

行业乱象:48%的健身教练无专业背景,身材好、“颜值”高最吃香——

# 女人选健身私教,先看这些行业乱象



文:今日女报/凤凰网记者 陈寒冰

炎炎夏日,清凉装扮是标配,但如此一来,胳膊、肚子上的肉肉可就很难藏得住了。怎么办?不少姑娘选择去健身房挥汗如雨,而一名身材好、“颜值”高的私人健身教练(以下简称“私教”),则既能提供一对一的专业健身指导,又能满足这个“看脸”时代里人们的内心需求——因此,哪怕需要额外支付数百元一个课时的费用,私教仍然有大批拥趸。

如果说,花钱找了一名靠谱的私教,那一切都不是问题,但长沙女子刘芳(化名)显然就没这么好运了:因为是高龄产妇,她特意找了一名私教,希望能够通过科学锻炼恢复身材。不成想,才上了三节课,刘芳便出现腿部和膝盖疼痛的情况,经医生诊断为“鹅足腱炎”。

明明有专业人士从旁指导,为何还会瘦身成受伤?刘芳的疑问,在健身行业的业内人士看来,却已然见怪不怪:国家体育总局职业技能鉴定指导中心最新发布的《2015中国健身教练职业发展报告》显示:在入职1-3年的健身教练中,有52%是体育院校毕业的学生,其余48%并无专业背景,一些私教仅仅是因为“身材好”就入了行。面对这样不靠谱的私教,出问题反倒成了一种“必然”。

## ■案例

### 私教“不靠谱”,瘦身成受伤

“本来想利用在长沙的3个月时间健身减肥,没想到才上了三节课,我的腿和膝盖就疼,去医院一检查,还真受伤了。”6月13日,家住长沙市四方坪的刘芳苦着脸向今日女报/凤凰网记者说。

今年35岁的刘芳原本是长沙市第二十一中学的老师,之后与丈夫在德国生活了一段时间,并于去年底生下宝宝。“我是高龄产妇,产后恢复并不理想,特别是体重,一直只升不降。”因为想要恢复身材,今年4月初,刘芳带着孩子回长沙时,便在家附近的某健身中心办了张季卡,希望通过运动来减肥。

就在刘芳到健身房的第一天,便有一位私教来给她提供指导。“教练给我作了一些检测,说我是单纯性肥胖,只要按照他的方法健身,就一定能瘦下来。”想着有一位专业教练指导应该会事半功倍,刘芳便花1500元购买了15节私教课。

教练给刘芳安排的锻炼方式是以器械为主,可是才上完第二节课,刘芳就感觉腿和膝盖都在疼。“第三次去训

练时,我向教练反映了这个情况,他说是正常现象。”时间一长,膝盖疼得越来越厉害,刘芳只得在婆婆的陪同下去了湖南省人民医院进行检查。结果,经医生诊断,刘芳是大腿前后方内侧三条肌肉拉伤,学名为“鹅足腱炎”,是因为运动过量导致的。面对这样的结果,刘芳郁闷极了:“本来是冲着私教能够因人施教才去的,结果现在反倒抱孩子都不利索了。”

为此,刘芳找到了健身会所,她认为是私教不够专业,才导致自己受伤的。但对于刘芳的说法,健身会所的工作人员却表示:“这个不能怪私教,是你没有完全按照教练的要求做动作,说不定是你自己额外增加了运动量。”争执了几天后,健身会所把刘芳余下的私教课费用退还,这件事便不了了之。



## ■调查

### 身材好就入行,爱好者摇身一变成“老师”



长沙中体倍力健身俱乐部负责人李祖华。

为了获得更专业的健身指导,特意花大价钱请私教,结果却受了伤——刘芳的遭遇,在业内人士看来,却已经是见怪不怪了。

6月22日,今日女报/凤凰网记者采访了长沙市首批私教之一、长沙中体倍力健身俱乐部负责人李祖华。

“像刘芳这样的情况,在一些小型健身中心时有发生。长沙城健身行业发展火爆,这也吸引了一些未受过专业培训的新人闯入了私教领域。他们有的只是健身爱好者,有的甚至仅仅是因为‘身材好’就入了行。所以你要说这些人对于运动安全有多了解,答案是显而易见的。”李祖华说。

从湖南体育职业学院毕业的李祖华,2005年踏足健身教练行业,亲历了长沙健身运动十余年的变化,“以前来健身房的人并不多,大概在2010年之后,健身房才作为一种新的生活方式

火了起来,私教也逐渐被大家所接受”。

然而,国家体育总局职业技能鉴定指导中心最新发布的《2015中国健身教练职业发展报告》显示:在入职1-3年的健身教练中,有52%是体育院校毕业的学生,其余48%并无专业背景。李祖华说,正规健身会所的私教大多都是运动、营养专业毕业生,经过培训后考取由国家体育总局职业技能鉴定中心颁发的《健身教练国家职业资格证》才可以上岗。但随着近几年健身会所数量的迅速增加,而且人们越来越愿意为一对一的专业健身指导埋单,不少人都瞅着私教这块“肥肉”,也导致了不少“生手”的乱入。

### 女性选私教,大多看“颜值”

“有些私教就是死记硬背一些训练规则,然后在客人面前忽悠。”李祖华透露,现在很多年轻教练“颜值”高、身材好,再加上能说会道,特别容易被“爱美”的女性会员接受。“实际情况也是如此,请私教的会员中女性占多数。虽然的确是抱着瘦身的目的而来,但如果有个又帅又有型的‘小鲜肉’教练从旁指导,大家会觉得这是‘锦上添花’吧。”李祖华说,在这个“看脸”的时

代里,有五成以上的女性会员在挑选私教时,并非把对方的专业性放在首位,而是凭着第一印象就做了决定。

李祖华还说,现在长沙也有几家专门培训私教的场所,其中有两家是只要交钱,大多数人便都能拿到教练资格证。“早前有人来我们俱乐部应聘,虽然他有教练资格证,但我们对他进行考核时却发现,他的动作不仅不专业,而且理论与实际操作能力都

很差。最后一问,才知道他的资格证是花了一万多块钱,然后随便学一学就‘考’到的。虽然我们没有录用他,但没多久,我就在微信朋友圈看到,他已经在河西观沙岭一带的一家私人健身会所上班了。可想而知,会员们遇到了这样不专业的私教,别说健身出效果,只要不受伤就算幸运了。”

### 不爱授课爱“卖课”,私教市场有点乱

既然有些私教如此不靠谱,但他们为什么仍会被一些健身俱乐部聘请呢?

“如今,省内的健身俱乐部像雨后春笋般涌现,光在长沙,算上私人健身工作室,大约就有200来家,每家俱乐部至少需要6-10名私教。行业需求大,也造成了一些不合格的私教蒙混过

关。”6月28日,湖南省健身协会秘书长曹李华向今日女报/凤凰网记者如是说。

虽然湖南有健身协会,但开办健身俱乐部只需要走工商税务等流程,老板奔着赚钱去,一些私人俱乐部的专业度并不高。“据我们了解,这些俱乐部的私教非但没有资质,甚至有些就是单纯的业务员兼职私教,他们的目的也更明确,那就是赚取会员费和教练费。”曹李华透露,在长沙的健身俱乐部里,私教基本都有售课要求,规范的俱乐部,私教大约每个月发展3-5名新会员购买私教课程即可,压力

不会太大,但更多地方,私教的收入则直接与“卖课”挂钩。

“有的私教底薪非常低,他们唯有多拉客户,然后从会员消费金额里获得10%-20%的抽成,才能获得较高

的收入。尽管这类型的私教技能不怎么过关,但在健身机构里,这些‘卖课’为主的健身教练才是最抬得起头的,因为能为公司创造效益嘛。”曹李华透露,还有一些最“坑”的私教,则完全靠“卖课”赚钱,每月必须要有2-3万元的销售业绩,只要达到目标,就能与俱乐部五五分成,最多可以提到55%。一些“厉害”的私教,月收入能达到2万多元。

不过,收入与业绩挂钩,也让一些私教觉得“吃不消”,转而辞职到外面去做“黑私教”。所谓“黑私教”,就是自己没有场地,转而在一个俱乐部买两张年卡,借用场地,再偷偷摸摸地带学员训练。也正因如此,一旦出现纠纷,这些“黑私教”基本会消失得无影无踪,造成消费者维权困难。

曹李华感叹,也正是因为这各种乱象,导致湖南的私教市场“水有点深”,消费者需擦亮眼睛。

(下转A03版)

本报所付作者的稿酬,已包括纸质及数字形态出版的《今日女报》的稿酬。因各种原因,本报未能联系到的作者的稿酬查询及其他有关稿酬的未明事宜,请与本报联系(0731-82333608)。