o
m
o
z
i
o
n
e
a
i
c
o
s
a
i
e