



Da «campione nascosto» a settore del futuro riconosciuto

L'importanza del nostro settore per la società e per l'economia è enorme, nonostante il fatto che sia ancora molto sottovalutato, soprattutto a livello politico. Sebbene gli ultimi anni siano stati effettivamente difficili dal punto di vista economico e ci abbiano posto di fronte a grandi sfide, il settore svizzero del fitness e della salute è e rimane un mercato in crescita. Tuttavia, in assenza di dati scientificamente validi, questa affermazione non evoca un dato di fatto, ma piuttosto una supposizione. Perciò, è nell'interesse dell'insieme degli operatori del settore fare tutto il possibile per aumentarne l'accettazione nella società, come pure sul piano economico e politico. Ma cosa può fare al riguardo il singolo operatore di un centro?

Ecco la risposta: partecipare al sondaggio sui «Dati chiave dell'economia svizzera del fitness 2023»! Per comprendere al meglio questo studio e i vantaggi fondamentali che ne derivano per il settore del fitness e della salute in Svizzera, abbiamo parlato con il presidente di swiss active, Reto Conrad, dei dati salienti, degli obiettivi e di come è proceduto lo studio. L'intervista completa da pagina 22.

I consigli concreti su come agire, che è possibile ricavare dagli studi, sono illustrati anche dagli attuali risultati del sondaggio condotto dalla Prof.ssa Dr. Sarah Kobel tra i membri e i non-membri dei centri, che trovate da pagina 44.

Oltre ai numeri, ai dati e ai fatti, naturalmente sono soprattutto le persone a rendere unico il nostro settore. Per questo motivo abbiamo chiesto a Yvonne Schleiss, che gestisce BEAT Premium Training, di parlarci della sua particolare concezione del fitness e del nome singolare del centro (da pag. 16). E poiché si sa che la storia si riflette sul presente, la redazione della FITNESS TRIBUNE ha preso in esame la catena culto di centri fitness Gold's Gym, che presto aprirà la sua prima filiale anche

in Svizzera. Lasciatevi ispirare da questa grande storia di successo da pagina 12.

Accanto ai nostri editorialisti di lunga data, Edy Paul (da pag. 58) ed Eric-Pi Zürcher (da pag. 60), abbiamo il piacere di dare il benvenuto in questo numero a un nuovo volto, Giusi Verre. D'ora in poi, nelle pagine della FITNESS TRIBUNE racconterà la sua quotidianità nel campo del fitness e della salute dispensandovi, cari lettori, importanti consigli pratici per incrementare il successo. Leggete la prima rubrica di Giusi Verre a partire da pagina 62.

Allo stesso tempo, come in ogni numero, siamo lieti di presentarvi articoli specialistici informativi e di alta qualità in relazione alle più recenti conoscenze mirate alla gestione del vostro centro. Ad esempio, Karsten Hübner sottolinea l'importanza di una gestione ottimale della rigenerazione per ottenere la miglior riuscita possibile nell'allenamento (da pag. 64). Su questa scia, Harald Gärtner presenta nel suo articolo raccomandazioni di allenamento basate sull'evidenza, che permettono una buona crescita muscolare. Nel suo intervento «Viel mehr als nur ein Trend» (Molto più di una semplice tendenza), Robert Winzenried illustra come si possa attingere dalle scoperte della psicologia nutrizionale per ottimizzare il comportamento alimentare (da pag. 66).

Con queste informazioni aggiornate, le competenze scientifiche e la partecipazione ai «Dati chiave dell'economia svizzera del fitness», tutti noi possiamo dare il nostro personale contributo per promuovere l'accettazione nei confronti del nostro settore. Quindi, impegniamoci insieme!

In quest'ottica, auguriamo buona lettura.

FITNESS TRIBUNE