



Képezd magad FITNESZ SZAKEMBERRÉ!

„Szenvedélyből karrier”

Az egészséges életmód iránti igény az elmúlt évek során töretlenül népszerű, és óriási fejlődés tapasztalható a piaci szegmensben is. A rendkívül széles szabadidősport tevékenységi palettán egyre nagyobb az igény a szakmailag felkészült, magasan kvalifikált szakemberek iránt. A Sportime Magazin megkereste az International Wellness Institute – IWI Fitness Wellness Oktatási Központ ügyvezető-tulajdonosát, Dr Zopcsák Lászlót, hogy átfogó képet nyújtson olvasói számára az IWI és a hazai, illetve az európai fitness ipar kapcsolatáról.

IWI sportedző képzés – tanévnyitó



Névjegy: **DR ZOPCSÁK LÁSZLÓ**

Blog: www.fitnessrend.blog.hu

Fontosabb végzettségek:

- PhD - Universidad Europea de Madrid, Spanyolország
- Kutatómunka - University of Greenwich, Anglia
- ISSA Okleveles Personal Trainer (USA, Cal, Santa Barbara)
- Testnevelő, Gyógytestnevelő, Angol tanár

Főbb szakmai tevékenységek:

- Az IWI- Oktatási Központ alapítója és ügyvezetője 2000-től
- A brüsszeli EHFA Minőségfejlesztési Bizottságának szakértője
- Külföldi (Moszkva, London, Brüsszel) konferenciák meghívott előadója
- A Magyar Fitness és Egészségfejlesztési Szövetség elnöke
- Az első hazai személyi edző tanfolyam kidolgozója és vezetője (1999)
- Több éves személyi edző praxis Cipruson és Magyarországon

A brüsszeli EHFA szakértőjeként rálátásod van a külföldi fitness trendekre is. Mi a jellemző az Európai fitness szektorra?

Kevesen tudják, hogy az európai fitness ipar dupla akkor forgalmat bonyolít éves szinten (kb. 24 Mrd €, forrás: Deloitte), mint a professzionális futball teljes költségvetése. Ez a terület mintegy 400 000 szakembernek ad munkát, s közel 39 000 fitness klub működik az „öreg kontinensen”. Persze a gazdasági

mutatóknál még fontosabb, hogy több mint 40 millió ember jár rendszeresen edzeni fitness klubokba Európa szerte, így a fitness iparnak lényeges szerep jut az egészségfejlesztés és prevenció területén. A fejlettebb országokban, Nyugat-Európában, Skandináviában, de még a spanyoloknál is ez az arányszám magasabb (a lakosság mintegy 15-18 %-a), míg keletebbre haladva csökken, és hazánk valahol 1,5-2 % között „büszkélkedhet” a lakosság fitness központba járási szokásaival, jócskán lemaradva az EU-s 7% átlag mögött. Ez optimista külföldi kollégáim szerint jó hír, mert innen lehet nagyot fejlődni!



Az EHFA Fitness Fórum résztvevői a madridi konferencián a Bernabeu stadionban

Mi a feladatod az EHFA-ban és egyáltalán, hogy kerül saját erőből hazánkba valaki egy Eu-s intézmény szakértői státuszába?

A fitness ipar sztenderdjeinek kialakításával az Európa Parlament az EHFA-t (European Health and Fitness Association www.ehfa.eu) bízta meg. Az EHFA-n belül működő minőségfejlesztési bizottságba 2009-ben választottak be, mintegy elismerve azt a munkát, melyet cégünkkel, az IWI-vel a hazai fitness ipar fejlesztéséért tettünk. Ezt az önkéntes munkával, ugyanakkor számos külföldi úttal járó megtisztelő felkérést nemzetközi konferenciákon való kapcsolatépítés és cégünk nemzetközi akkreditációja előzte meg. Az IWI kiemelt státusza a régióban egyedülálló módon lehetővé tette, hogy az itt végzettek bekerüljenek a Hivatásos Edzők Európai Szakmai Regiszterébe (EREPS – www.ereps.eu).



A Lite Wellness edzői elsőként csatlakoztak az EREPS-be
Középen Mr. Cliff Collins EREPS igazgató, Novotel Congress Hotel Budapest, 2010 január

Feladatom az EHFA-ban, hogy más országbeli szakértőkkel együttműködve olyan egységes oktatási szabványokat alakítsunk ki, melyek a fitness szakemberképzés minőségét hivatottak biztosítani nemzetközi szinten is. Az EU-ban létezik egy ún. EQF rendszer - (Európai Képesítési Keretrendszer) melynek bevezetése 2012-től már kötelező a tagállamokban. Ez kompetencia, tudás, jártasság szerint szintenkénti besorolást ad az egyes szakmákban. Mi az IWI-nél, hasonlóan a külföldi nagy edzőképzőkhöz Level 3 (Fitnessz Edző) és Level 4 (Személyi Edző) szinten tudjuk kiállítani a végzett szakemberek tanúsítványait, elősegítve elhelyezkedésüket, regisztrációjukat az EREPS-be. Mára már több száz IWI-s edző regisztrált az EREPS-be, mely nélkülözhetetlen előfeltétel pl. az angliai munkavállaláshoz.

Nagyszerű lépés volt, mikor az EHFA 2010-ben a London Fitness Summit-on összehozta a 25 „TOP” iskolát a világ minden tájáról (az USA-ból pl. ott volt az etalonnak tekintett ACSM), s ezen képző intézmények vezetői deklarálták elkötelezettségüket a képzések átjárhatóságának kialakítása, és egy Európán is túlélő nemzetközi edzőregiszter létrehozása mellett. Külön öröm, hogy ebbe a Top 25-be az IWI is meghívást kapott!

A fentiekén kívül miért van szükség ennyi edzőre, vagy ahogy említed fitnessz szakemberre?”

Ma már számos kutatás által bizonyított tény, hogy az egészségfejlesztésbe fektetett energia gazdaságilag is megtérül a gyógyszerkasszában, társadalombiztosítási kiadásokon keresztül. Az EU-s tagországokra nehezedő elképesztő mértékű egészségügyi terhek prevencióval jelentős mértékben csökkenthetők lennének. 2010 végén zártunk le egy EU-s projektet, a „HUB”-ot melynek célja a fizikai aktivitás egészségfejlesztésre gyakorolt hatásának kimutatása volt. A projekt több mint 150 tudományos kutatás felméréseit, a tagállamok kormányainak az egészségfejlesztéssel kapcsolatos gyakorlatait, kampányait elemezte ki. Az EU-ban nagyon komoly munka folyik a szektor professzionalizálása érdekében, mert a fizikai aktivitás hiánya rendkívül nagy mértékben felelős bizonyos krónikus betegségek (pl. szív- és érrendszeri betegségek, diabetes), illetve az elhízás, túlsúly kialakulásáért. Beszédes tény, hogy míg 1980-ban még 15 gyerekből csupán egy volt elhízott, addig a kilencvenes évek végére 8-9 gyerekre 1 elhízott jutott, s 2005-re ez az arány 5:1-re romlott. Ráadásul az egyre rosszabb egészségi, fittségi állapotban lévő, öregedő európai népességet egyre kevesebb, szintén kedvezőtlen kondícióban lévő fiatalnak kell eltartani, s ez komoly demográfiai válsághoz vezethet az előrejelzések szerint... (forrás: Becoming the HUB)

Itt jön képbe a fitnessz szektor, mint egy üzleti alapon szerveződő iparág, mely a mindenkori állam feladatához tartozó, de jelentős részben ledelegált prevenció feladatát vállalja át. Jelenleg a szabadidősportban a

fitnessz szektor az egyetlen olyan terület, ahol mérhető módon követni és fejleszteni lehet a lakosság preventív edzési szokásait és fittségi szintjének fejlesztését.

A fitnessz szakembernek ebben a rendszerben kiemelt szerepe van, hiszen biztonságos, hatékony, és motiváló edzéseket, jobban mondva életmódprogramokat kell terveznie és lebonyolítania a lakosság számára. Ez a feladat nagyban különbözik az élsport módszereitől, és a testnevelői munkától is. Ezek a specifikumok teszik különlegessé és pótolhatatlanná ezt a munkát. Rendkívül nagy öröm számomra, hogy a 13 évvel ezelőtt általam indított első hazai személyi edző képzés mára egy OKJ-s, államilag elfogadott szakma lett, mutatva a társadalmi igényt erre a szolgáltatásra.



Herman Rutgers EHFA igazgató, Zopcsák László IWI ügyvezető, Cliff Collins EREPS igazgató.
Bemutatjuk a HUB projektet az EU sportért felelős biztosának, Vassiliou Androull-nak
(2011. február 22, EU Sport Fórum, Budapest)

Miben ragadnád meg az IWI specifikumát?

Az IWI történetének elmúlt 12 éve összeforrt a hazai fitnessz – wellness ipar kialakulásával, kezdeti útkereséseivel. Nem egy készen kapott szakterület várt ránk, hanem sok esetben nekünk kellett mindezt alakítani, felkelteni az igényeket. Pontosan ezért cégünket nem egy szimpla oktatásszervezőként definiálnám, hanem egy szakértői munkára épülő karrierszervező intézményként, mely nemzetközi elfogadottsággal bír.

Ma már alapvető elvárás egy fitnessz vagy wellness képzés esetén, hogy naprakész, gyakorlat centrikus szakmai ismereteket adjon hallgatóinak. Ez mindig összhangban kell, hogy legyen a változó trendekkel, (talán csak az IT ipar fejlődik olyan sebességgel, mint a fitnessz-egészségfejlesztés), illetve az egyes célcsoportok speciális igényeivel. A fitnessz ugyanis már rég nem egyes izomcsoportok öncélú fejlesztéséről szól, hanem a stresszel teli, mozgásszegény életmódot élő, hiányosan táplálkozó „modern ember” túlélési esélyeinek segítéséről.

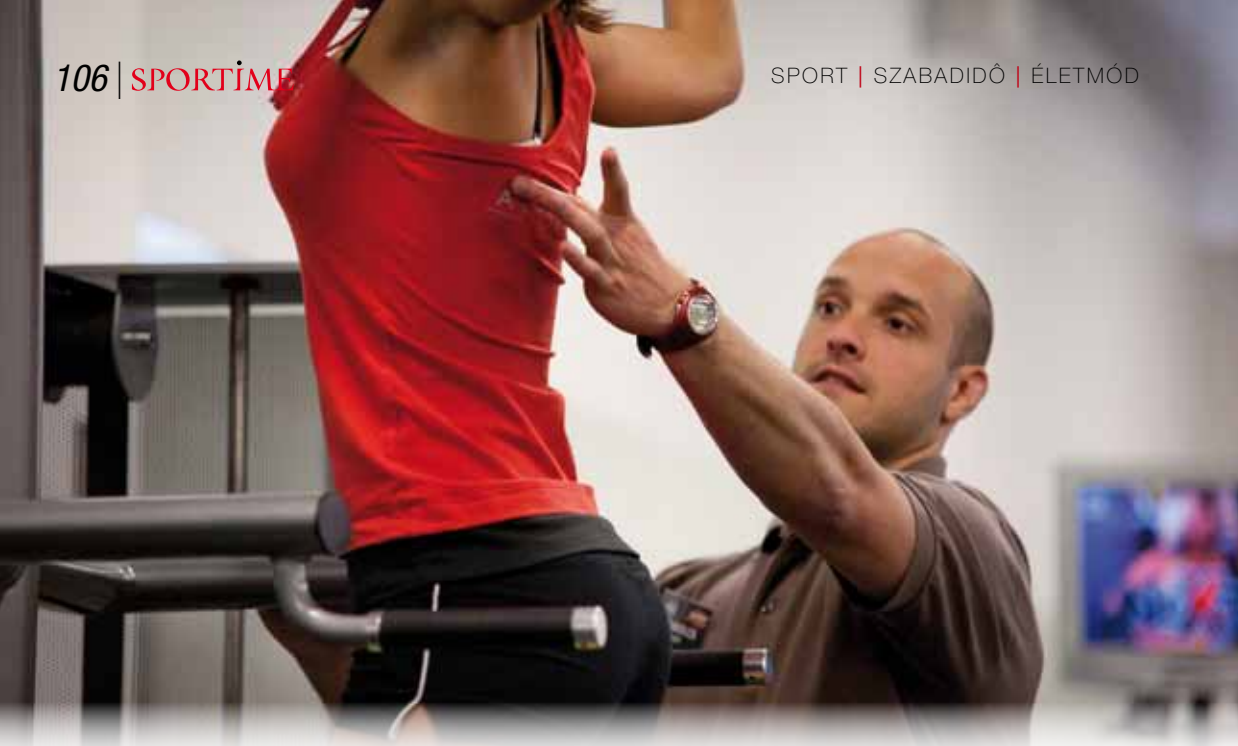
Milyen típusú és szintű végzettségeket nyújtolok?

A képzési portfólió alapját a középszintű OKJs sportedző képzések adják testépítés-fitnessz valamint aerobik edző szakirányban, továbbá az emelt szintű OKJs személyi edző képzésünk rendkívüli népszerű.

Számos innovatív továbbképzéssel rendelkezünk, mely a végzett edzőink számára további fejlődési lehetőséget biztosít, ilyen pl. a jóga oktató, szállodai animátor, szenior tréner, fitnessz menedzser, sport-táplálkozás, aqua fitnessz, speciális módszerek a testépítésben, funkcionális tréner, fit-fight, preventív gerinc és stretching képzés, valamint számos aerobik szakági továbbképzés is megtalálható a képzési palettánkon.



Végzett IWI hallgatók
Jóga képzés az IWI-nél



Személyi edző munkában...

Ebben az évben nyitunk az élsport felé is, hamarosan indítjuk erőnléti edzői képzésünket!

A fitnessz ipar mellett ugyanakkor az egészségügyi szaktudás képzéseiben is jelen vagyunk. Tavaly kezdtük el az Oroszországból érkező turisztikai szakos hallgatók képzését hazai Wellness Szállodák bevonásával.

Kik az IWI oktatók, milyen belföldi/külföldi kapcsolataik vannak, hol biztosítotok gyakorlati helyszínt?

Az oktatóink a fitnessz és wellness szakma jeles képviselői, akik már komoly szakmai sikereket értek el a saját szakterületükön, elméleti és gyakorlati ismereteikkel, szakmai tapasztalataikkal hozzájárulnak ahhoz, hogy hallgatóink sikeresek legyenek leendő szakmájukban. Az oktatási helyszíneink Budapest mellett (pl. Oxygen Wellness, Lite Wellness, Gilda Max) Zalaegerszeg, Szombathely, Debrecen legkiválóbb, jól felszerelt fitnessz termei és konferencia helyszínei. Az Active IQ (www.activeiq.co.uk) angliai edzőképző licence partnereként e-learning alapú edző képzé-

seket is kínálunk angol nyelven. Szakmai kapcsolatot alakítottunk ki a Moszkvai Turizmus Akadémiával. Kizárólagos oktatási partnerei vagyunk a németországi IFAA-nak.

Milyen karriertámogatást adtok hallgatói-toknak?

Fontos számunkra, hogy a végzett szakemberek el is tudjanak helyezkedni, így nyílt napjainkon állásbörzét, illetve végzett hallgatóink beszámolójára épülő motivációs előadásokat, gyakorlati bemutatókat és karrier tanácsadást is szervezünk.

IWI Karrier Nap és Állásbörze



Az Angol Fitness Szaknyelvi képzésünkkel a végzett fitnessz, és rekreációs szakembereket segítjük a speciális szakzsargon elsajátításában, mely a külföldi vendégek edzéséhez, külföldi álláskereséshez, szakmai önképzéshez szükséges.

Miben látod a hazai fitnessz ipar fejlődésének kulcsát?

Egyértelműen a szektorális összefogásban. Ezért hoztuk létre a fitnessz iparban érdekelt cégekkel a Magyar Fitnessz és Egészségfejlesztési Szövetséget. A fitnessz ipar szereplői (oktatási intézmények, állami és non-profit szervezetek, termékgalmazók, média, egészségügy képviselői, rendezvényszervezők, stb...) közös asztalhoz kell, hogy üljenek, erőfeszítés téve a minőségi fejlesztés irányába. Azokban az országokban, ahol ez az összefogás megtörtént, robbanásszerű fejlődés volt tapasztalható! Végül soron közös a célunk, mégpedig az, hogy többen, gyakrabban, aktívabban mozogjanak, edzenek!



IWI szaknyelvi képzés



További információkat a képzésekről és a háttér információkról a **www.iwi.hu** illetve a **www.fitnessstrend.blog.hu** oldalon olvashat.

Zumba az IWI színpadon a Fitbalance rendezvényen

