

Il nostro centro fitness

di Fabio Swich

Che cosa ci si deve aspettare dalle palestre

«Quella palestra è bellissima: ha un ingresso enorme.....», «io invece vado in una che ha un thermarium stupendo con tre bagni turchi.....»: queste e altre considerazioni si sentono fare a proposito della scelta della palestra. Viene spontaneo domandarsi quali possano essere i fattori per catalogare una palestra o un centro wellness, sapendo che esistono degli elementi fondamentali, altri secondari e altri ancora poco rilevanti o addirittura di carattere esclusivamente ornamentale. Occorre soprattutto distinguere le necessità di un cliente dalle necessità dell'operatore, che a volte non collimano.

Cliente

Nella classifica dei desideri o delle richieste del cliente, al primo posto troviamo sicuramente la pulizia. Tutti i frequentatori di centri sportivi desiderano in primo luogo verificare immediatamente che il centro sia pulito. Detto così sembra una banalità, ma da cosa o in che modo un cliente può verificare la pulizia di un centro? Anzitutto dalla presenza abbastanza assidua di personale addetto. Non ci vuole molto a capire il livello delle pulizie se in un centro non si vedono mai o quasi mai persone spolverare, passare uno straccio per asciugare nelle docce o se nelle toilette c'è cattivo odore. Il secondo aspetto solitamente richiesto è la quantità dei servizi offerti. Capita spessissimo che chi entra in un centro fitness chieda come prima cosa il plan-

ning dei corsi e successivamente com'è la sala attrezzi e se c'è qualcuno che segue e prepara i programmi. Se il planning è ricco di corsi divertenti e alla moda, in sala attrezzi ci sono tante macchine possibilmente nuove e l'istruttore presente ha sempre con sé le schede di allenamento, sarà più probabile che il cliente o il visitatore possa trovare il centro di suo gradimento. Ma se parliamo di ciò che le persone si aspettano dai wellness center, parliamo anche della dimensione (meglio se ampia) delle sale corsi e delle sale attrezzi, di spogliatoi accoglienti e di una (eventuale) zona termale emozionante.

Operatore

Come già detto, le necessità dell'operatore non sempre collimano con le richieste dei clienti: per esempio gli operatori sono mossi dall'esigenza primaria degli incassi e quindi concentrano spesso i propri sforzi anzitutto sugli uffici commerciali (quelli dove il consulente propone le varie offerte ai clienti), in secondo luogo sulla reception, che deve essere funzionale e ben attrezzata, e soltanto in seguito si preoccupano di avere tante macchine in palestra, magari senza occuparsi per nulla degli spazi. Negli spogliatoi, ad esempio, baderanno più alla quantità degli armadietti a disposizione, che alla loro qualità e ampiezza. Proviamo allora a sintetizzare le esigenze e le necessità di ambo le parti, per cercare di disegnare

il nostro wellness club ideale:

Il nostro club

Una struttura che offre salute e benessere deve in primo luogo essere fornita di uno studio medico accogliente, ben areato e ben attrezzato con cassetta del pronto soccorso, lettino, bilancia, attaccapanni. In secondo luogo, gli spogliatoi del centro devono avere un numero sufficiente armadietti spaziosi (possibilmente in grado di contenere anche il cappotto per i periodi invernali), panche per sedersi e spazi adeguati per spogliarsi; la zona docce deve avere il pavimento antiscivolo, essere ben riscaldata con docce in grado di erogare acqua calda per tutti e attaccapanni per gli asciugamani e accappatoi. La sala attrezzi dev'essere attrezzata con macchine cardio (tapis roulant, step, bike, ecc.), macchine isotoniche (con i pesi) e la zona dei pesi liberi (bilancieri e manubri). Inoltre, dev'essere prevista un'area libera per gli esercizi a terra. Le sale corsi devono essere ampie, senza colonne e ben illuminate, in modo che l'insegnante possa vedere l'esecuzione dei movimenti. Le zone aggiuntive (aree relax, thermarium, spa, ecc...) devono essere fornite all'ingresso di una doccetta spruzza-antimicotico per disinfettare i piedi (sarebbe utile anche nelle docce: è bene ricordare che nelle zone umide proliferano funghi, verruche e quant'altro).

Infine, un occhio ai servizi: la palestra deve avere un medico per visitare gli iscritti, istruttori qualificati (possibilmente laureati in scienze motorie), corsi all'avanguardia ma ben strutturati e sempre finalizzati al raggiungimento della buona forma fisica del cliente, e ovviamente personale delle pulizie molto presente. Aggiungerei che sono fondamentali cortesia, sorriso e buona disposizione ad ascoltare i clienti.

L'aspetto emozionale riguarda, come dicevo all'inizio, aspetti forse meno rilevanti, ma non per questo da dimenticare: le zone sportive devono essere ben illuminate, reception, spogliatoi e docce devono essere illuminate da luci calde ma non basse, come invece accadrà nella zona relax e termale.

Per concludere, un'ultima considerazione sul prezzo: il cliente deve comprendere che sulla salute non bisogna risparmiare e che se si pretende qualità e professionalità bisogna riconoscerle il giusto prezzo. Un centro ben qualificato e strutturato, molto pulito deve costare almeno € 100 al mese. Sembra tanto ma pensate a quanto si spende in un mese di aperitivi, cene, telefonini e sms: un piccolo sacrificio può bastare per trovare il necessario a mantenere salute e benessere. Meditate gente, meditate.