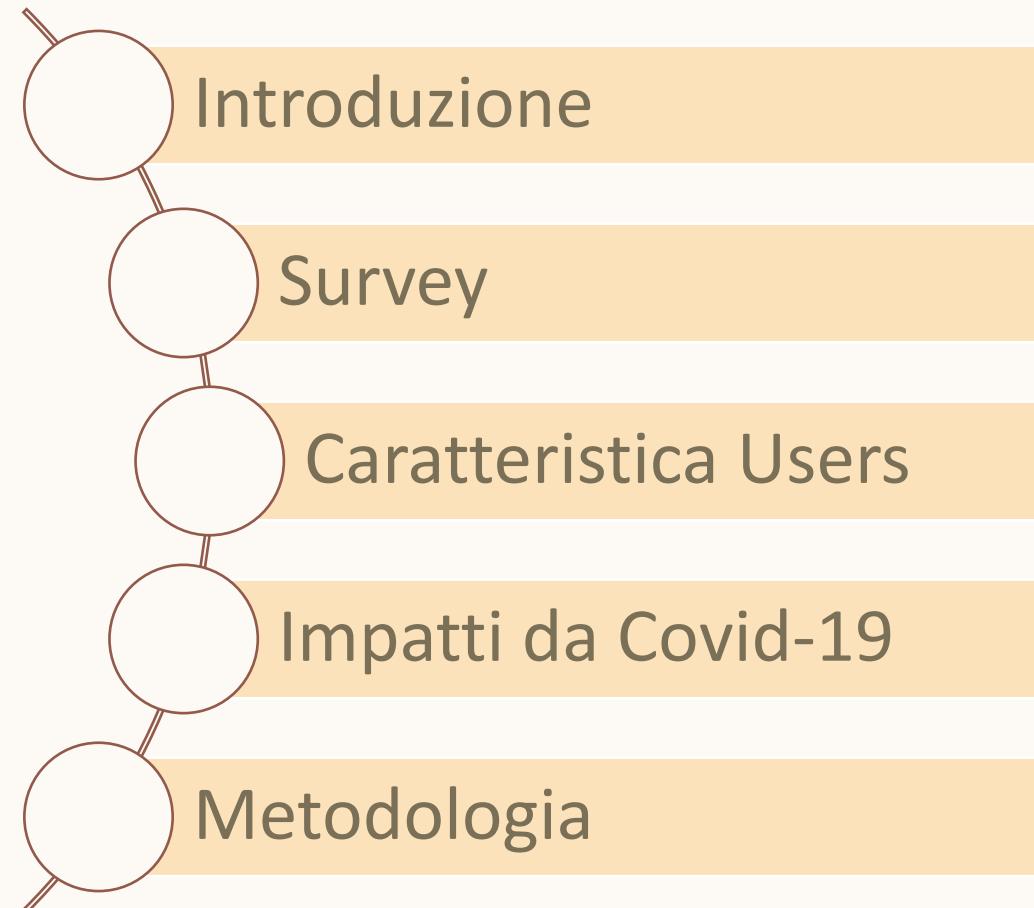




# Il Fitness in Italia & Covid-19

USERS - Ricerca di Mercato - Maggio 2020





# Introduzione

L'industria del fitness e del wellness e dello sport in generale, contribuiscono al benessere delle persone e in Italia sono una realtà economica, sia direttamente che per l'indotto, molto importante.

Il nostro Osservatorio, ha come pilastro fondamentale il "diffondere la conoscenza" al servizio di tutti e in un momento di grave crisi sanitaria ed economica, ha realizzato con la collaborazione di Gympass, una ricerca sul settore che è partita da un questionario, che è stato inviato a migliaia di frequentatori di Club e Palestre, per poter fare una fotografia della situazione reale in tutta Italia.

A tal proposito, ci tengo a ringraziare tutti coloro che hanno collaborato alla realizzazione di questa analisi e le centinaia di persone che ci hanno risposto da tutto il Paese in un momento così difficile, permettendoci di raccogliere migliaia di dati in pochi giorni.

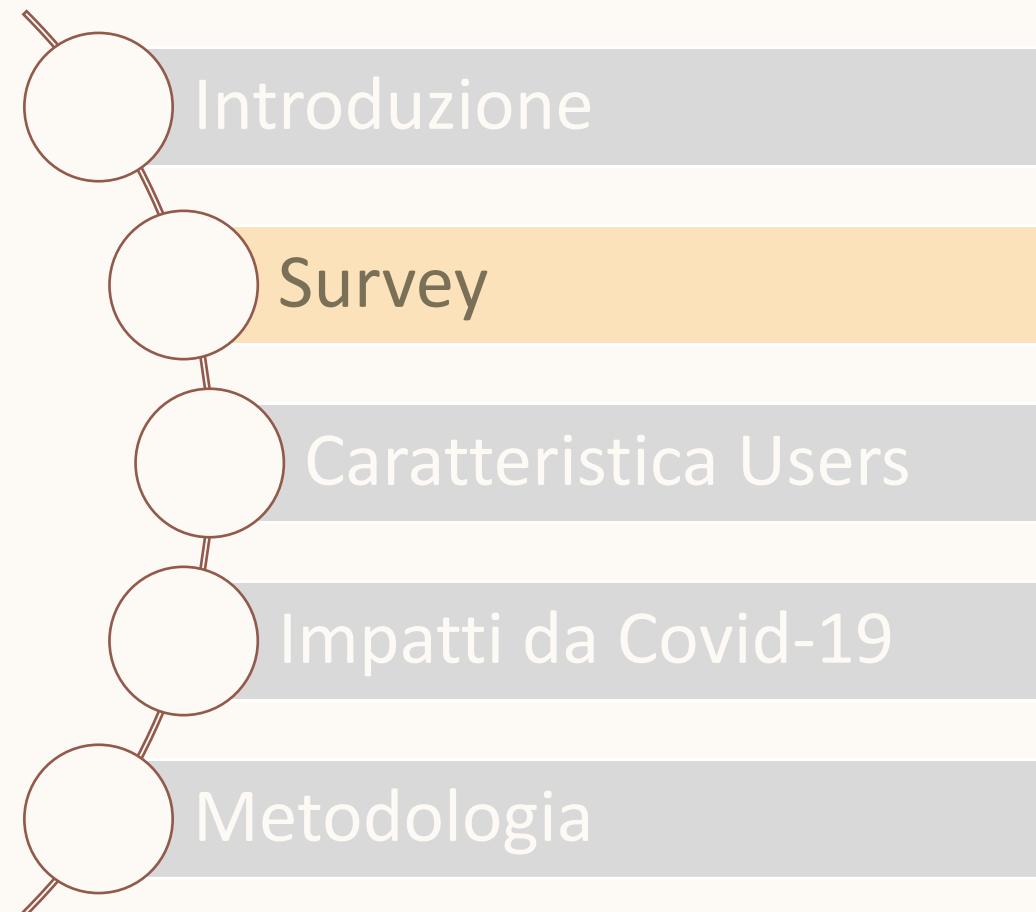
Dalle risposte ai questionari, emerge un quadro nel quale il desiderio di tornare a frequentare i propri Club è grande e, nello stesso tempo, la sicurezza di se stessi e degli altri, fa emergere un grande livello di responsabilità in tutti gli intervistati. Una situazione complessa e nella quale, per superarla, tutti dovranno adoperarsi concretamente, nei propri ruoli e con le proprie competenze, con grande impegno e determinazione, per guardare di nuovo positivamente il futuro.

Ci auguriamo che questo nostro contributo possa essere utile a tutti e, soprattutto, a tutti coloro che, con tanto impegno e passione, ogni giorno contribuiscono alla salute psico-fisica di tante persone nel nostro Paese.

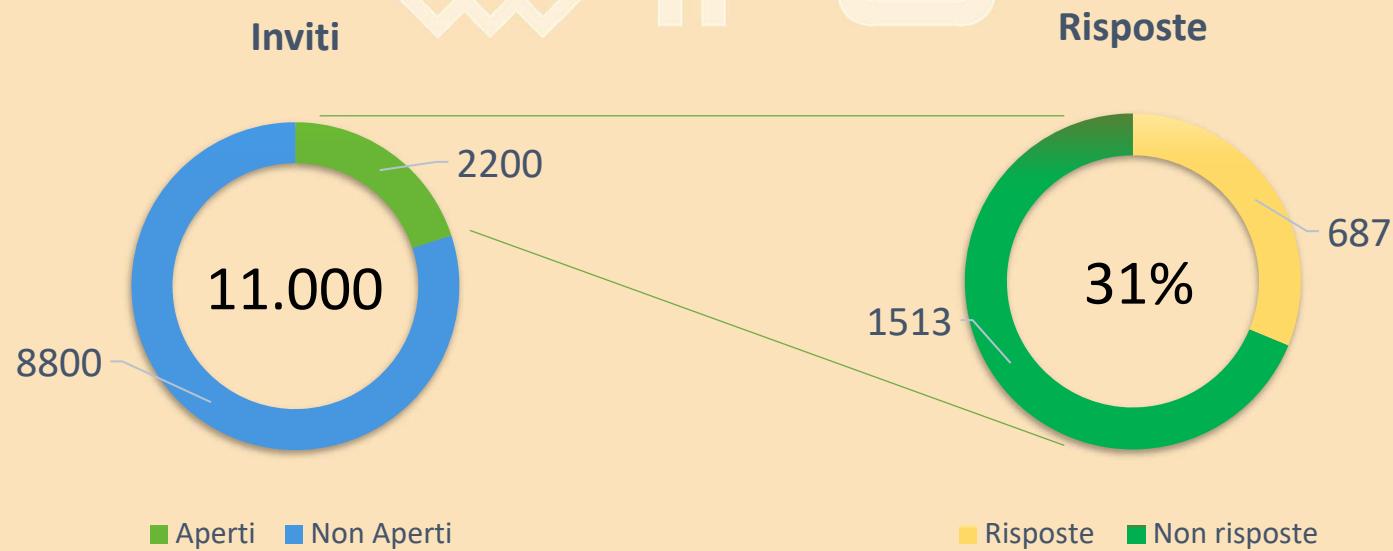


*Dr. Paolo Menconi*

Presidente  
IFO International Fitness Observatory



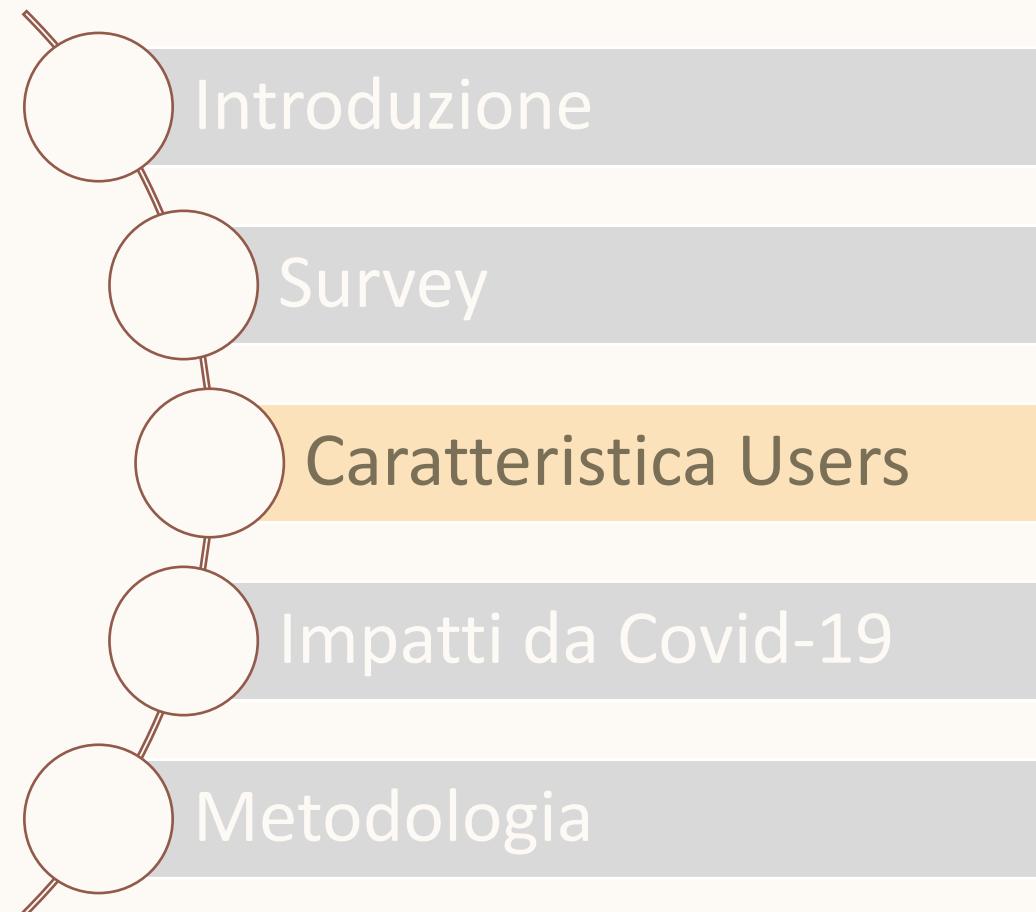
# I numeri della Survey



15 Maggio - 31 Maggio 2020 è il periodo in cui è stata eseguita la Survey

11.000 sono le persone che frequentano palestre e club, su tutto il territorio italiano ,  
che hanno ricevuto l'invito a compilare il questionario.

2.200 persone hanno aperto la mail di invito e 687 hanno risposto alle domande del questionario,  
composto da 24 domande, con un tempo medio di compilazione di 3 minuti e 24 secondi.



# Chi frequenta le palestre?

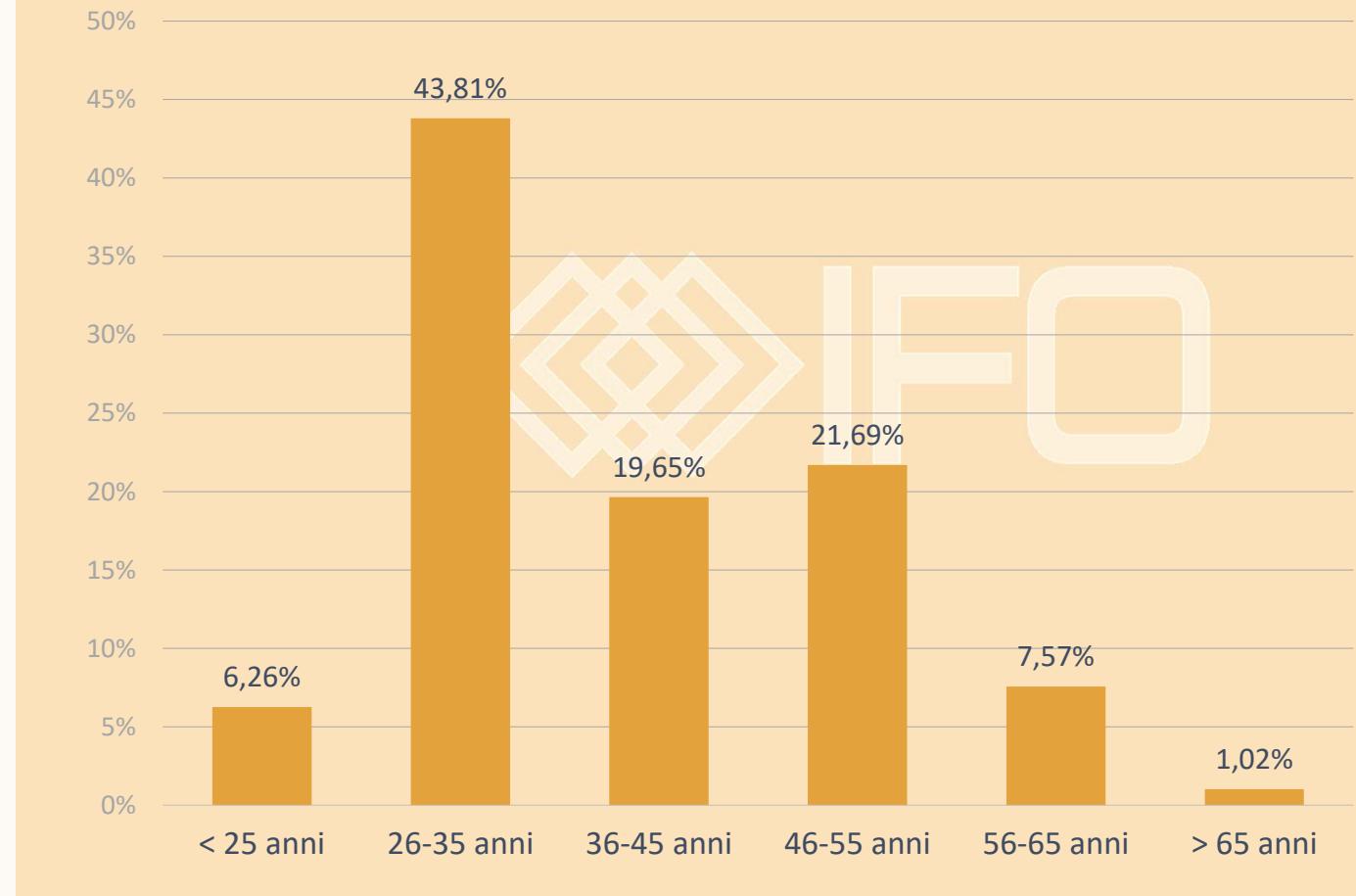
Un pubblico giovane: oltre il 50% del campione ha meno di 35 anni.  
Circa il 40% tra i 36 e 55 anni.

Il 7,5% tra i 56 e 65.

Solo l'1% sopra i 65 anni.

*(Ricordiamo che sono soprattutto utilizzatori di Gympass)*

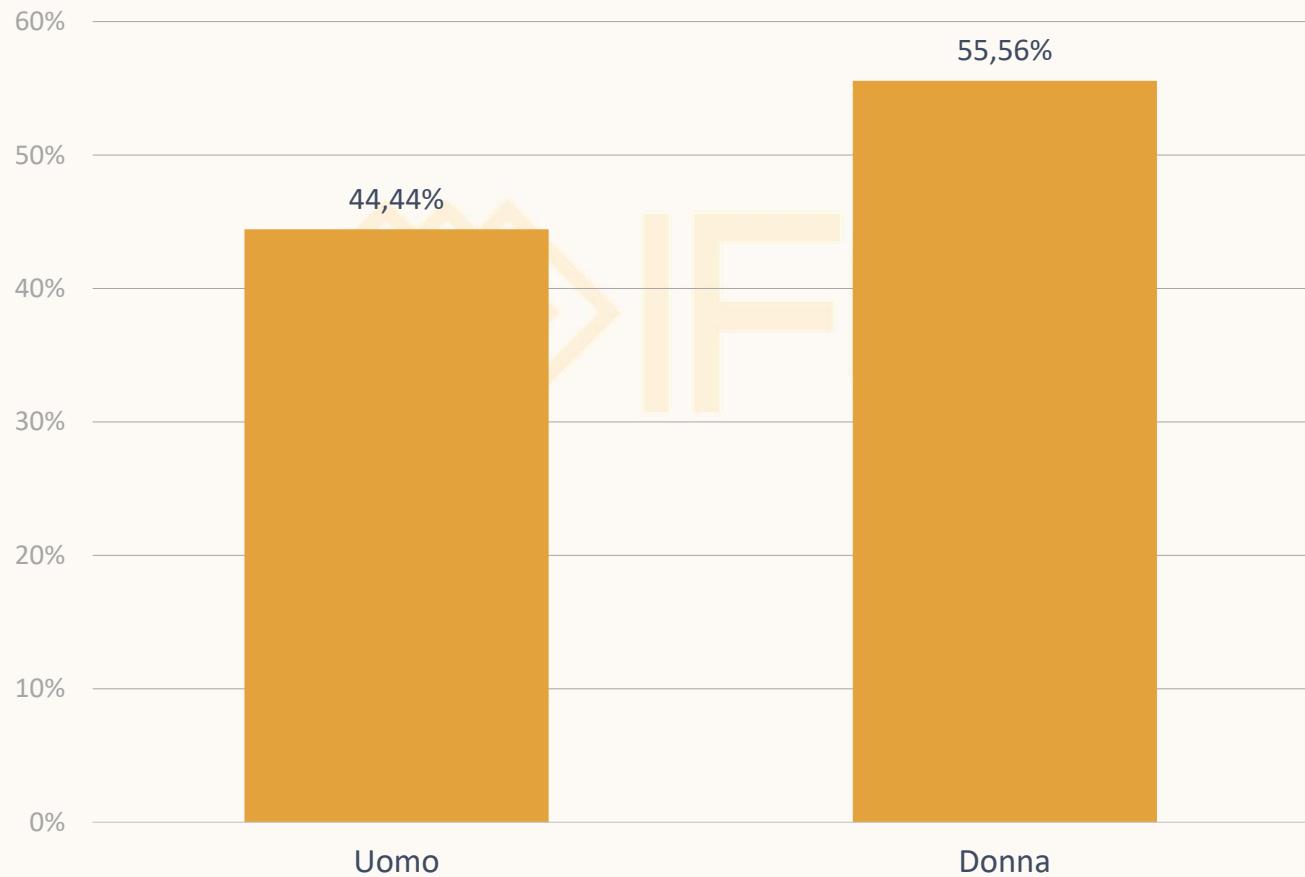
## Età dei frequentatori



# Uomini o Donne?

Le donne superano gli uomini come percentuale: 55,6% a 44,4%  
Poco più della media nazionale.

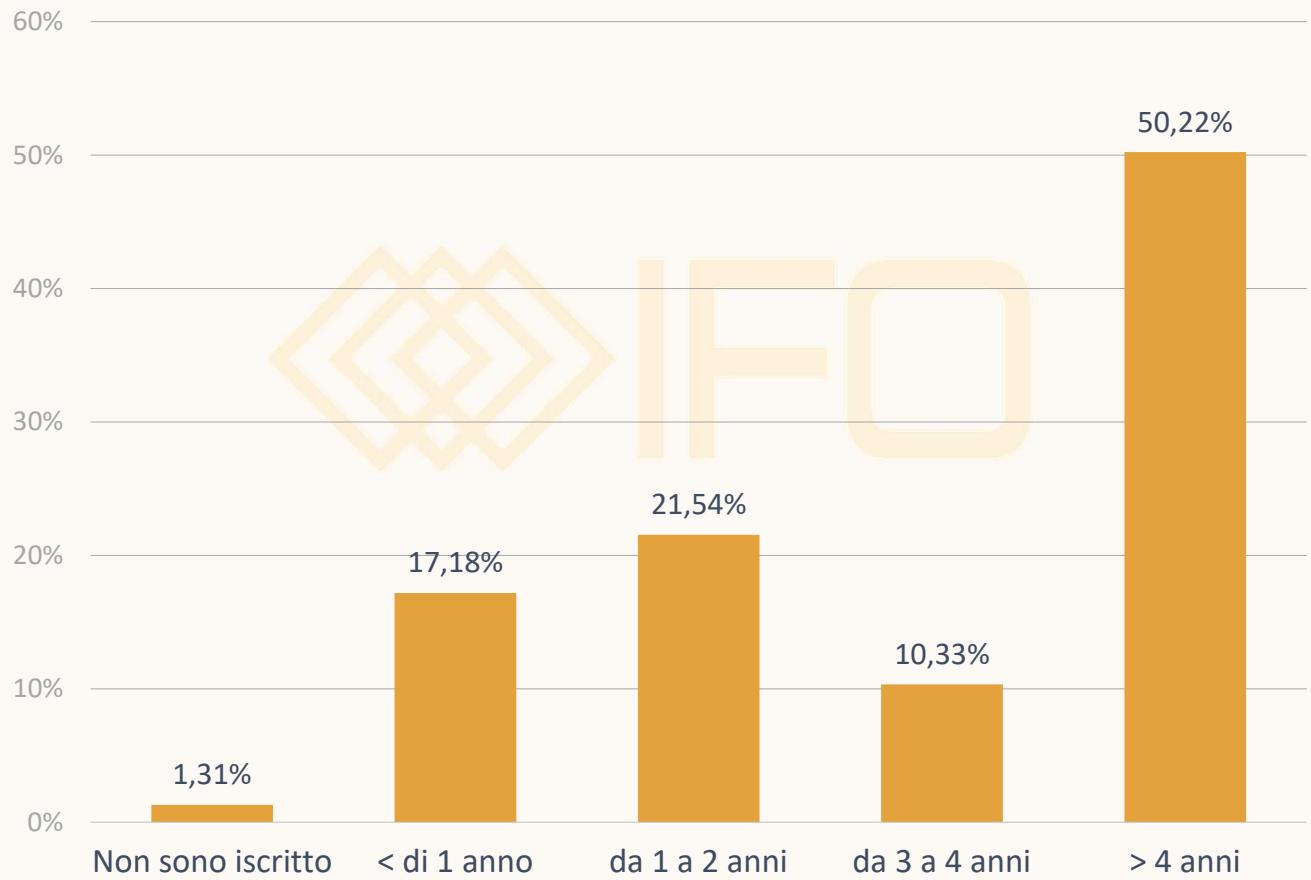
## Uomini & Donne



## Frequentatori consolidati nel tempo

Oltre il 50% degli iscritti Gympass frequenta una palestra da più di 4 anni. Un target fedele nel tempo al movimento per il benessere.

### Da quanto tempo frequenti una palestra?

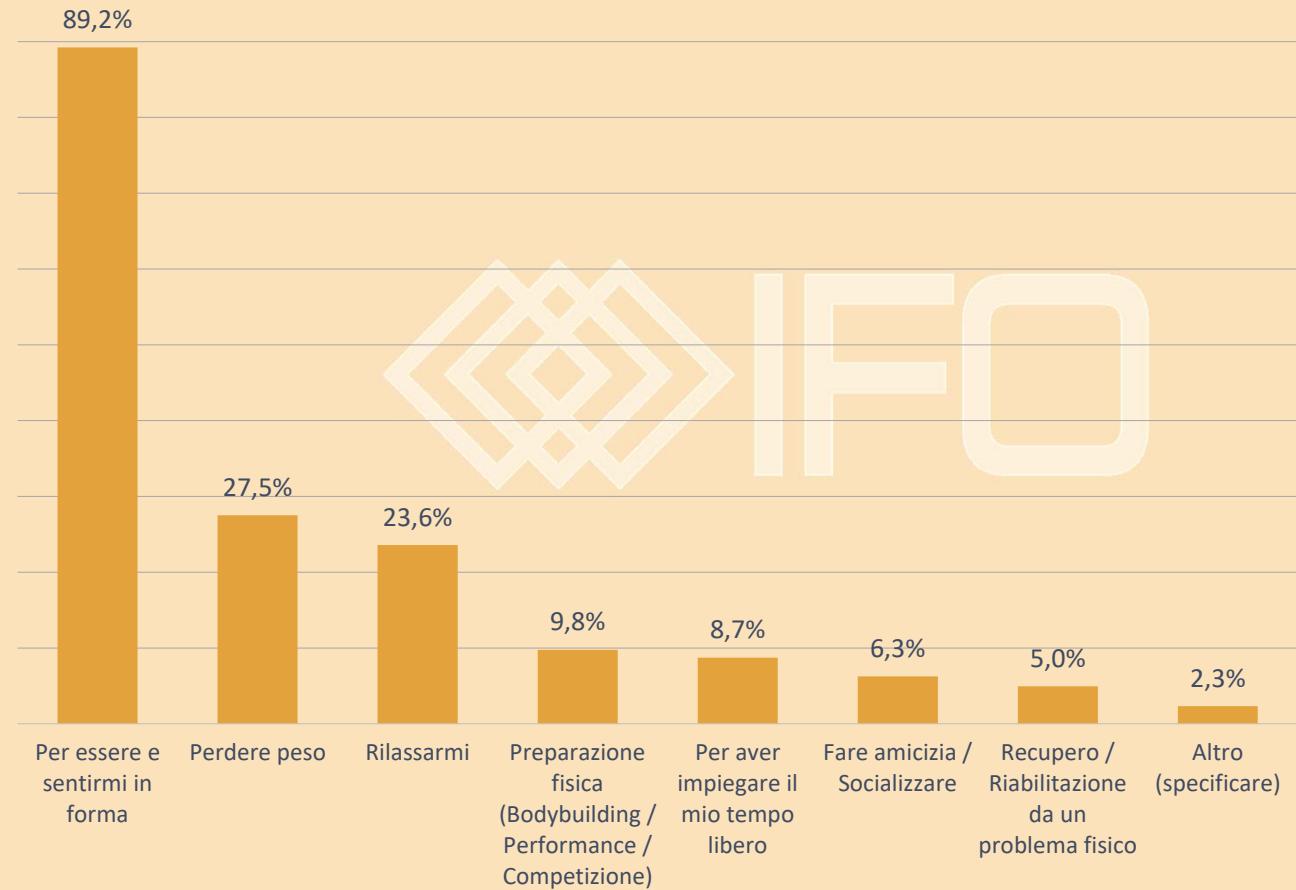


# Perché andare in palestra?

Essere e sentirsi in forma è il motivo che spinge oltre l'89% ad iscriversi. Poi desiderano perdere peso il 27,5% e il relax 23,6%.

Solo il 6,3% dichiara che il motivo è socializzare.

Perchè hai deciso di frequentare una palestra?

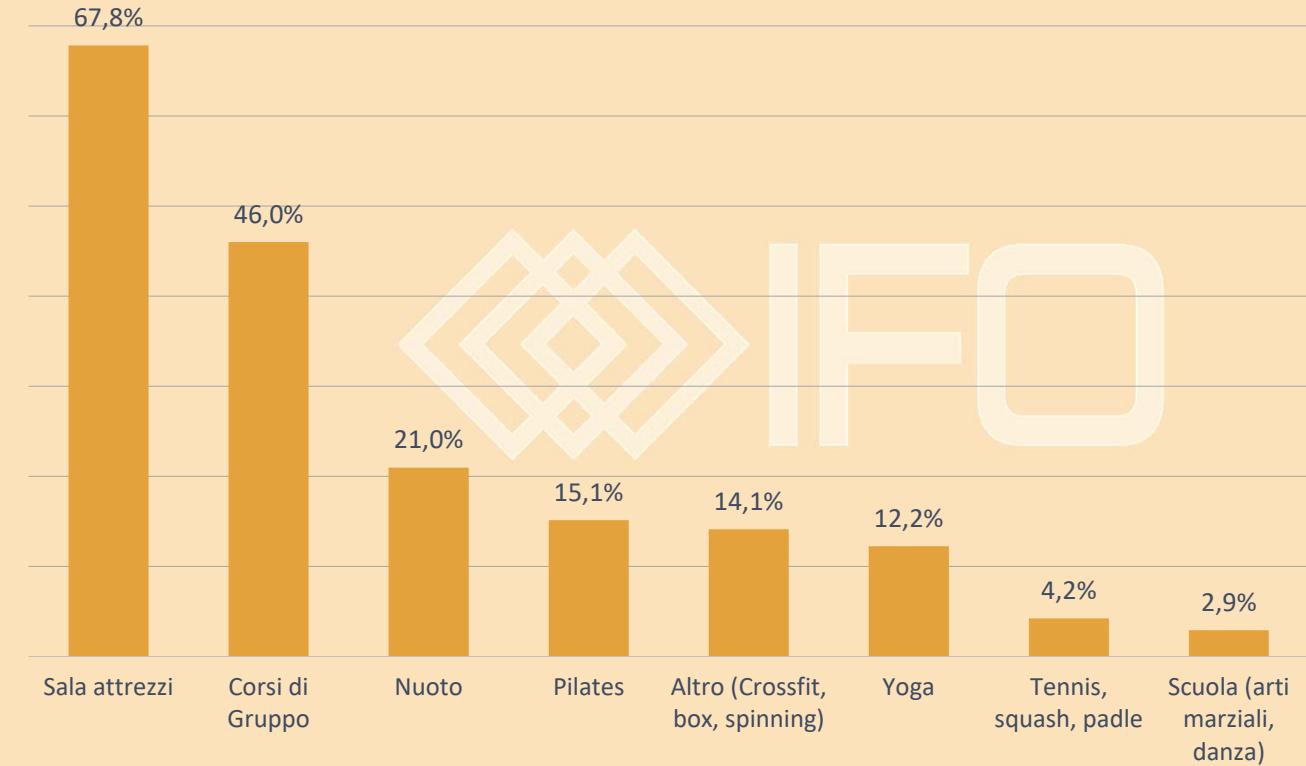


# Che attività svolgono in palestra gli iscritti?

Sala attrezzi è vincente con il 67%,  
poi i Corsi di gruppo il 46%.

Seguono nuoto, 15%, pilates 15%,  
Yoga 12,2%, tennis, squash  
e padle con il 4,2%  
e Arti marziali, con quasi il 3%.

Attività svolta in palestra



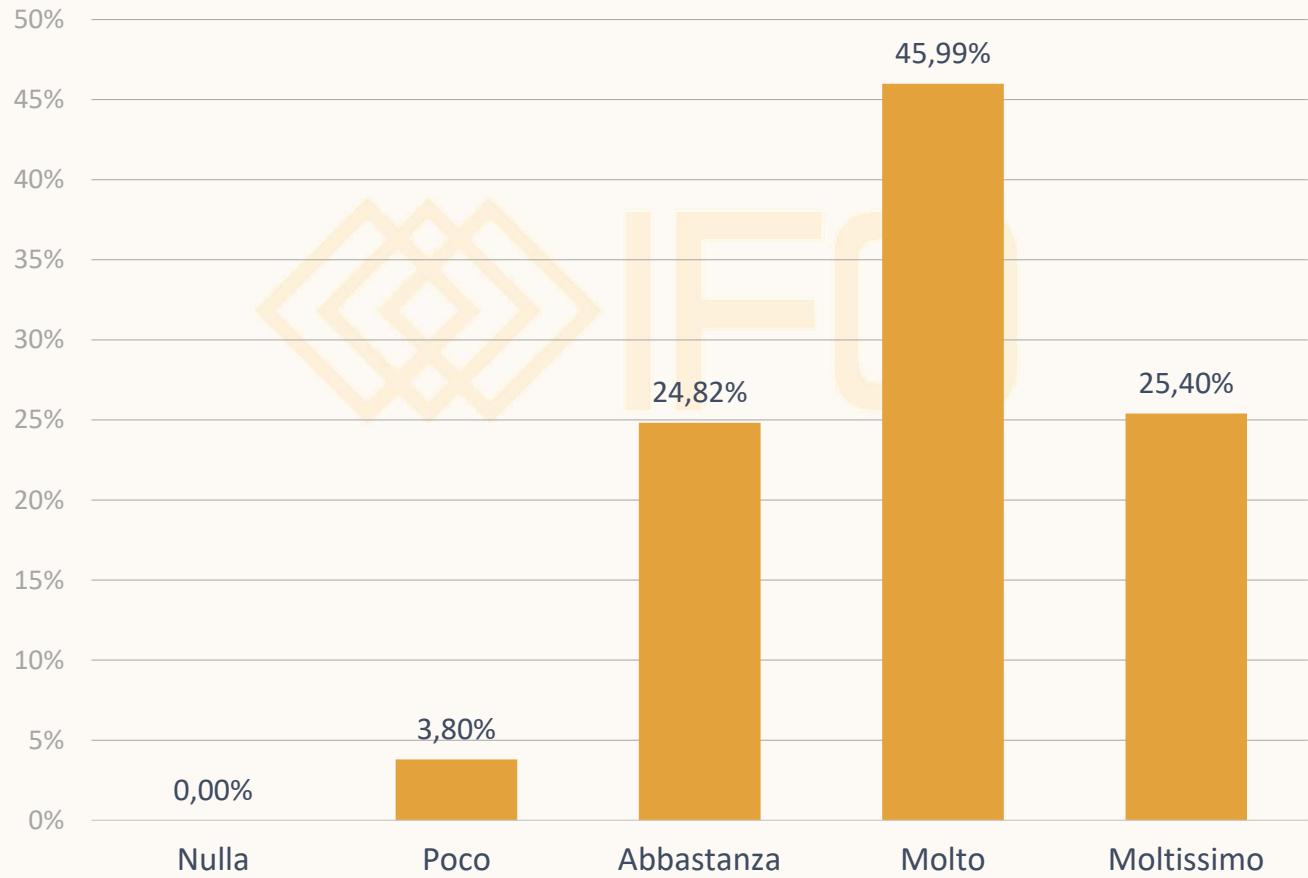
# Quanto ti piaceva andare in palestra

Appassionati di Palestra: oltre il 71% piaceva molto o moltissimo.

A quasi il 25% piaceva abbastanza.

Solo al 3,8% non appassionava molto.

## Quanto ti piaceva andare in Palestre?

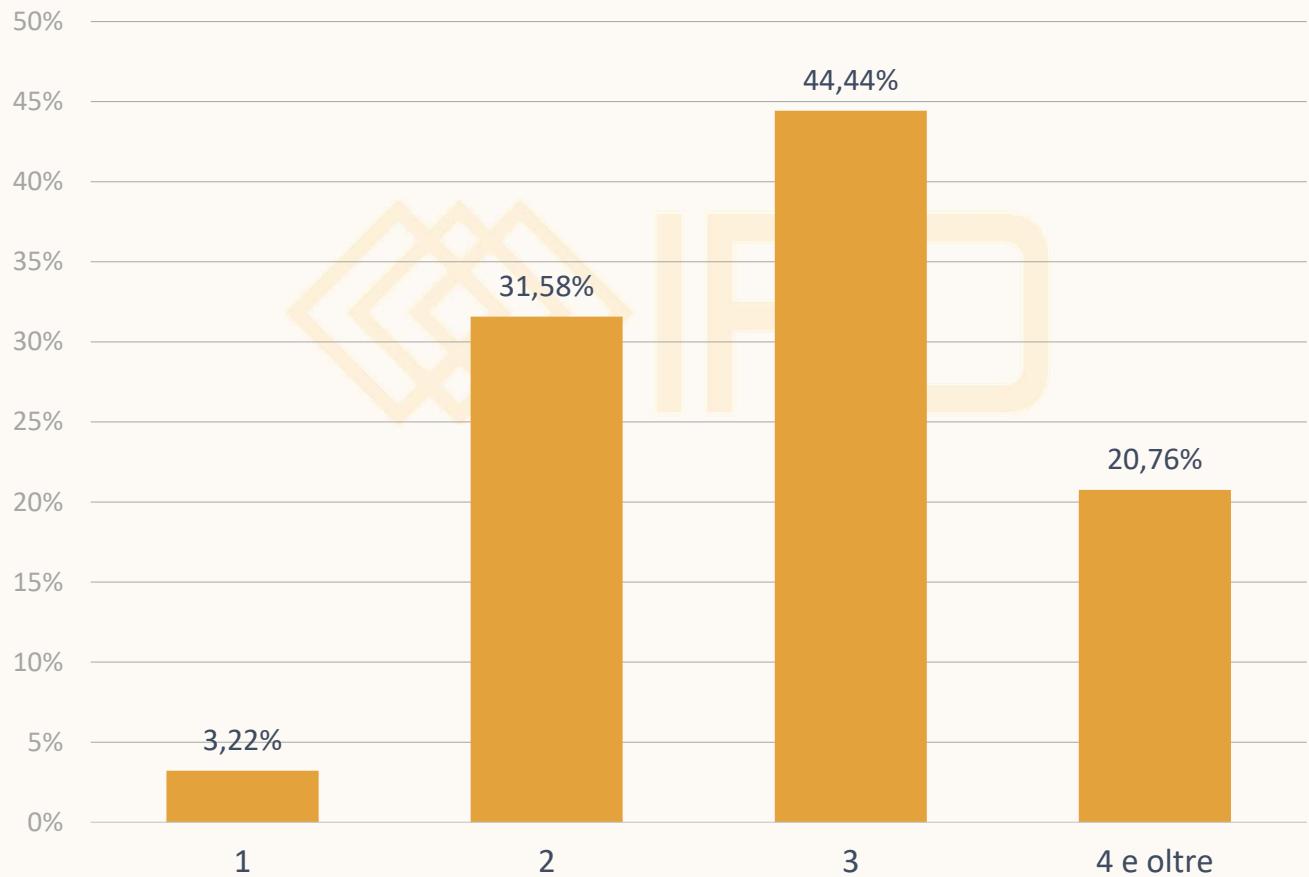


# Frequenza settimanale

Il movimento fa bene alla salute.  
Molte persone frequentavano 3 volte la settimana, il 44,4% e oltre il 20% 4 volte e oltre.

Veri appassionati!  
Il 31,5% frequentavano 2 volte e solo il 3,2% solo 1 volta.

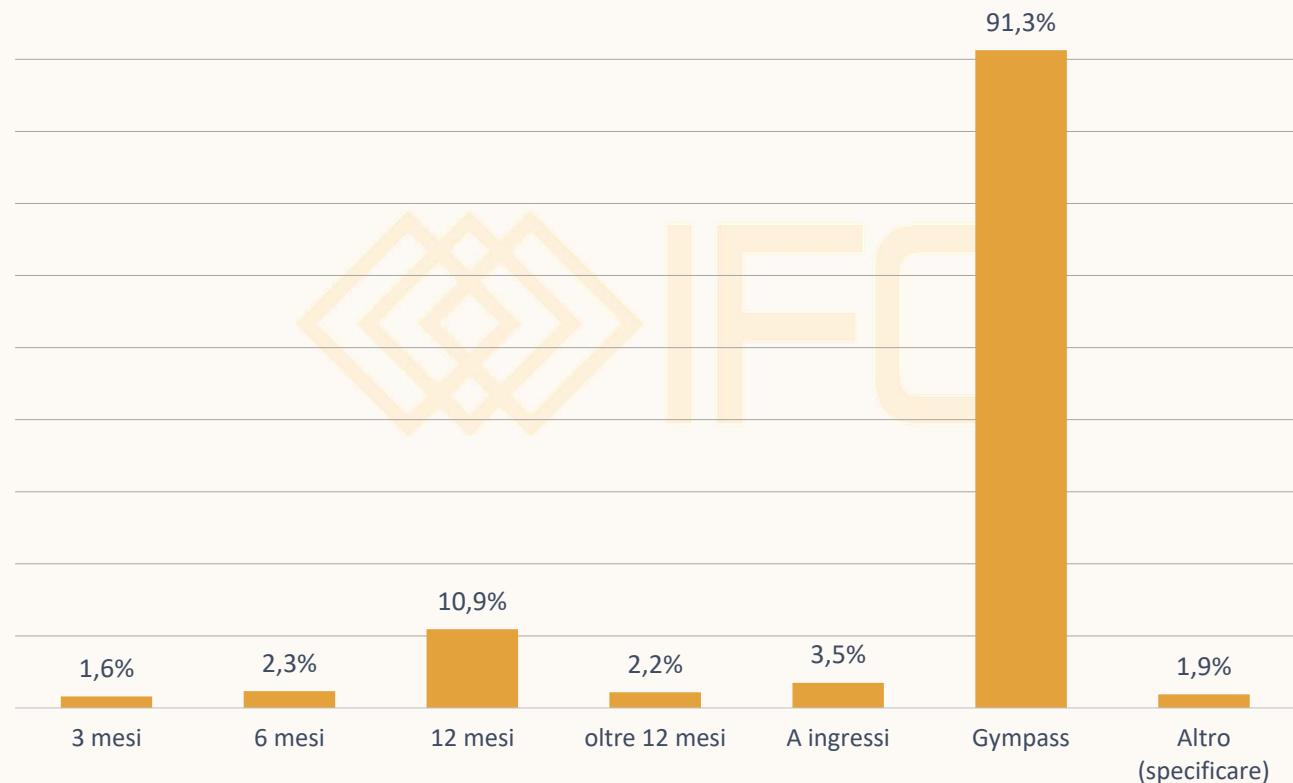
Quante volte alla settimana andavi in palestra?



# Con che tipo di abbonamento frequenti la palestra?

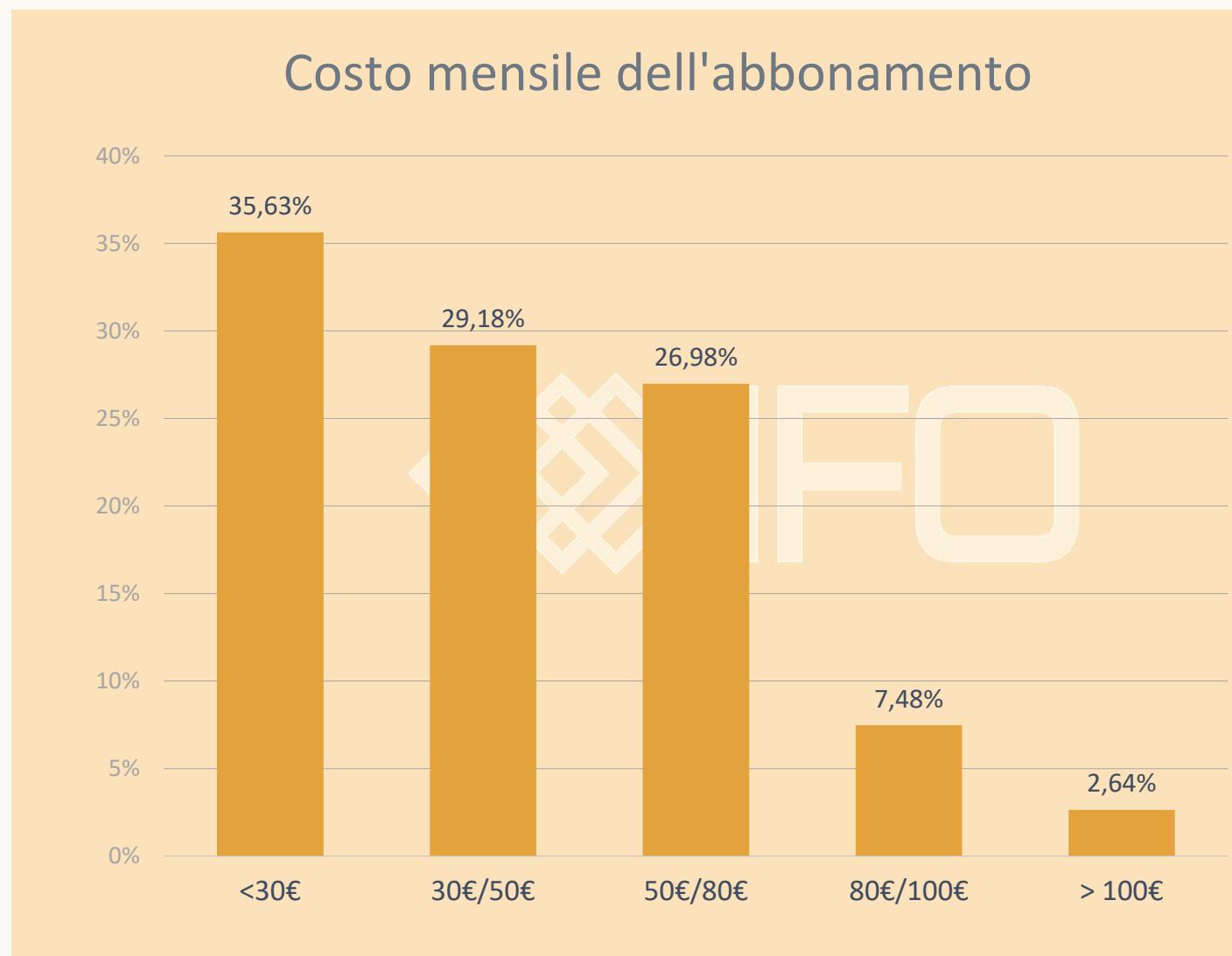
Fedeli clienti Gympass: oltre il 91% utilizza questo strumento/benefit Corporate per il proprio benessere.

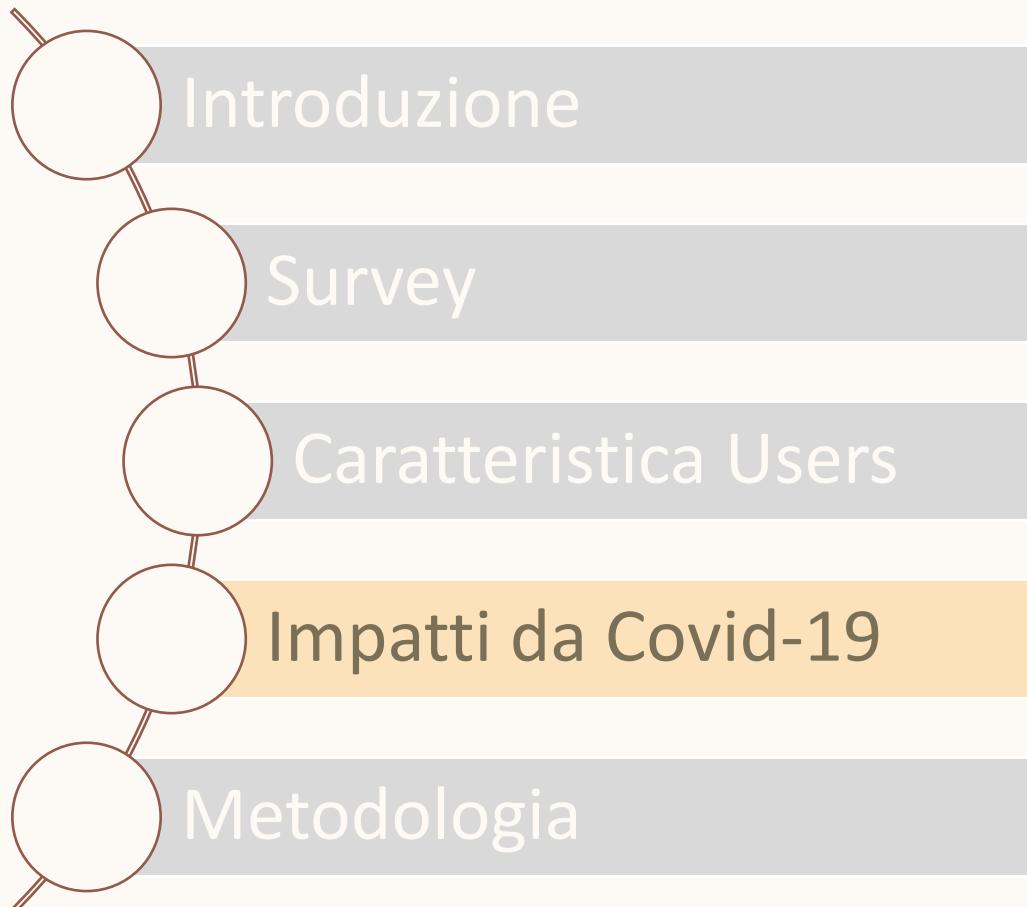
Tipo di abbonamento (per durata)



# Quanto costa mensilmente l'abbonamento?

Abbonamenti per tutte le tasche:  
da meno di 30€ (per il 35%)  
il 30% ha un abbonamento da 30/50€,  
il 27% investe 50/80€ mensili,  
il 7,5% tra 80€ e 100€  
sino a più di 100€ mensili  
per il 2,6% dei frequentanti.

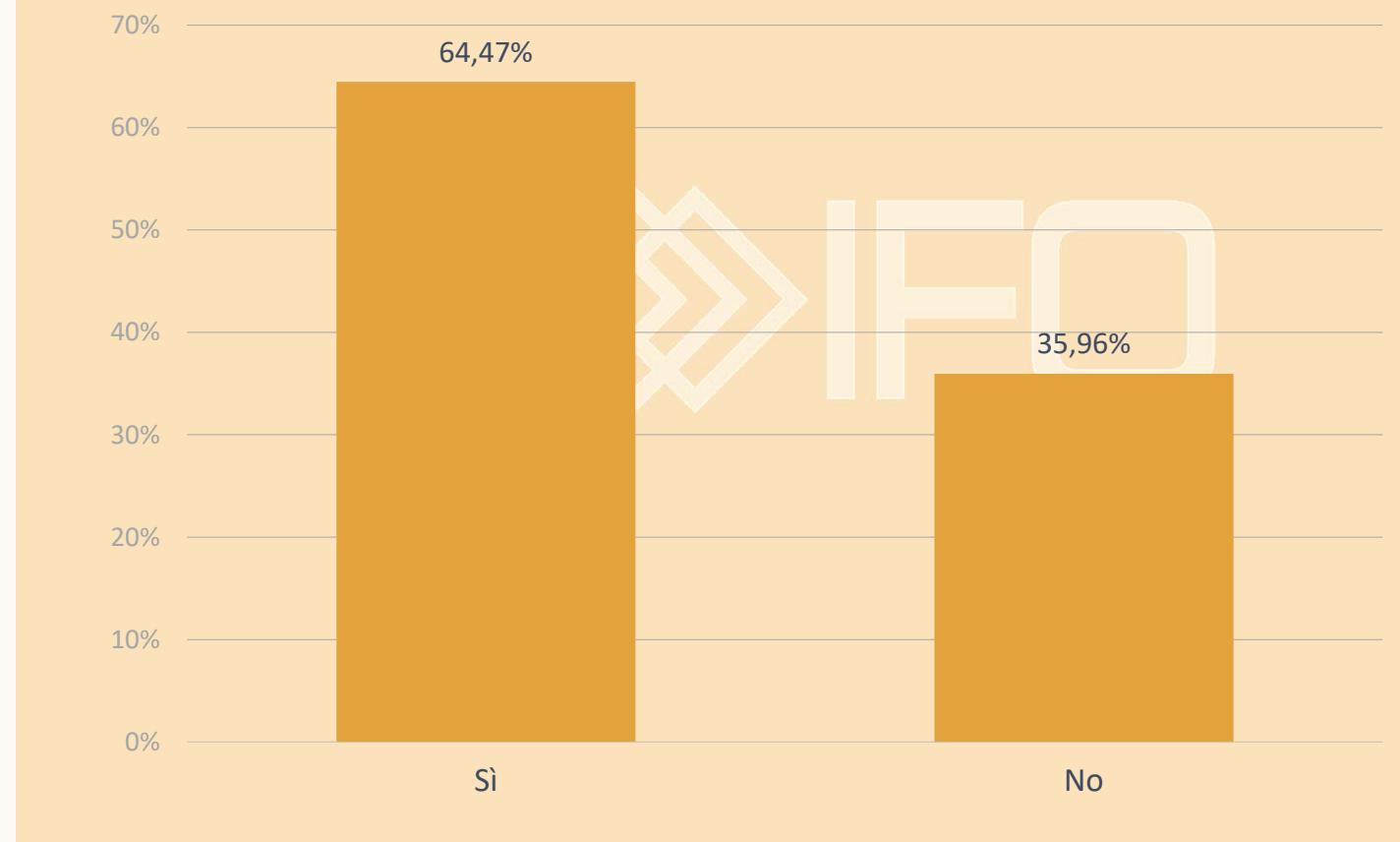




## L'esercizio fisico, costante, fa bene!

La voglia di stare bene è tanta e oltre il 64% degli intervistati, durante il periodo di chiusura dei club, si è allenato costantemente in casa.

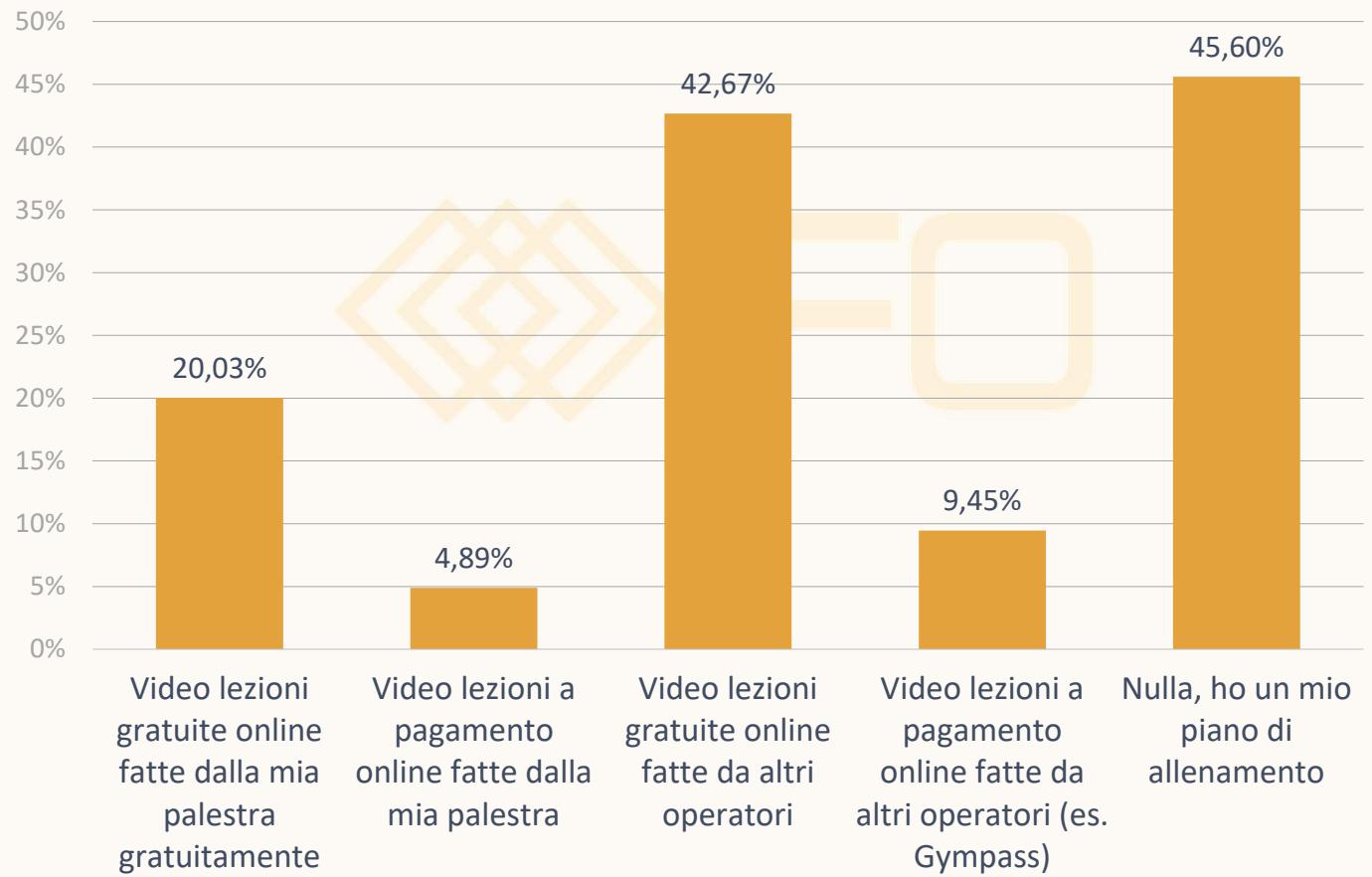
Da quando sono chiuse le palestre ti allenai costantemente a casa?



## Lezioni on line o lezioni "fai da te"

Voglia di allenarsi, con lezioni gratuite (42,6%) o con piani personali di allenamento (45.6%). Il 20% degli intervistati si è allenato con lezioni gratuite erogate dalla propria palestra gratuitamente.

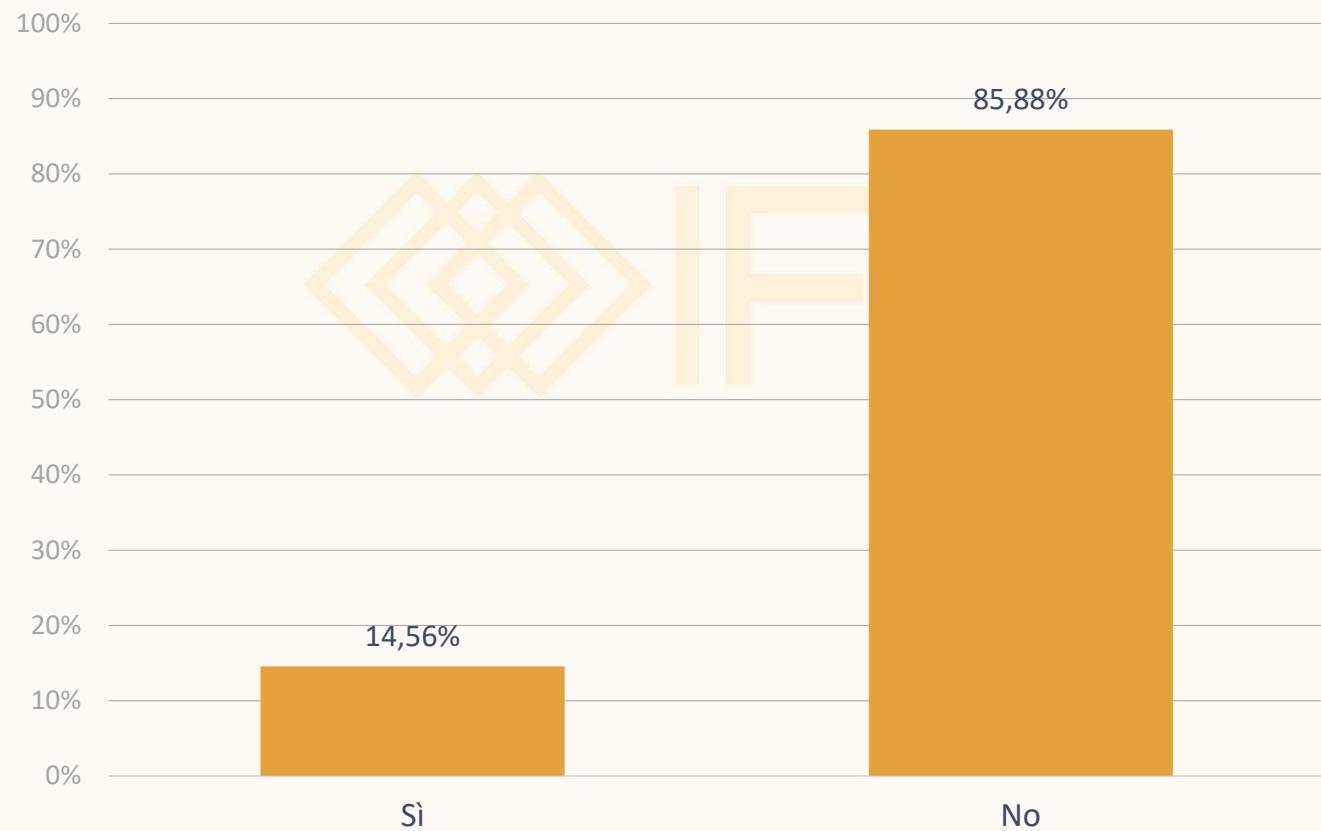
### Che cosa utilizzi per allenarti a casa?



Le attività on-line e in streaming non possono sostituire completamente le lezioni con un vero istruttore.

Istruttori, niente paura:  
il vostro lavoro è assicurato.  
Quasi l'86% dichiara che sono importanti  
e non sono completamente sostituibili  
da lezioni on line.

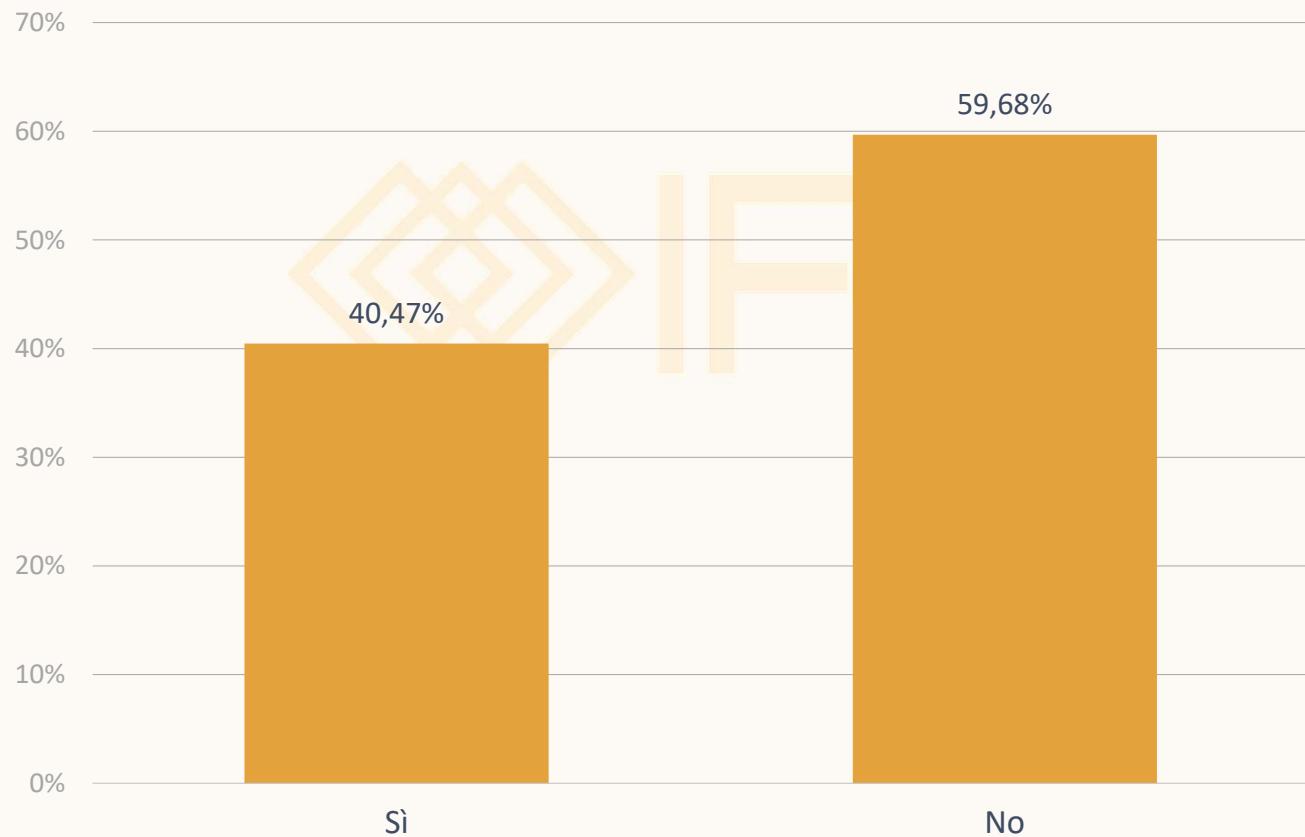
Le lezioni on-line possono sostituire  
un vero istruttore?



L'Home fitness ha avuto il suo momento di boom con l'acquisto di attrezzi

Quasi il 60% degli intervistati dichiara di aver acquistato pesi, macchinari, bande elastiche, tappetino, eccetera, per allenarsi in casa.

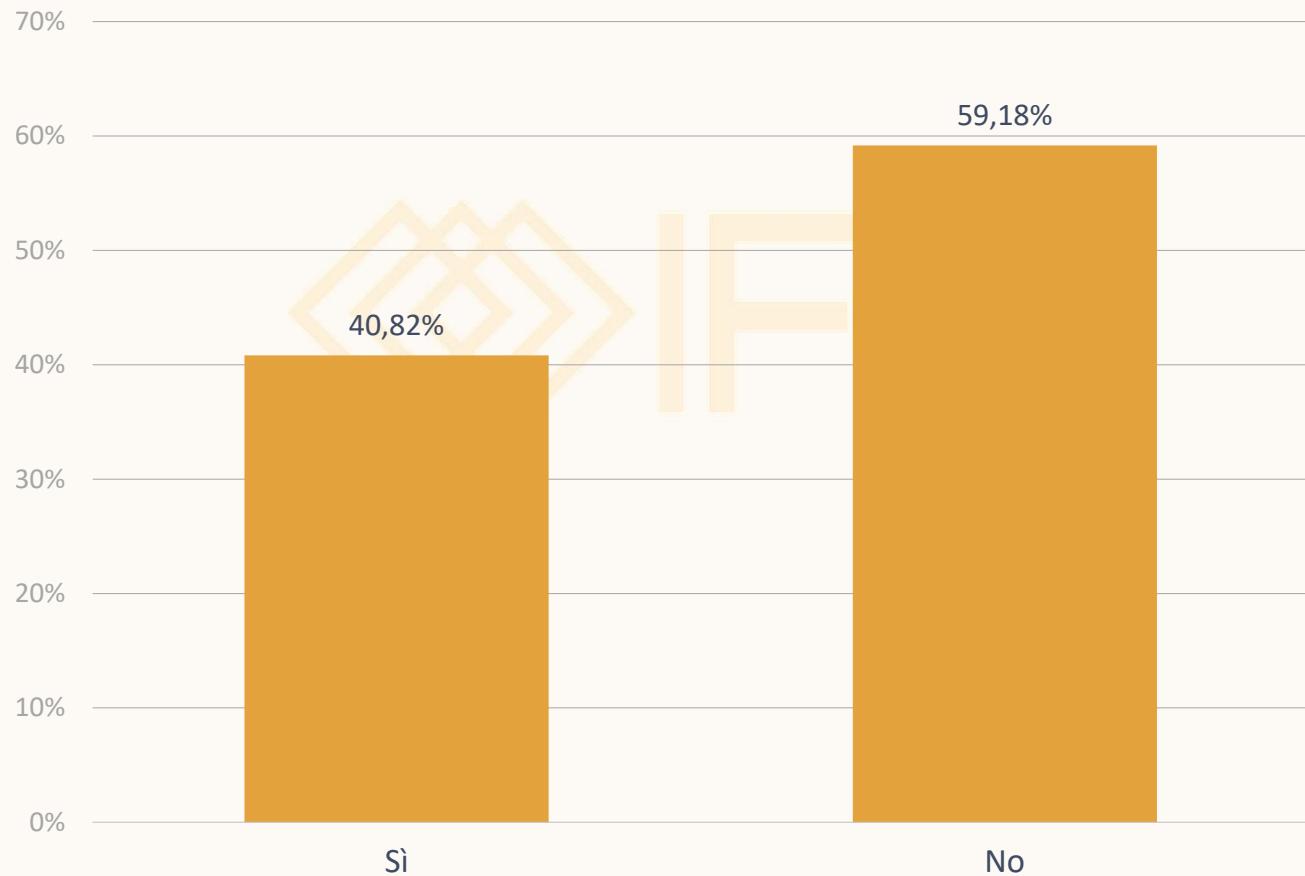
Hai acquistato attrezzi per allenarti a casa?



## Pensi di acquistarle in futuro?

Il 59% delle persone  
non ha intenzione di comprare  
attrezzature in futuro,  
per allenarsi a casa.

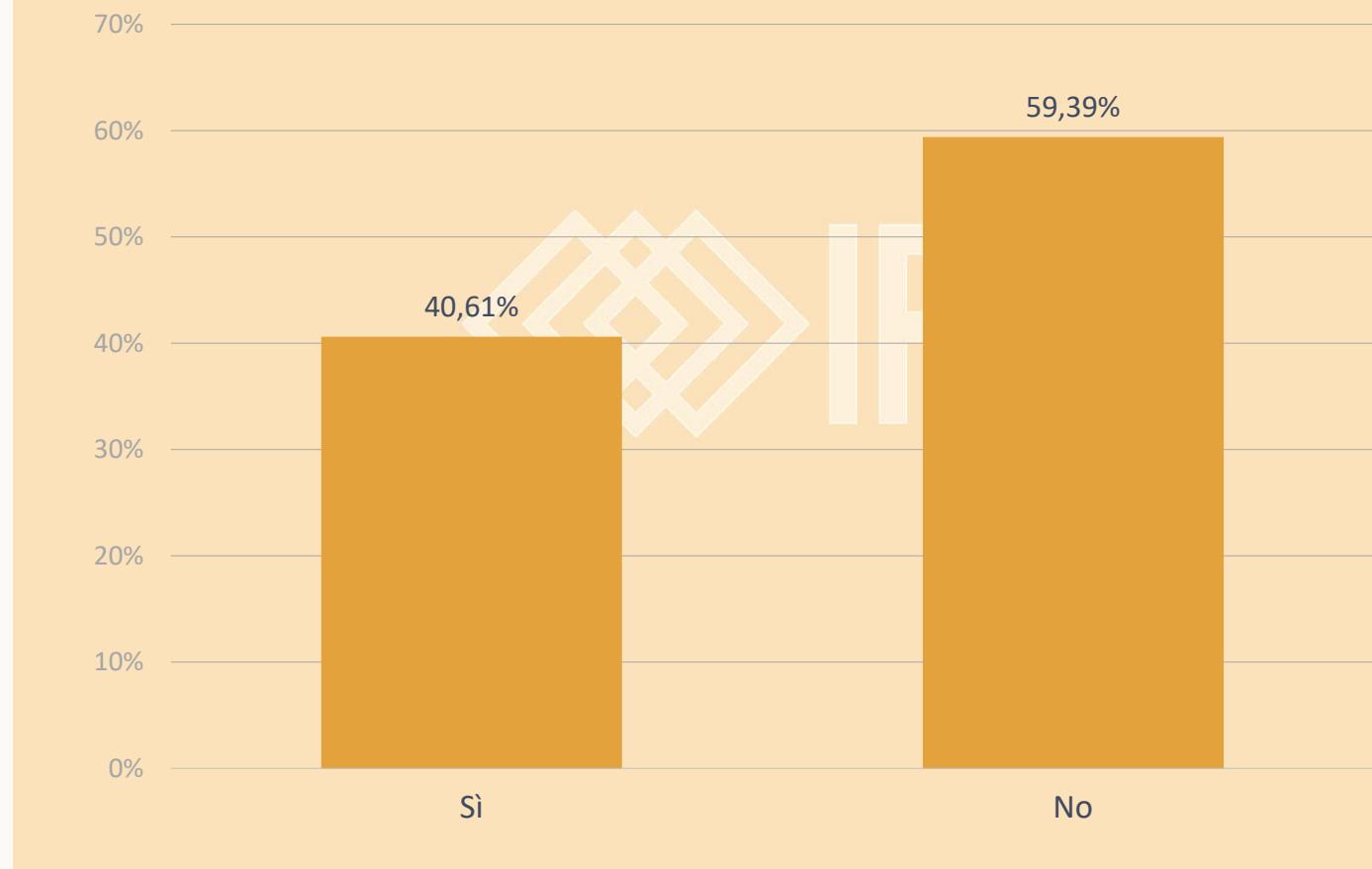
## Pensi di acquistarne in futuro?



Il 60% non usa braccialetti elettronici per la misurazione funzioni fisiologiche come battito cardiaco, pressione, calorie, numero passi, ecc.

Si parla spesso di strumenti «indossabili», ma solo il 40% degli intervistati utilizza strumenti wearable per monitorare i propri dati.

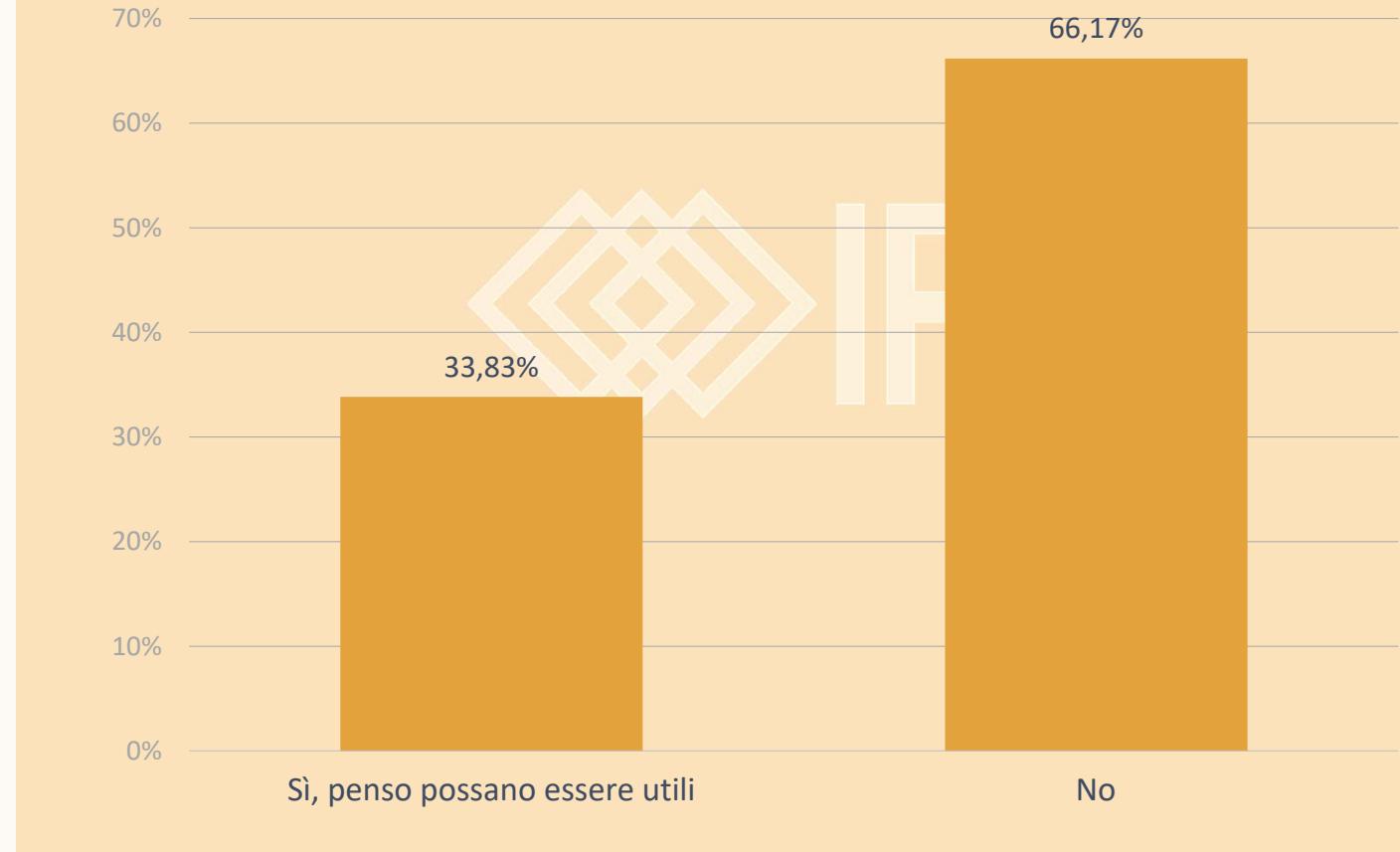
## Utilizzi braccialetti elettronici per misurale varie funzioni fisiologiche?



Con o senza?  
Anche «senza», va bene!

Solo il 33% di chi non li utilizza  
pensa che possano essere utili  
e di poterli/volerli acquistare in futuro.

Se No, pensi di utilizzarli/acquistarli  
in futuro?

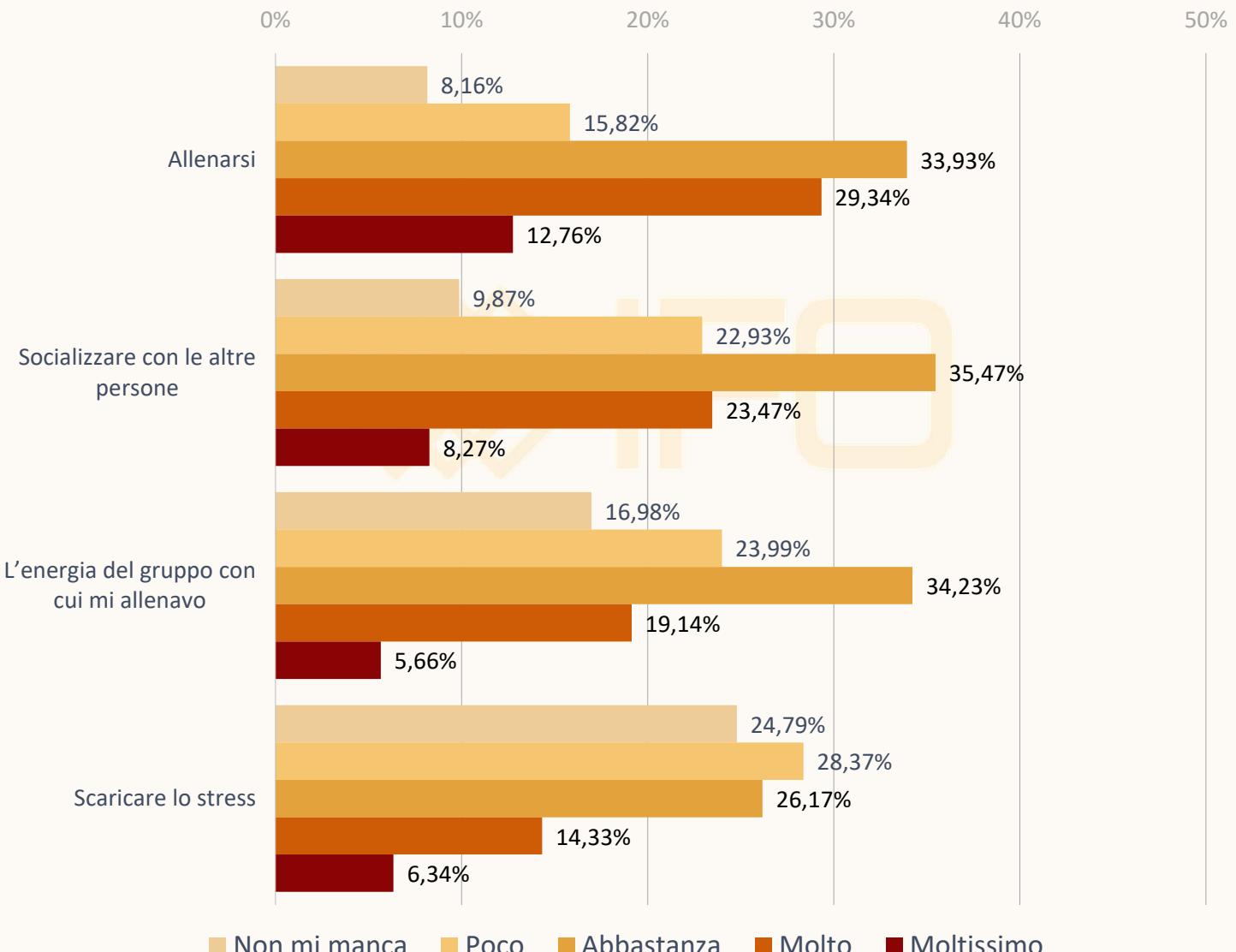


# "Cosa" e "quanto" ti manca andare in Palestra?

Molta voglia di allenarsi e muoversi e di socializzare. A molti manca l'energia del Gruppo con cui si allenavano.

Scaricare lo stress non è così sentito come una necessità fondamentale, rispetto alle altre voci.

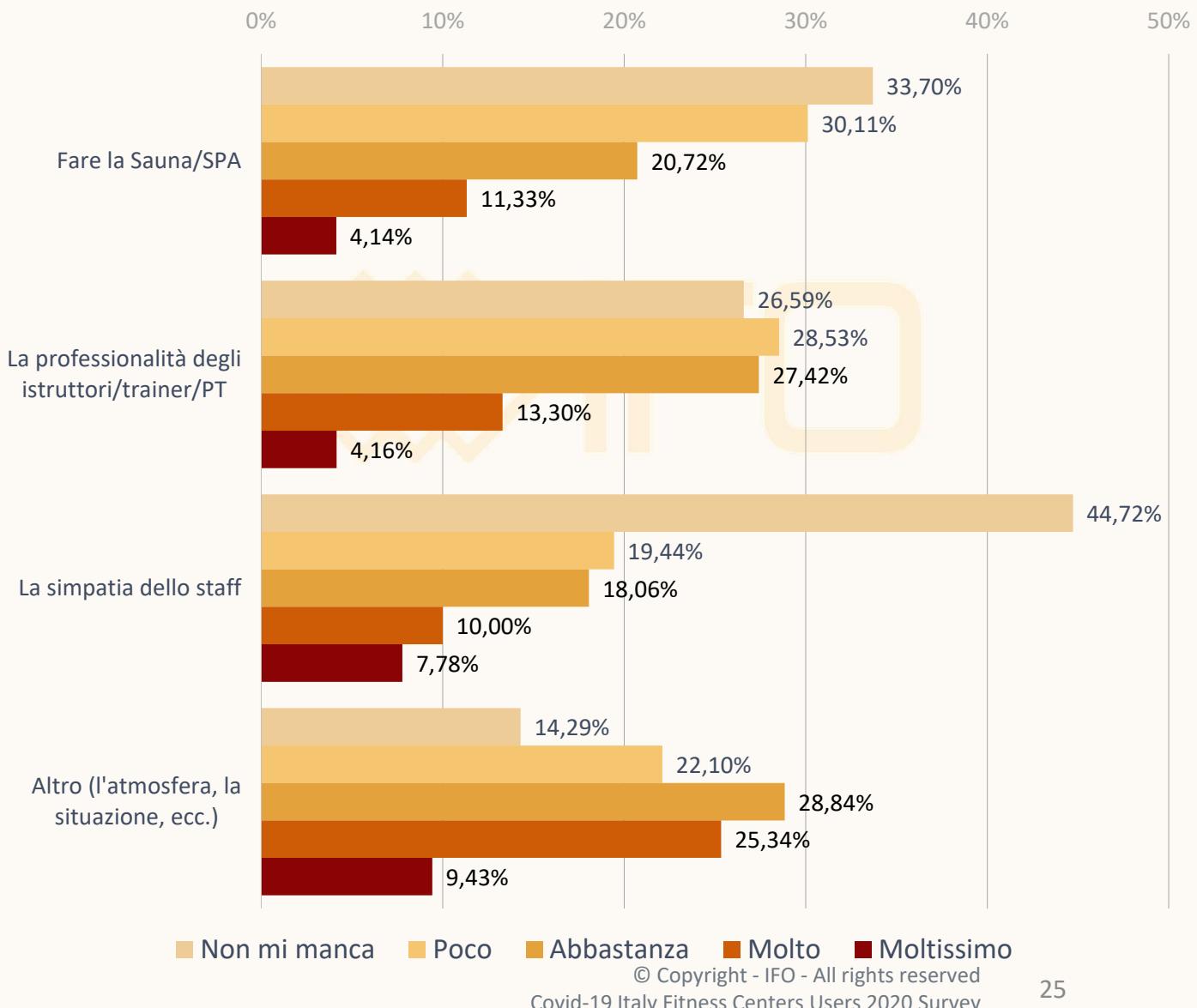
## "Cosa" ti manca e "quanto" ti manca andare in Palestra?



# "Cosa" e "quanto" ti manca andare in Palestra?

Fare la sauna non è una priorità, e neanche la simpatia dello staff è un fattore determinante, superati dalla professionalità degli istruttori e dalla «situazione e dall'atmosfera» che si respirano all'interno dei club.

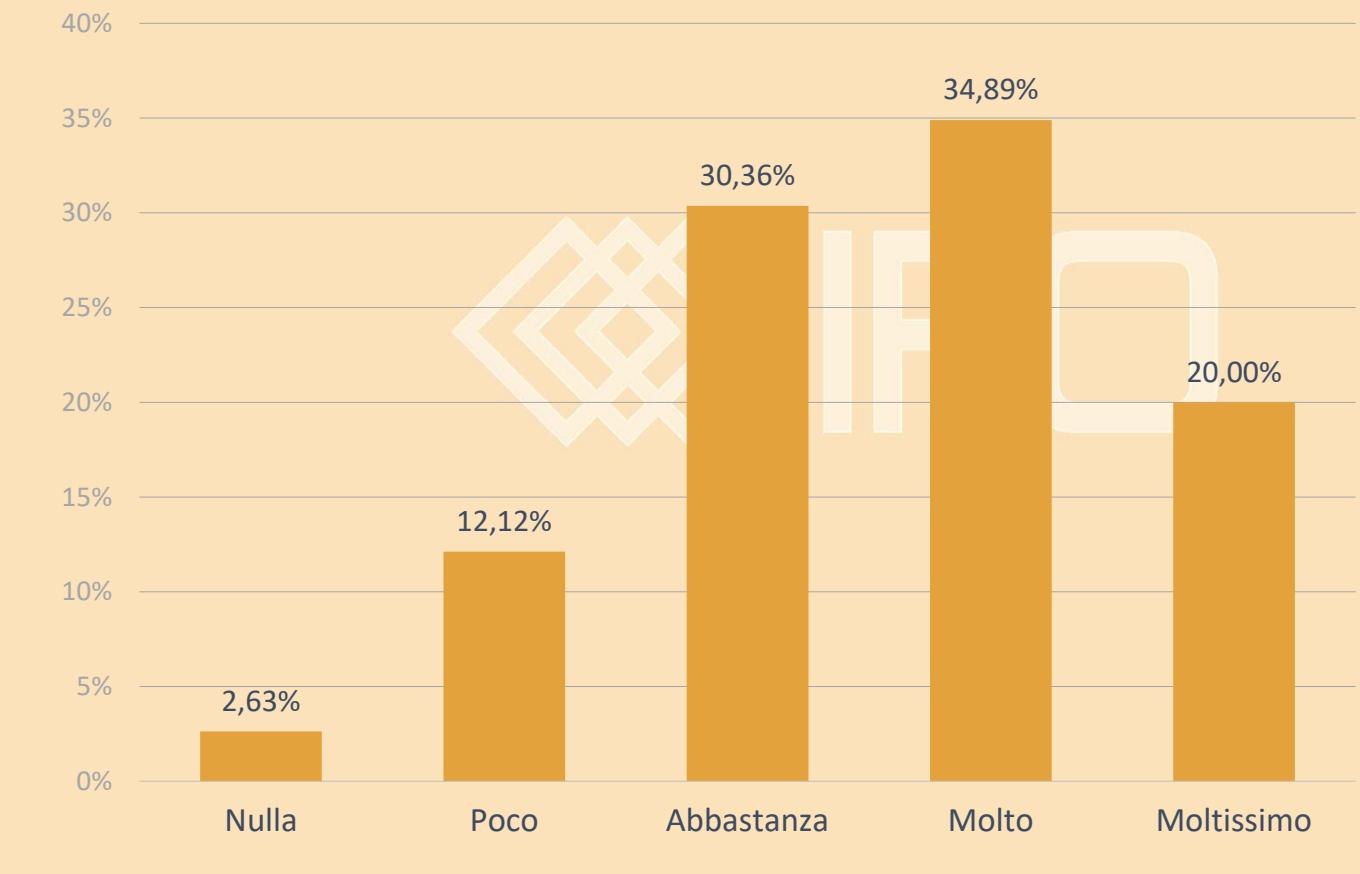
## "Cosa" ti manca e "quanto" ti manca andare in Palestra?



# "Quanto" è forte il desiderio di ricominciare ad andare in palestra?

Il desiderio di ricominciare a frequentare le palestre e i club è grande: oltre il 54% dichiara "Molto e Moltissimo". Solo il 12,1% dice "poco" e il 2,6% "per nulla».

Finito il lockdown, quanto vorresti tornare in palestra?

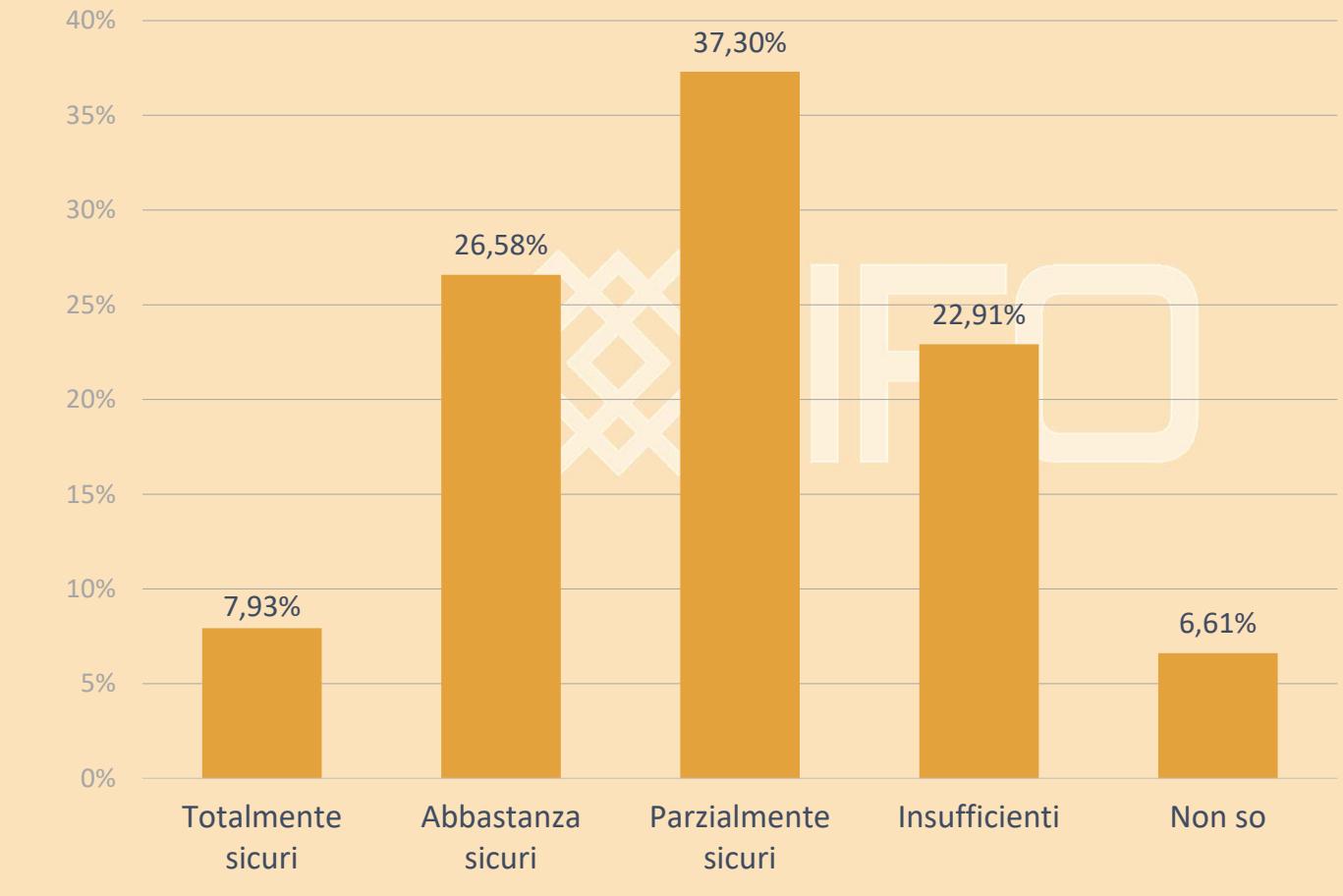


# Con i protocolli ti senti sicuro oppure no?

Solo il 7,9% ritiene i protocolli totalmente sicuri.

Il 6,6% non lo sa e gli altri tra abbastanza sicuri 26,5% e insufficienti il 22,9%

Quanto valuti sicuri i protocolli, per poter frequentare la palestra?

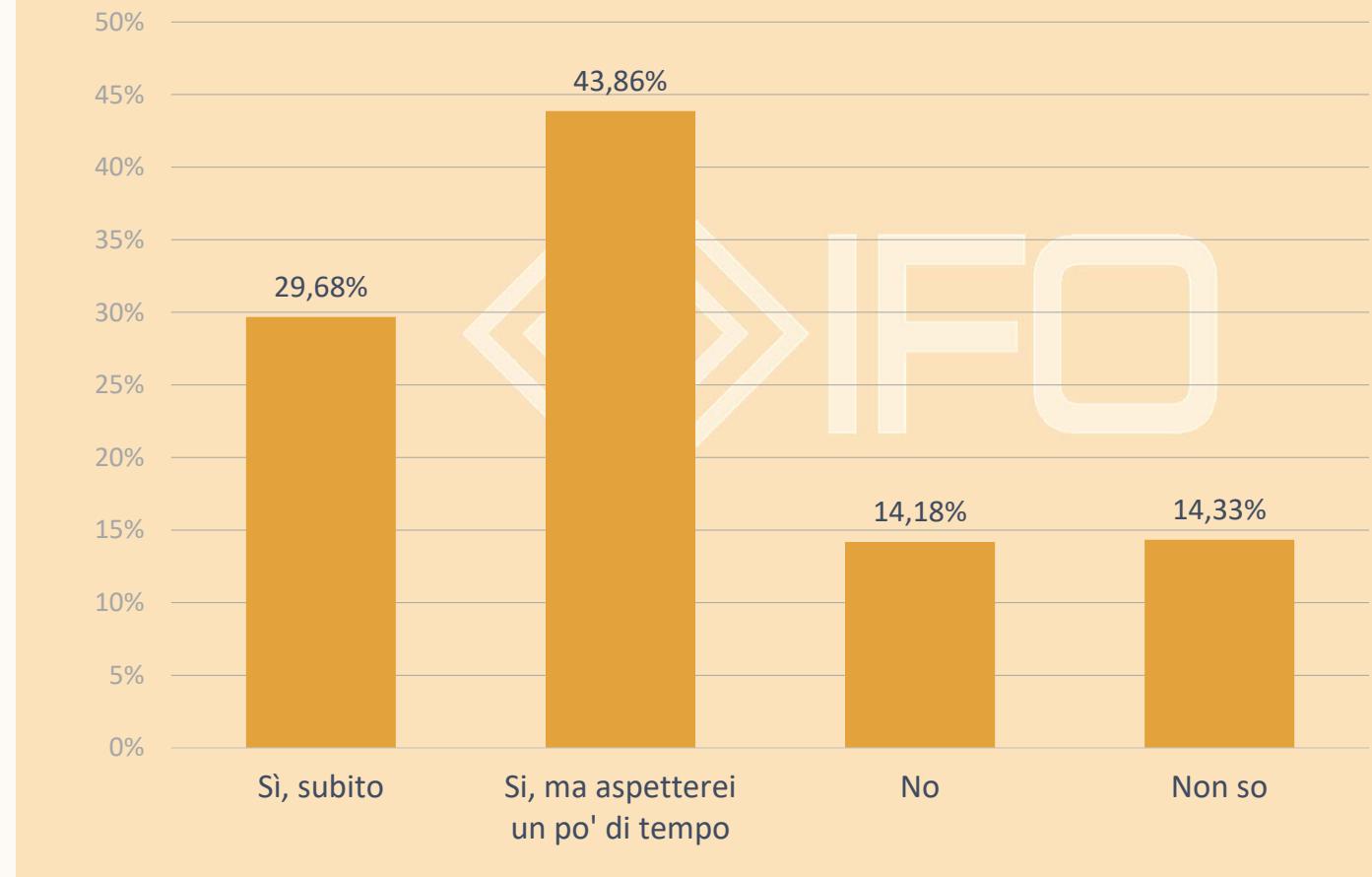


Anche con i protocolli solo il 29,6% si sentirebbe sicuro di ricominciare.

Solo il 29,7% degli intervistati tornerebbe subito ad allenarsi.

Il 43,8% aspetterebbe un po' di tempo il 14,2% non rientrerebbe, e gli indecisi sono il 14,3%.

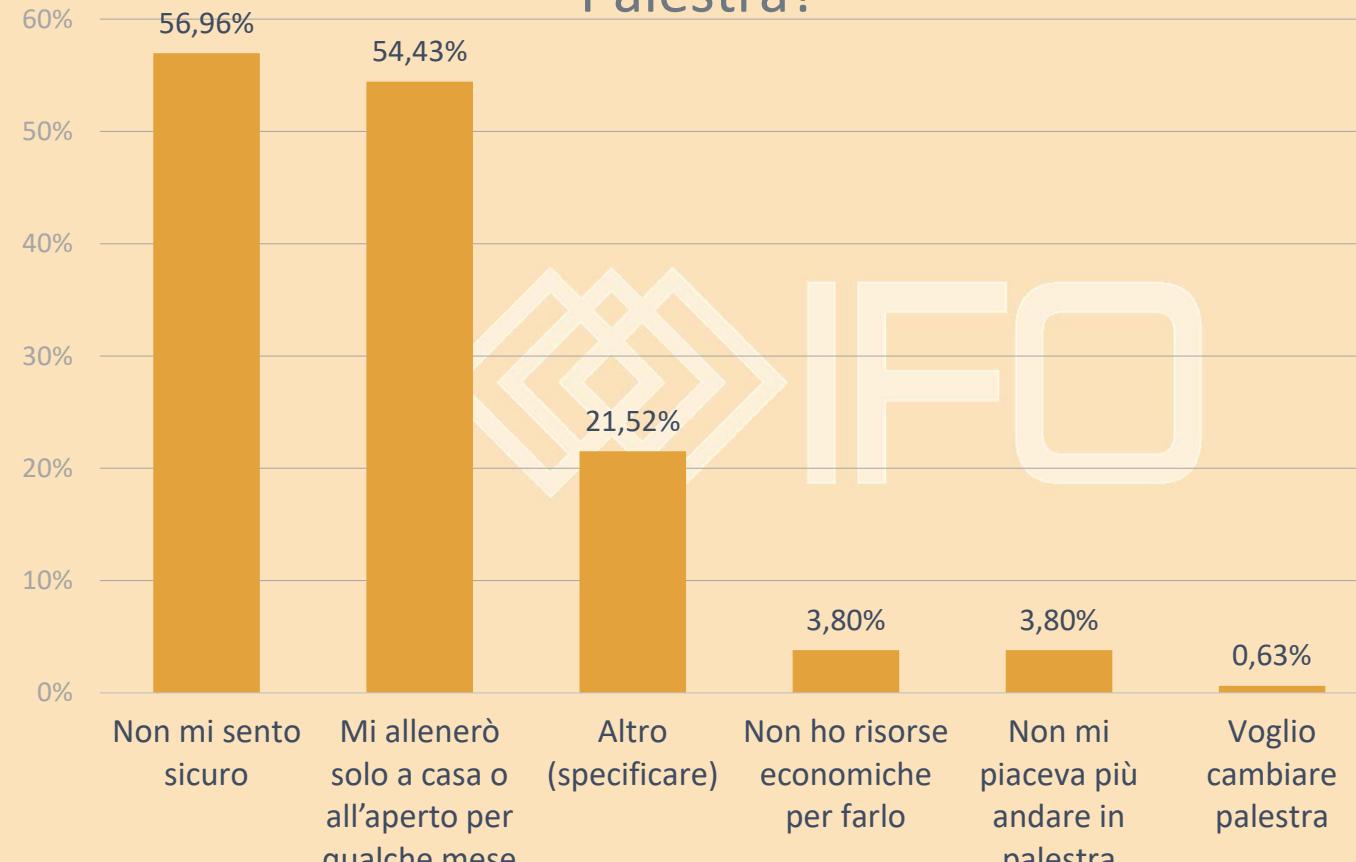
Con i protocolli adeguati torneresti ad allenarti?



Mancanza di sicurezza  
e desiderio di allenarsi  
rilassati e senza stress.

Allenamento in situazioni stressanti,  
desiderio di spazi aperti, timore di  
contrarre il virus.

## Perché non ricominceresti ad andare in Palestra?



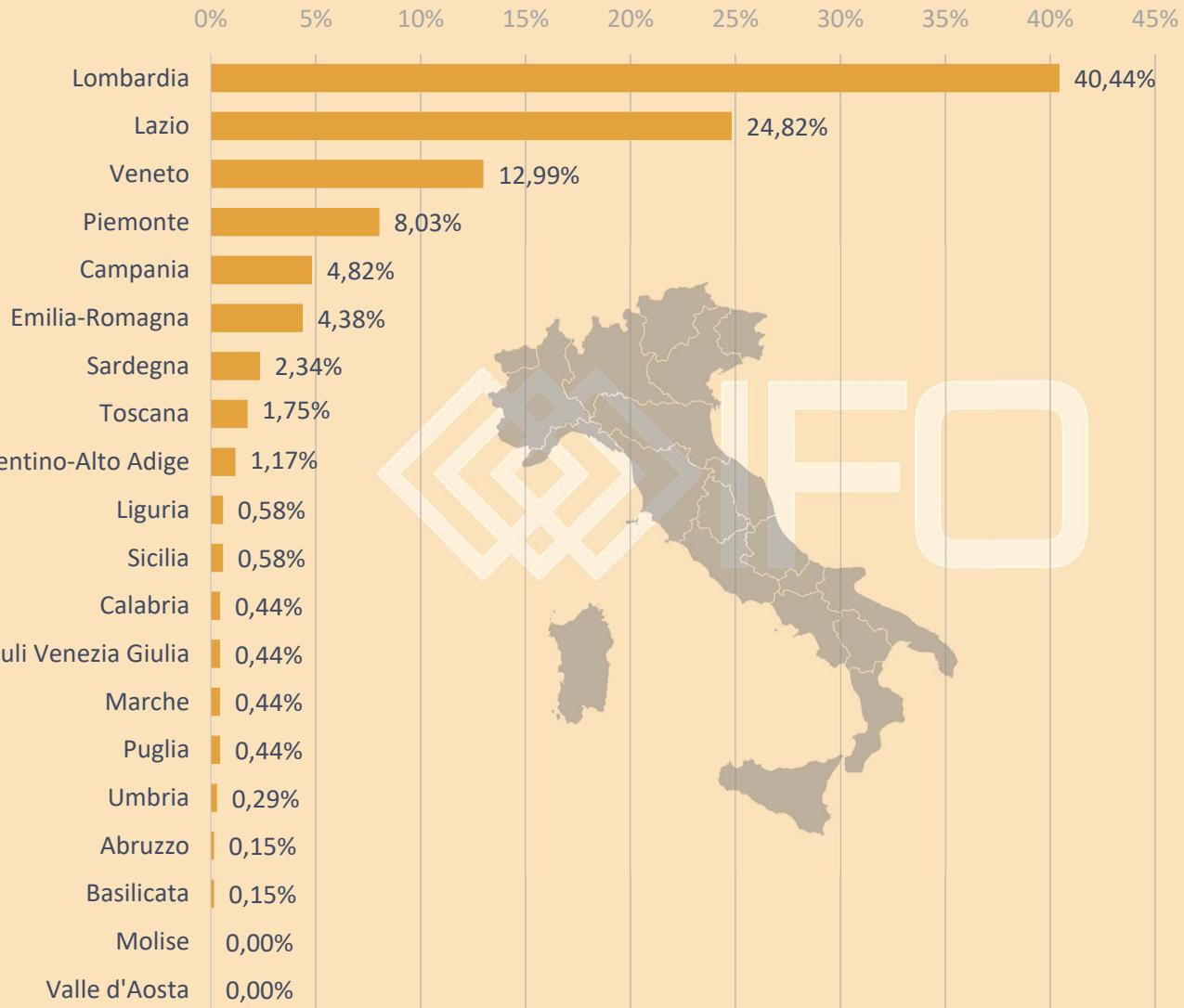
La Lombardia è una regione molto attiva e coinvolta nel Corporate Fitness, poi Lazio, Veneto, Piemonte e Campania.

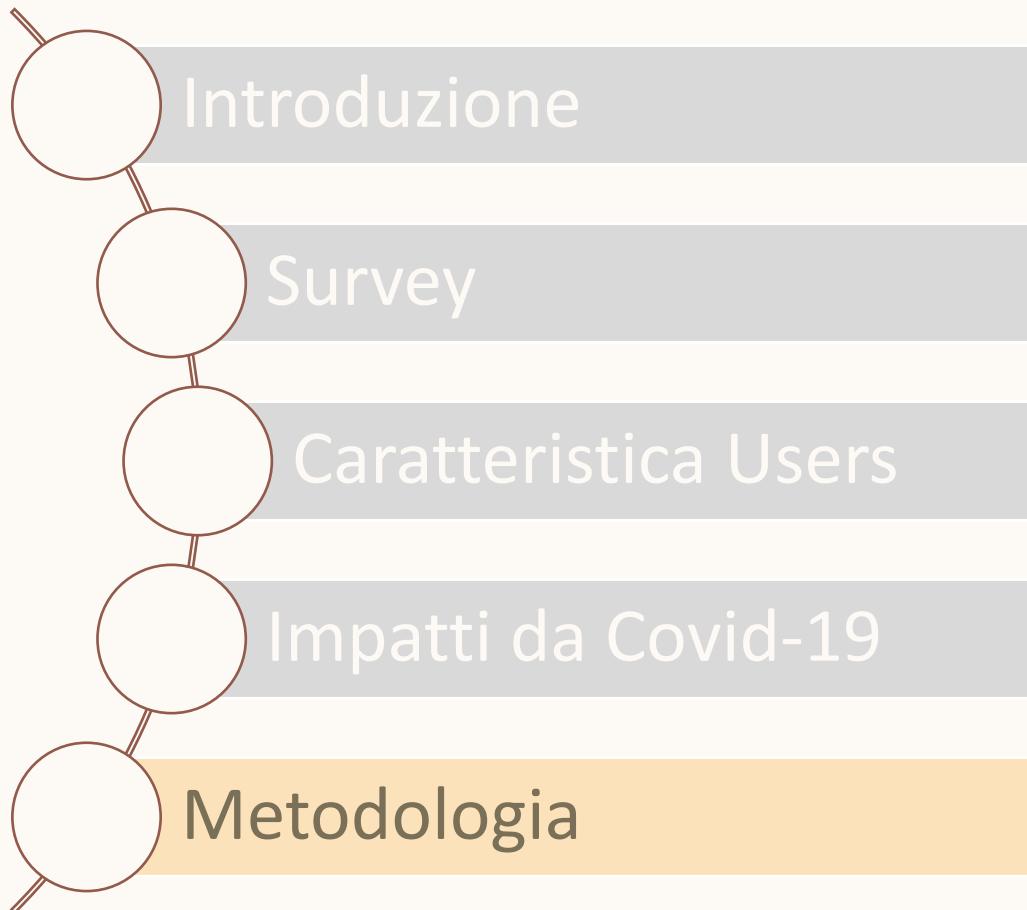
Il questionario è stato inviato a persone su tutto il territorio italiano.  
Il nostro invito era di rispondere in forma totalmente anonima.

Unico dato la "provenienza" per una analisi territoriale.

Questa è la distribuzione delle risposte arrivate da 687 persone in Italia.

## Posizione sul territorio (Regione)





# Metodologia

## Sondaggio

15 Maggio - 31 Maggio 2020 è il periodo in cui è stata eseguita la Survey.

11.000 sono le persone che frequentano una palestra/club su tutto il territorio italiano a cui è stata inviata la mail di invito per rispondere al questionario.

2.200 hanno aperto la mail. 687 hanno risposto al questionario di 24 domande, con un tempo medio di compilazione di 3 minuti e 24 secondi.

Il questionario era da compilare in forma completamente anonima.

## Main Sponsor



## Supporter



## Codice Etico di IFO- International Fitness Observatory

IFO intende offrire ai propri interlocutori, uno strumento che fornisca elementi concreti sul metodo e sul *modus operandi* dell'Osservatorio, a conferma che le ricerche svolte sono basate su standard professionali chiari e oggettivi e nascono per aiutare a comprendere meglio quanto osservato e studiato, confermando una visione oggettiva e autorevole della qualità delle ricerche svolte da IFO.

Le ricerche sono create da IFO (spesso anche in collaborazione con il mondo Universitario), per rilevare, descrivere e spiegare i comportamenti, le opinioni, gli atteggiamenti delle aziende del settore fitness, dei consumatori e dei clienti (utilizzatori e non-utilizzatori) e di diffonderli ai soggetti economici e sociali interessati a conoscerli, e di diffondere attraverso pubblicazioni e media, la conoscenza acquisita anche ai cittadini, con l'obiettivo di contribuire a informare e a sostenerne il processo decisionale da parte delle imprese, organizzazioni, enti e del pubblico in generale.

## LINEE GUIDA & PRINCIPI FONDAMENTALI (estratto)

Il ruolo della ricerca per IFO è di creare e diffondere “Conoscenza” presso aziende, enti e Istituzioni pubbliche e private, fruitori/cittadini, etc.

IFO pone l’etica della conoscenza alla base della sua missione. Come conseguenza si impegna a condurre le ricerche in modo professionale e in modo che tutte le fasi di impostazione, di esecuzione e di analisi corrispondano a criteri di eccellenza

IFO garantisce che la partecipazione degli intervistati alle loro attività di ricerca avvenga a seguito di consenso informato, garantendo che le informazioni rilasciate dagli stessi saranno trattate in modo confidenziale e nel rispetto della privacy.

# Contatti

## About IFO

The International Fitness Observatory IFO wants to be a leading international research institute in the field of fitness.

It aims to take care of the detection and processing of technical-economic information relating to the fitness market with the relative publication of studies and statistics of international surveys.



IFO belongs to EGERIA s.r.l

### Nota

Questa ricerca basa le sue analisi su dati forniti in modo completamente anonimo da tutti coloro che hanno deciso spontaneamente di partecipare e collaborare con l'invio delle risposte al questionario. Non avendo IFO International Fitness Observatory in alcun modo, la possibilità di verificare la veridicità delle informazioni ricevute e le fonti, il lettore dovrà tener conto di questo presupposto fondamentale. Pertanto le analisi elaborate potranno essere considerate solo di carattere indicativo e IFO non avrà alcuna responsabilità sulle decisioni che potranno essere prese sulla base di questi report e sugli effetti che queste potranno portare.

## IFO – International Fitness Observatory

[www.ifo.academy](http://www.ifo.academy)

[info@ifo.academy](mailto:info@ifo.academy)

### Address for Europe

EGERIA s.r.l.  
Via Varesina, 215  
20156 Milano  
Italy

[www.egeria.cloud](http://www.egeria.cloud)  
[info@egeria.cloud](mailto:info@egeria.cloud)

### © Copyright - IFO - All rights reserved

Tutti i diritti sono riservati. È vietata qualsiasi utilizzazione, totale o parziale, dei dati e dei contenuti inseriti nel presente documento, ivi inclusa la memorizzazione, riproduzione, rielaborazione, diffusione o distribuzione, totale o parziale, dei dati e dei contenuti stessi mediante qualunque piattaforma tecnologica, supporto o rete telematica, senza previa autorizzazione scritta di IFO-Egeria s.r.l.