

Tendencias Mundiales

en la

industria del Fitness

para 2017

según el **ACSM**

Por undécimo año consecutivo el ACSM ha publicado los datos de su encuesta sobre las Tendencias Mundiales en la industria del Fitness

Los resultados para 2017 confirman una serie de tendencias emergentes de estos últimos 3 años: la **tecnología portátil**, el **entrenamiento con peso corporal** y el **entrenamiento HIIT**, sumándose a la lista dos nuevas, ejercicios en grupo y programas de **ejercicio como medicina (Exercise is Medicine®)**.

En esta 11ª edición la encuesta se envió a 24.296 profesionales de la actividad física y la salud, incluyendo todas las certificaciones posibles del ACSM recibiendo un total de 1.801 respuestas. Las respuestas provinieron de diversos países entre ellos Australia, el Reino Unido, Canadá, Alemania, India, Italia, Singapur, Taiwan, Venezuela, Suiza, Jamaica, Sudáfrica, Bermuda,

Grecia, Finlandia y Estados Unidos. No se contempla participación desde España.

Los datos demográficos de la encuesta incluyen un 66% de mujeres y 34% de hombres. Destaca que el 45% tienen más de 10 años de experiencia en el sector del fitness y el 24% más de 20 años. Casi el 33% de los encuestados ganan más de 50.000 dólares al año y un 6% más de 100.000. También se pidió a los encuestados que identificaran su tipo de ocupación, y el 64% indicó que estaban contratados a tiempo completo y el 29% a tiempo parcial como entrenadores personales.

La tabla completa del perfil profesional de los encuestados es la siguiente:



Tabla 1. Perfil encuestados Tendencias Fitness ACSM 2017

Entrenador Personal (tiempo parcial)	13,15%
Entrenador Personal (tiempo completo)	9,47%
Especialista en Salud / Fitness (o equivalente)	8,36%
Director Salud / Fitness	7,07%
Profesional médico / Físio / Terapeuta	4,49%
Fisiólogo clínico del ejercicio	7,74%
Profesor	7,62%
Estudiante de Grado	5,84%
Wellness / Health Coach	4,30%
Director Programas	4,73%
Estudiantes Formación Profesional	2,70%
Operador / Empresario	2,56%
Especialista clínico del ejercicio (o equivalente)	1,72%
Especialista Ejercicio Grupo	2,77%
Profesor / Monitor	1,78%
Diestista Registrado (RD, RDN, LD)	1,35%
Otros	14,44%

Tal y como indican las conclusiones del estudio, algunas de las tendencias de 2016 se han mantenido para 2017 como por ejemplo el **uso de la tecnología portátil** (número 1) o el **entrenamiento con el propio peso corporal** (número 2).

Se consolidan repitiendo las tendencias en el top 5: el **entrenamiento HIIT**, el **entrenamiento de fuerza** o la **formación, certificación y experiencia** de los profesionales del fitness. Destaca la aparición de dos nuevas en el 6 y 7 como hemos comentado: **entrenamiento en grupo y el ejercicio como medicina**.

Resaltar también el **Yoga**, **entrenamiento personal**, el

entrenamiento y pérdida de peso que logran mantenerse dentro del Top10. Encontramos hasta la posición 20 otras tendencias interesantes como los **programas para adultos mayores**, **entrenamiento funcional**, **al aire libre o entrenamiento personal en grupo**, todas ellas tendencias que ya estamos experimentando en nuestro país.

Finalmente, otras tendencias que suben o se mantienen y parece que hay que seguir teniendo en cuenta son el **fitness laboral**, los programas de **entrenamiento en circuitos** o el **Wellness coaching**, así como el **uso de aplicaciones o medición de los resultados**.

En resumen, desde mi punto de vista, el uso de la tecnología cada vez está más presente, así como el trabajo en grupo, de mayor o menor cantidad de usuarios, que permite una mayor fidelización y motivación. No hay que olvidar tampoco los programas especiales en diferentes áreas de la sociedad y las aplicaciones del entrenamiento a la fuerza en sus diferentes posibilidades.

Otras actividades que en principio pueden ser muy destaca-

das como Zumba (posición N°39), Pilates (N°33), Ciclo Indoor (N°24), etc, debemos tener en cuenta que quedan como modas y no tendencias y por tanto su implantación y desarrollo en los centros ya está más que asentado.

Las nuevas 20 tendencias más destacadas según la ACSM para el 2017 son:

Tabla 2. 20 Tendencias Fitness ACSM 2017

1	Tecnología portátil
2	Entrenamiento Peso Corporal
3	HIIT
4	Educación, Certificación y Experiencia de los Profesionales del fitness
5	Entrenamiento de Fuerza
6	Entrenamiento en Grupo
7	Ejercicio como Medicina
8	Yoga
9	Entrenamiento personal
10	Ejercicio y pérdida de peso
11	Programas de ejercicio para personas mayores
12	Entrenamientos funcionales
13	Actividades al aire libre
14	Entrenamientos personales en grupo
15	Wellness Coaching
16	Promoción de la salud en el trabajo
17	Aplicaciones móviles de ejercicios
18	Medición del resultado
19	Entrenamiento en circuitos
20	Rodillos de flexibilidad y movilidad

A continuación, mostramos una comparativa entre 2014-2015 con la evolución y fluctuación de las 20 principales tendencias fitness según la encuesta del ACSM.



Ranking tendencias 2014	
1	Entrenamiento intervalico de alta intensidad (HIIT)
2	Entrenamiento con el peso corporal
3	Profesionales del Fitness formados, certificados y con experiencia
4	Entrenamiento de fuerza
5	Ejercicio y pérdida de peso
6	Entrenamiento personal
7	Entrenamiento para adultos de edad avanzada
8	Fitness funcional
9	Entrenamiento en grupos reducidos
10	Yoga
11	Entrenamiento en niños para la prevención y el tratamiento de la obesidad
12	Promoción de la salud en los lugares de trabajo
13	Entrenamiento de core
14	Actividades al aire libre
15	Entrenamiento en circuito
16	Medición de resultados
17	Wellness coaching
18	Entrenamiento específico para un determinado deporte
19	Programas de incentivos para trabajadores
20	Bootcamp

Ranking tendencias 2015	
1	Entrenamiento con el peso corporal
2	Entrenamiento intervalico de alta intensidad (HIIT)
3	Profesionales del Fitness formados, certificados y con experiencia
4	Entrenamiento de fuerza
5	Entrenamiento personal
6	Ejercicio y pérdida de peso
7	Yoga
8	Entrenamiento para adultos de edad avanzada
9	Fitness funcional
10	Entrenamiento personal en grupo
11	Promoción de la salud en los lugares de trabajo
12	Actividades al aire libre
13	Wellness coaching
14	Entrenamiento en circuito
15	Entrenamiento de core
16	Entrenamiento específico para un determinado deporte
17	Entrenamiento en niños para la prevención y el tratamiento de la obesidad
18	Medición de resultados
19	Programas de incentivos para trabajadores
20	Bootcamp

Ranking tendencias 2015	
1	Entrenamiento con el peso corporal
2	Entrenamiento intervalico de alta intensidad (HIIT)
3	Profesionales del Fitness formados, certificados y con experiencia
4	Entrenamiento de fuerza
5	Entrenamiento personal
6	Ejercicio y pérdida de peso
7	Yoga
8	Entrenamiento para adultos de edad avanzada
9	Fitness funcional
10	Entrenamiento personal en grupo
11	Promoción de la salud en los lugares de trabajo
12	Actividades al aire libre
13	Wellness coaching
14	Entrenamiento en circuito
15	Entrenamiento de core
16	Entrenamiento específico para un determinado deporte
17	Entrenamiento en niños para la prevención y el tratamiento de la obesidad
18	Medición de resultados
19	Programas de incentivos para trabajadores
20	Bootcamp

Ranking tendencias 2016	
1	Tecnología portátil
2	Entrenamiento con el peso corporal
3	Entrenamiento intervalico de alta intensidad (HIIT)
4	Entrenamiento de fuerza
5	Profesionales del Fitness formados, certificados y con experiencia
6	Entrenamiento personal
7	Fitness funcional
8	Programas de Fitness para mayores
9	Ejercicio y pérdida de peso
10	Yoga
11	Entrenamiento en grupos reducidos
12	Promoción de la salud en los lugares de trabajo
13	Wellness coaching
14	Actividades al aire libre
15	Entrenamiento para deportes específicos
16	Rodillos de movilidad y flexibilidad
17	Aplicaciones de ejercicios para móviles
18	Entrenamiento en circuito
19	Entrenamiento de core
20	Medición de resultados

Ranking tendencias 2016	
1	Tecnología portátil
2	Entrenamiento con el peso corporal
3	Entrenamiento intervalico de alta intensidad (HIIT)
4	Entrenamiento de fuerza
5	Profesionales del Fitness formados, certificados y con experiencia
6	Entrenamiento personal
7	Fitness funcional
8	Programas de Fitness para mayores
9	Ejercicio y pérdida de peso
10	Yoga
11	Entrenamiento en grupos reducidos
12	Promoción de la salud en los lugares de trabajo
13	Wellness coaching
14	Actividades al aire libre
15	Entrenamiento para deportes específicos
16	Rodillos de movilidad y flexibilidad
17	Aplicaciones de ejercicios para móviles
18	Entrenamiento en circuito
19	Entrenamiento de core
20	Medición de resultados

Ranking tendencias 2017	
1	Tecnología portátil
2	Entrenamiento con el peso corporal
3	Entrenamiento intervalico de alta intensidad (HIIT)
4	Profesionales del Fitness formados, certificados y con experiencia
5	Entrenamiento de fuerza
6	Entrenamiento en grupo
7	El ejercicio como medicina
8	Yoga
9	Entrenamiento personal
10	Entrenamiento y pérdida de peso
11	Programas de Fitness para mayores
12	Fitness funcional
13	Actividades al aire libre
14	Entrenamiento personal en grupo
15	Wellness coaching
16	Promoción de la salud en el lugar de trabajo
17	Aplicaciones deportivas para smartphones
18	Medición de resultados
19	Entrenamiento en circuitos
20	Rollers para trabajar la flexibilidad y movilidad

El objetivo de esta encuesta es confirmar o introducir nuevas tendencias que tienen un impacto percibido en la industria del fitness y para que los lectores determinen si sus modelos de negocios se ajustan a estas nuevas tendencias.

Próximamente la consultora Valgo publicará una encuesta sobre las Tendencias Fitness para 2017 en España y así comparar los resultados con los mostrados en la actual de la ACSM.

Así pues, tomemos nota de aquello que más interesante nos resulte para innovar y mejorar nuestra oferta de servicios y actividades y así adaptarnos a los cambios y evolución del mercado.

Referencias bibliográficas:

Thompson, W.R. (2016). Worldwide survey reveals of fitness trend for 2017. ACSM's Health & Fitness Journal, 20 (6), 8-17.



Manel Valcarce

Máster en Administración y Dirección del Deporte. Ldo. Ciencias Actividad Física y el Deporte. Colegiado 8709.
Diplomado en Ciencias Empresariales.
Director Gerente Valgo Investment.
manelv@valgo.es / www.manelvalcarce.com



Carlos Cordeiro Hernández

Máster Universitario en Dirección de Organizaciones e Instalaciones de la Actividad Física y del Deporte. Responsable de comunicación y prensa de Gym Factory.