

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

■调查

身材好就入行, 爱好者摇身一变成“老师”

文: 今日女报 / 凤网记者 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。

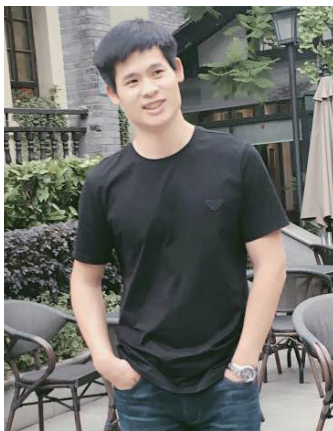
今年 35 岁的刘芳原本是长沙市第二十一中学的老师, 之后与丈夫在德国生活了一段时间, 并于去年底生下宝宝。“我是高龄产妇, 产后恢复并不理想, 特别是体重, 一直只升不降。”因为想要恢复身材, 今年 4 月初, 刘芳带着孩子回长沙时, 便在家附近的某健身中心办了张季卡, 希望通过运动来减肥。

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。



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。

## 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

6 月 22 日, 今日女报 / 凤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书》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“生手”的乱入。

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)。