

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ АРХІТЕКТУРИ, БУДІВНИЦТВА ТА ДИЗАЙНУ  
КАФЕДРА ДИЗАЙНУ ІНТЕР'ЄРУ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

\_\_\_\_\_ О.П. Олійник

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 р.

**ДИПЛОМНА РОБОТА**  
**(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)**

ВИПУСКНИЦІ ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЮ МАГІСТРА  
ЗА СПЕЦІАЛІЗАЦІЄЮ «ДИЗАЙН (ЗА ВИДАМИ)»

**Тема: «ОСОБЛИВОСТІ ДИЗАЙНУ ІНТЕР'ЄРУ ФІТНЕС -  
ЦЕНТРІВ»**

Виконавець: студентка групи Дз – 201 - Мз Борщевська Анна Михайлівна  
(студент, група, прізвище, ім'я, по-батькові)

Керівник: завідувач кафедри дизайну інтер'єру, к. арх., доцент, с.н.с. Олійник  
Олена Павлівна  
(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по-батькові)

Консультанти з розділів:

Планувально-конструкторське рішення: \_\_\_\_\_ к.т.н., доц. Тимкович В.Ю.  
(підпис) (П.І.Б)

Охорона навколишнього середовища: \_\_\_\_\_ д.п.н., проф. Саєнко Т.В.  
(підпис) (П.І.Б)

Охорона праці: \_\_\_\_\_ к.т.н., доц. Гулевець В.Д.  
(підпис) (П.І.Б)

Нормоконтролер: \_\_\_\_\_ ст.викл. Москальцов А.Ю.  
(підпис) (П.І.Б)

КИЇВ 2020

# НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет архітектури, будівництва та дизайну \_\_\_\_\_

Кафедра дизайну інтер'єру

Напрямок (спеціальність) 022 «Дизайн (за видами)»

(шифр, найменування)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ О.П. Олійник

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2019 р.

## ЗАВДАННЯ

### на виконання дипломної роботи

Борщевська Анна Михайлівна

(прізвище, ім'я, по батькові випускника в родовому відмінку)

Тема дипломної роботи: «Особливості ДИЗАЙНУ ІНТЕР'ЄРУ ФІТНЕС - ЦЕНТРІВ» затверджена наказом ректора від «26» листопада 2020 р. № 2679/ст.

2. Термін виконання роботи: з 15.09.2020 по 30.11. 2020 з 1.12.2020 по 30.12.2020 року.

3. Вихідні дані до роботи: план першого поверху будівлі. Переоблаштування дитячого садочку на простір фітнес – центру.

4. Зміст пояснювальної записки: Дипломна робота є науковим обґрунтуванням дизайну інтер'єрів фітнес - центрів. Теоретичне дослідження описує особливості взаємодії архітектурно – планувального простору фітнес - центрів, особливості зонувальних рішень, формування дизайн - концепції. За допомогою методів дослідження було проаналізовано особливості

використання передових технологій, матеріалів та засобів вираження в дизайні простору.

5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного) матеріалу: генеральний план приміщення, план розташування меблів та обладнання, план підлогових покриттів, план стелі та освітлення, візуалізація інтер'єрів за допомогою програмного забезпечення, розгортки стін (розрізи), фрагменти та деталі, власний план графік.

6. Календарний план - графік.

№ пор.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Зібрати матеріали, щодо світової та Української практики дизайну інтер'єрів фітнес - центрів. Опрацювати теоретичну базу по заданій темі.	15.09.2020- 31.09.2020	
2.	Узагальнення класифікацій приміщень фітнес - центрів. Виділити основні їх особливості.	01.10.2020- 21.10.2020	
3.	Розробити дизайн - концепцію фітнес - центру.	22.10.2020- 23.10.2020	
4.	Визначити особливості взаємодії планувальної організації фітнес – центру. Виділити основні та другорядні приміщення за класифікацією.	24.10.2020- 29.10.2020	
5.	Розробити план із ростановкою меблів та обладнання.	30.10.2020- 02.11.2020	

6.	Виконати плани підлоги з підбором матеріалів.	09.11.2020- 17.11.2020	
7.	Виконати план стелі з розташуванням освітлювальних приладів.	18.11.2020- 22.11.2020	
8.	Виконати розгортки по стінам (розрізи)	23.11.2020 22.11.2020.	
9.	Розробити окремі фрагменти та деталі.	30.11.2020- 3.11.2020.	
10.	Розробити креслення окремих об'єктів.	5.11.2020- 12.11.2020.	
11.	Виконати візуалізацію інтер'єрів 3D графіці.	13.11.2020- 19.11.2020.	
12.	Підготувати презентацію та роздатковий матеріал.	19.11.2020- 21.11.2020.	

#### 7. Консультанти з окремих розділів.

Розділ	Консультант (посада, П.І.Б.)	Дата, підпис	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Планувально-конструкторське рішення	к.т.н., доц., гол. інженер «УкрНДІпроектреставрація» Тимкович В. Ю.		

Охорона навколишнього середовища	д.п.н., проф. Саєнко Т.В.		
Охорона праці	к.т.н., доц. Гулевець В. Д.		

8. Дата видачі завдання: « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 р.

Керівник дипломної роботи \_\_\_\_\_ Олійник О.П.

(підпис керівника)

(П.І.Б.)

Завдання прийняв до виконання \_\_\_\_\_ Борщевська А. М.

(підпис керівника)

(П.І.Б.)

## РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до дипломної роботи: «Особливості дизайну інтер'єрів фітнес - центру» на: \_\_ сторінок, \_\_ рисунків, \_\_ таблиці, \_\_ використаних джерел, \_\_ додатків.

**Ключові слова:** ІНТЕР'ЄР, ФІТНЕС-ЦЕНТР, ПРОЕКТУВАННЯ, ДИЗАЙН, ЕРГОНОМІКА, СТИЛЬ, БЕЗПЕКА, СОФТ-ЛОФТ.

**Об'єкт дослідження** – інтер'єри фітнес - центрів.

**Предмет дослідження** – особливості дизайну інтер'єрів фітнес - центрів.

**Мета дипломної роботи** – визначити особливості проектування дизайну фітнес - центрів.

**Методи дослідження.** Використовується метод дослідження, вивчення та накопичення інформації, аналіз літературних, методичних, нормативних джерел і проектних матеріалів, порівняння, синтез, натурні обстеження. За допомогою методу комп'ютерного моделювання та автоматизованого проектування було створено тривимірну модель дизайну фітнес – центру.

**Наукова новизна** роботи полягає у тому, що в роботі: досліджено історичний розвиток дизайну фітнес - центрів; проаналізовано особливості засобів вираження в оформленні приміщень. В дипломній роботі визначено основні стилеві напрямки, рекомендації та особливості створення дизайну фітнес – центрів.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	10
<b>Розділ 1. АНАЛІЗ ТЕОРЕТИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ДОСВІДУ ДИЗАЙНУ ІНТЕР'ЄРІВ ФІТНЕС – ЦЕНТРІВ</b> .....	11
1.1. Аналіз теоретичних досліджень в галузі проектування інтер'єрів фітнес - центрів.....	12
1.2. Соціально - історичні особливості дизайну фітнес - центрів.....	13
1.3. Аналіз сучасних аналогів зарубіжних фітнес - центрів.....	17
1.4. Аналіз сучасних аналогів українських фітнес - центрів.....	24
Висновки до 1 розділу.....	30
<b>РОЗДІЛ 2. ФУНКЦІОНАЛЬНО - ПРОСТОРОВІ ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ ІНТЕР'ЄРІВ ФІТНЕС - ЦЕНТРІВ</b> .....	31
2.1. Класифікація, споруд та приміщень фітнес - центрів .....	31
2.2. Вимоги до земельних ділянок.....	32
2.3. Санітарно - гігієнічні вимоги до спортивно - оздоровчих комплексів...	34
2.4. Визначення функціональності та об'ємно - планувального рішення...	37
2.5. Взаємодія різних типів приміщень у планувальній організації будівлі..	39
2.6. Визначення кількості санітарно - технічних приладів для спортивних залів і приміщень для фізкультурно - оздоровчих занять.....	43
Висновки до 2 розділу.....	45
<b>РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ ДИЗАЙНУ ФІТНЕС - ЦЕНТРІВ</b> .....	46

3.1. Тенденції в конструюванні меблів та обладнанні простору фітнес-центрів.....	46
3.2. Просторове наповнення фітнес центру.....	48
3.2. Художньо - стильові особливості в дизайні інтер'єрів сучасних фітнес-центрів.....	58
Висновки до розділу 3.....	59

**РОЗДІЛ 4. ДИЗАЙН - ПРОЕКТ ІНТЕР'ЄРУ ФІТНЕС - ЦЕНТРУ НА БАЗІ СПОРУДИ БЦ ПРОСАТОВ.....60**

4.1. Завдання на проектування.....	60
4.2. Конструктивні та об'ємно - просторові особливості фітнес – центру... ..	62
4.3. Концептуальне рішення дизайну інтер'єрів.....	65
4.4. Оздоблювальні матеріали.....	66
4.5. Авторські розробки для інтер'єру фітнес - центру.....	67
Висновки до розділу 4.....	68

**РОЗДІЛ 5. ОХОРОНА ПРАЦІ.....69**

5.1. Небезпечні та шкідливі чинники при розробці інтер'єрів фітнес-центрів.....	69
5.2. Забезпечення пожежної та вибухової безпеки в фітнес-центрах .....	71
Висновки до розділу 5.....	74

**РОЗДІЛ 6. ОХОРОНА НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА.....74**

6.1 Екологічні вимоги до дизайн-проекування фітнес-центрів .....	74
6.2 Сучасні екологічні тенденції в дизайні приміщень фітнес-центрів.....	75



Висновки до розділу 6.....	76
<b>ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ .....</b>	<b>77</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>79</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>80</b>

## ВСТУП

Інтер'єр як об'єкт дизайну дуже цікавий. Проектування спортивної споруди, що задовільняє сучасні умови та всі переваги відвідувачів, є **актуальною** темою на сьогоднішній час. Адже спортивна споруда - це місце зустрічі людей, об'єднання однодумців, створення атмосфери для спілкування. Це об'єднання продуманої концепції, планування, технологій і дизайну. Фізкультурно - спортивні споруди - це система споруд, яка постійно змінюється, вдосконалюється у відповідності до сучасних навчально-тренувальних, змагальних та фізкультурно оздоровчих вимог і нерозривно пов'язана з розвитком суспільства в цілому.

**Тема** дипломної роботи – дизайнерське оформлення фітнес – центру, яке буде слугувати для відвідувачів активними заняттями спортом в сайкл – студії. Сьогодні спорт - це невід'ємна частина нашого життя. Заняття спортом в сучасному розумінні пов'язані не тільки зі спортом високих досягнень, що цікавить переважну більшість громадян з точки зору видовищності, азарту або патріотизму. Сьогодні це ще і масовий поворот свідомості у бік оздоровлення, хорошого самопочуття і бадьорості духа.

**Об'єкт дослідження** – інтер'єри фітнес - центрів.

Сучасні багатофункціональні будівлі характеризуються індивідуальністю, компактністю та культурно - соціальною функцією.

**Метою** є дослідити особливості тенденцій розвитку спортивних комплексів та на основі отриманої інформації розробити концепцію фітнес – центру.

**Методи дослідження:** аналіз і синтез, історичний метод, емпіричні методи (опис, спостереження, пошук аналогів), методи системного аналізу (оцінка аналогів).

## **1.1. Аналіз теоретичних досліджень в галузі проектування інтер'єрів фітнес – центрів.**

Під час написання дипломної роботи та проведенні досліджень було ознайомлено та використано наукову нормативну документацію та публіцистичну літературу:

Дослідження Белоносова С. А. з архітектурного формування інтер'єрів багатофункціональних спортивних комплексів, дослідження Горохова В. А. з проектування будівництва спортивних комплексів. Аналіз Зобової М. Г. принципів архітектурно-містобудівного проектування та модернізації фізкультурно-спортивних комплексів.

ДБН 360 ДБН. Б.2-41. ВСН 62. Містобудування. Планування і забудова міських і сільських поселень.

Держ СанПіН 173 п. 4.10, Держ СанПіН 203, Сан ПіН 42-128т4690, Сан ПіН 42-120-4948. Нормативно шумовий режим на прилеглий території житлової забудови та забезпечення санітарних розривів до житлових та громадських будинків згідно з вимогами.

ДБН В.2.2-13-2003. Державні і будівельні норми спортивних та фізкультурно - оздоровчих споруд. Класифікація, споруд та приміщень фітнес – центрів.

ДБН В.2.2-13-2003. Державні і будівельні норми спортивних та фізкультурно - оздоровчих споруд. Основні гігієнічні вимоги до спортивного інвентарю, обладнання і покриття підлог спортивних споруд.

УДК 658.512.2:645. Вимоги до проектування сучасних меблів.

ДБН В.2.5.-28:2018. Природне та штучне освітлення. Аварійне освітлення.

ДСТУ ISO 7240-1:2007. Система пожежної сигналізації та оповіщення.

ДБН В.1.1-31:2013. Захист територій, будинків та споруд від шуму.  
Нормативні параметри і допустимі рівні шуму.

ГОСТ 12.0.003-74 Небезпечні і шкідливі фактори, їхня класифікація.

ДБН В.1.1-7:2016 Пожежна безпека об'єктів будівництва. Загальні вимоги  
та ДБН В.2.2-9-2009 Громадські будинки та споруди. Основні положення.

СНП 2.08.02-89 Громадські будинки й споруди. Санітарно-технічне  
обладнання для спортивних споруд.

№ 1051/1051 "Правила благоустрою м. Києва"

## 1.2. Соціально - історичні особливості дизайну фітнес – центрів.

Сучасний і модний в даний час фітнес вже існував і процвітав сотні років назад. Історія виникнення перших тренажерних залів нерозривно пов'язана з Античною Грецією. Йдеться про античну версію виникнення подібного способу життя, яке, на думку більшості фахівців, не підлягає сумніву. Ще в V столітті до н.е. стародавні греки, по суті, створили "доісторичні фітнес", присвятивши себе заняттям спортом і перетворивши це на своєрідне мистецтво. Головною метою для перших спортсменів - любителів була внутрішня гармонія і зовнішня краса. Для греків фізичні показники були важливі нітрохи не менше розумових [1].

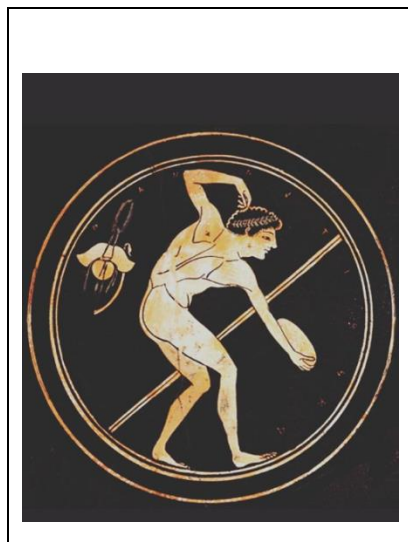
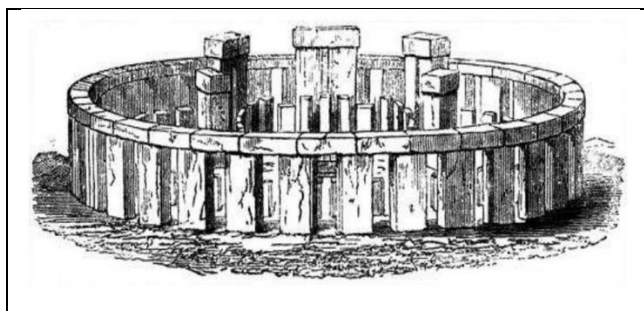


Рис.1.2.1. Зображення Античного Грека

Більш того, щоденні багатогодинні тренування зробили атлетику професією - античні спортсмени витрачали весь свій час на тренування, щоб перемагати на Олімпійських іграх. Трохи пізніше, мистецтво атлетизму досягло Риму, і стародавні спортивні змагання стали там улюбленим народним видовищем. У результаті зародився знайомий багатьом фітнес - нове слово із старим сенсом.

Прототипами сучасних фізкультурно - спортивних споруд являлися: у стародавності кромлехи (Рис.1.2.2.) - майданчики, оточені кам'яними стовпами; в античній Європі це в першу чергу палестри, стадіодроми, стадіони, іподроми, цирки.



*Рис.1.2.2. Кромлех - прообраз спортивно - видовищної споруди кам'яного століття*

У величних давньоримських амфітеатрах (Колізей у Римі) (Рис.1.2.3.) знайшла втілення ідея об'єднання стадіону й цирку.



*Рис.1.2.3. Колізей*

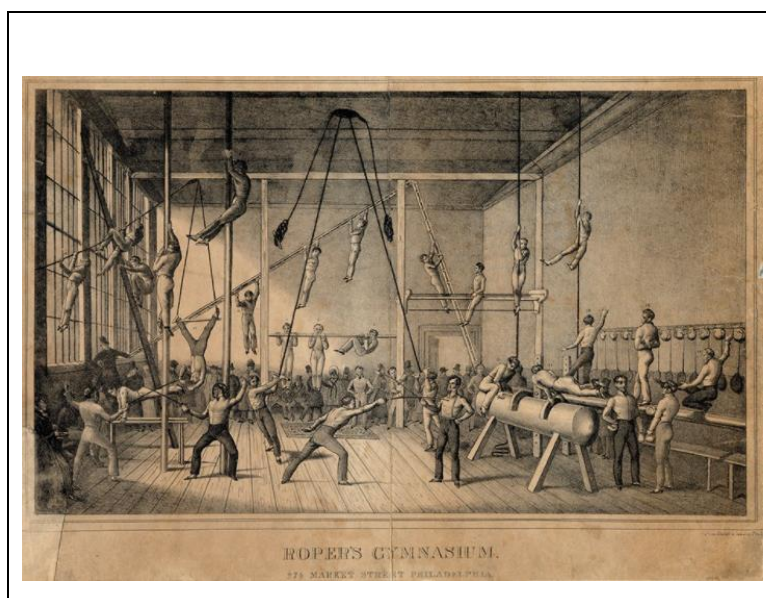
Купальні з водою, що підігріваються, існували вже в давньогрецьких палестрах, розвиток та вдосконалення також одержали у давньоримських термах, вони служили не тільки для санітарно - гігієнічних процедур, але також для фізичних вправ і культурних розваг. Завдяки цьому терми стали з часом місцем зустрічей для суспільства [1].

У палацах древніх правителів Азії будувалися монументальні кінні двори, а при розкопках у Центральній і Північній Америці виявлені майданчики для гри в м'яч (наприклад, у поселеннях ацтеків і майя). У середньовіччі споруджувалися головним чином майданчики для військово - спортивних змагань. Інтенсивне будівництво спортивних споруд в світі розпочалося з другої половини ХІХ століття, особливо починаючи з 90-х років, з часу організації та проведення сучасних Олімпійських Ігор.

Після падіння греко-римської імперії «стародавні зали» зникли, як і сприйняття тіла і душі в гармонійному грецькому розумінні. Минуло багато

часу, перш ніж тренажерні зали знову стали затребувані і популярні. Посприяв цьому викладач Фрідріх Людвіг Ян. На початку XIX століття в Німеччині Фрідріх Ян відкрив спортивний зал під відкритим небом - Turnplatz. У Яна була одна причина, по якій він зважився на це - прагнення підняти дух народу після поразки у війні з Францією в 1806 році. У Turnplatz займалися як класичними дисциплінами, такими як біг, так і новими - бруси і гімнастичний кінь. Пізніше за внесок в розвиток спорту Яна прозвали «батьком гімнастики».

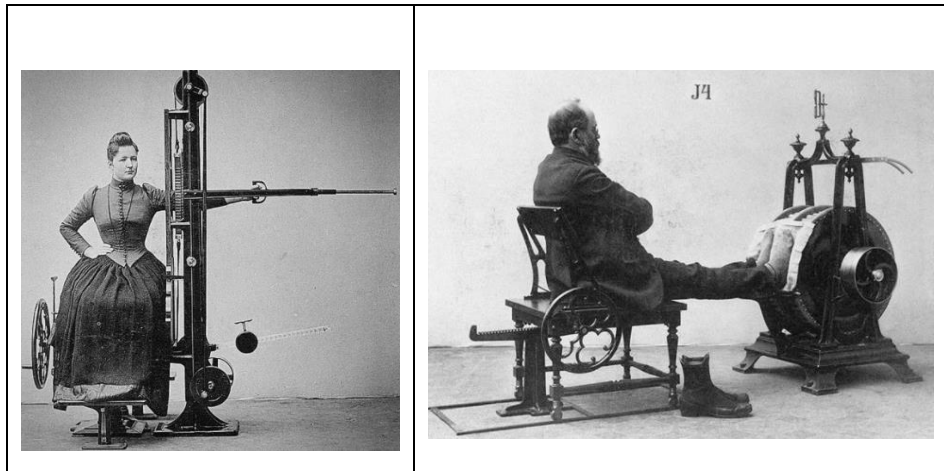
Один з перших спеціалізованих залів для занять спортом - Roper's Gymnasium (Зал Ропера) (Рис1.2.4), який відкрився в США в 1830-х роках [1].



*Рис.1.2.4. Roper's Gymnasium (Зал Ропера)*

Не менш важливу роль у розвитку спортивних тренажерів і залів зіграв шведський лікар Густав Вільгельм Цандер. Сам Цандер часто хворів в дитинстві, тому він вирішив створити тренажер, який допоміг би людям поліпшити їхнє здоров'я. У 1860-х він відкрив тренажерний зал, в якому знаходилося 27 різних снарядів. Кожен з них допомагав розробляти певні групи м'язів. У той час не було спеціальної екіпіровки для тренувань, тому всі займалися в повсякденному одязі (Рис.1.2.5.) [1].

Саме завдяки Цандеру тренажерні зали почали відкриватися по всьому світу в 1864 році, а вже до кінця XIX століття їх було близько 200 у всьому світі.



*Рис.1.2.5. Тренажерні зали 1860-х рр. Густава Вільгельма Цандера*

На рубежі тисячоліть у всьому світі з'явилися комплекси, що поєднують в собі гімнастичні зали, салони краси і сауни - сучасні фітнес - клуби. Як і в Стародавній Греції багато років тому, фітнес для одних став професією, а для інших - способом досягнення фізичної досконалості і духовної гармонії.

До кінця 80-х років минулого століття фітнес нарешті подарував в СРСР, тим самим накреслив в історії черговий, радянський, етап свого розвитку, за яким послідував т.з. слов'янський, або ж пострадянський етап. До початку історичних змін в 80-і роки в колишньому Радянському Союзі поняття фітнесу не було зовсім, існували тільки спорт і фізична культура.

У Радянському Союзі початком активного будівництва спортивних споруд слід вважати період 1923-1925 років, коли по всій країні була побудована значна кількість стадіонів, спортивних майданчиків та навіть спортзалів.

Абсолютна доступність занять і послужила фундаментом для успіхів радянського спорту. Можливість безкоштовно займатися в численних секціях при школах, будинках культури, спортивних комплексах була у кожної людини будь-якого віку. Здатні діти і підлітки могли розраховувати на подальші заняття спортом вищих досягнень.

Сьогодні фітнес є одним із найпопулярніших способів фізичного оздоровлення організму і включає у себе різноманітні методики, які відповідають різноманітним смакам людей, допомагають підтримувати тіло у формі та й просто отримувати від спорту задоволення. А останнє, як відомо,



найголовніше не тільки у спорті, а у житті: тільки щире бажання досягти мети допомагає людині досягти певних результатів. Це стосується й фізичного здоров'я людини. Фітнес уявляє собою окрему галузь діяльності суспільства, яка задовольняє прагнення людини у покращенні власного здоров'я та підвищенні якості життя за рахунок спеціально організованої рухової активності. Ця мета реалізується через участь суб'єкта оздоровчого фітнесу (особи, яка долучається до занять) в процесі оздоровчого фітнесу, що організований з використанням наявного наукового та організаційно-методичного ресурсу фітнес - індустрії та спрямований на задоволення його (суб'єкта) прагнення до здорового способу життя, покращення рівня здоров'я та якості життя.

Зараз тренажерні зали - це вже не просто гантелі і штанги. З розвитком нових технологій з кожним роком придумують нове обладнання, нові місця для тренувань і розробляють незвичайні види тренувань.

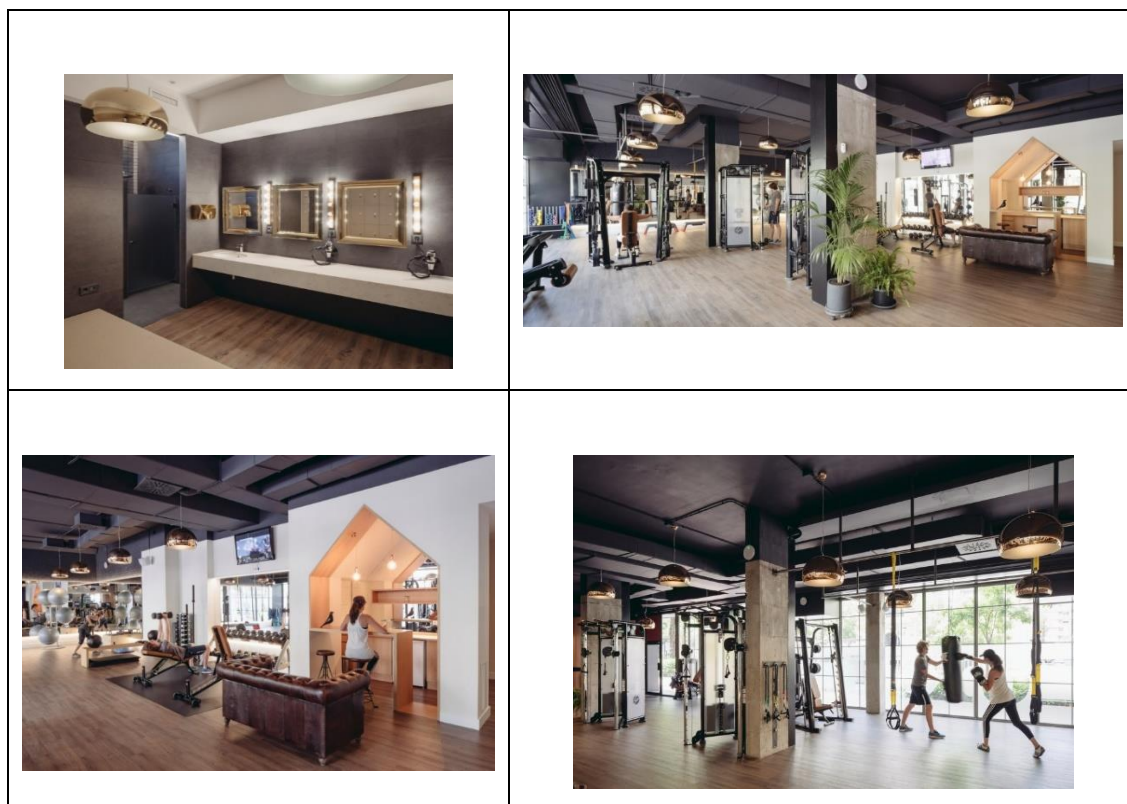
Будівництво споруд фітнес - центрів пройшло довгий історичний розвиток, за цей час модернізувались принципи просторово - планувальної організації архітектурних форм та функціональна структура фітнес - центрів.

### **1.3. Аналіз сучасних аналогів зарубіжних фітнес - центрів.**

Розглянувши історію виникнення фітнес – центрів, можна зупинитися на розгляді конкретних створених аналогів у цій сфері. Але перед тим, необхідно з'ясувати основні тенденції сучасних фітнес - центрів.

Розпочнемо з огляду практики зарубіжних дизайнерів та втілення в життя їхніх ідей.

### Club XII - елітний фітнес-центр в Мадриді (Рис.1.3.1.)



*Рис.1.3.1. Club XII фітнес-центр в Мадриді*

Перебудовуючи приміщення колишнього банку в Мадриді (Іспанія) в престижний фітнес-центр, Idoia otegui\_arquitectura використовували деталі і елементи, запозичені з оформлення громадських просторів різного типу - нічних, культурних і бізнес-клубів.

Високе приміщення відкритого планування освітлено великими вікнами, що дають м'яке непряме світло. Звисають на довгих шнурах блискучі лампи нагадують атмосферу музичного клубу. Вільно стоять тренажери надають клієнтам багато особистого простору.

Все тут розташовує до того, щоб приходити сюди не тільки для виконання фізичних вправ, але і для того, щоб послухати музику, поговорити про дрібниці під час розтяжки і просто скинути напругу, жуючи зелене яблуко в оформленому як маленький дерев'яний будиночок кафе...

## Boxing Plus - Тайбэй, Тайвань

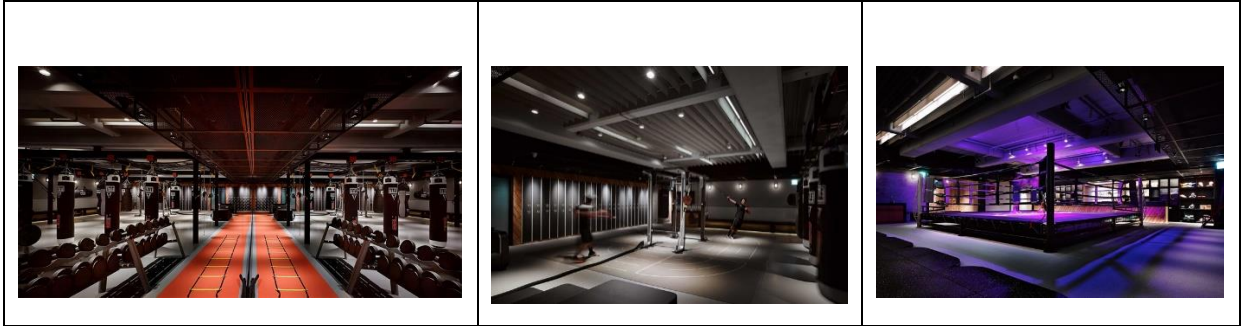


Рис.1.3.2. Оздоровчий центр та студія боксу Boxing Plus

У Тайбеї, Тайвань, місцевий дизайнер і керівник MW Design Мішель Вей створила вражаючу атмосферу для боксу та оздоровчого центру.

Розташоване на цокольному поверсі промислової будівлі, весь простір площею 562 квадратних метра (6050 квадратних футів або 170 тайваньських пінь) має ауру темної сили, не будучи нудною або відразливою в передбачуваній зверхчоловічій манері (Рис.1.3.2.)

Замість стереотипних рішень з великої кількості чорної штучної шкіри, неонових світла, плитки, металу і функціональних, але не вражаючих душових, шафок і місць загального користування, Wei використовував екологічно чисту фанеру, металеву сітку, чорне залізо і перероблене дерево, щоб створити відчуття комфорту [2].

Krush-it, фітнес-клуб-бутик, розташований в Бразі, Португалія, був спроектований Estúdio AMATAM



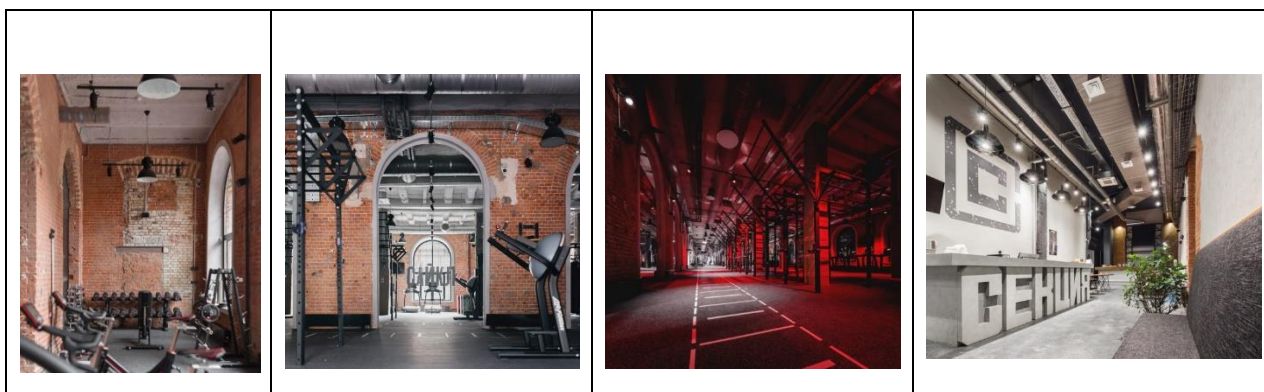
Рис.1.3.3. Krush-it, фітнес-клуб-бутик

Дизайнери використовували зовсім інший підхід. По-перше, декор більше схожий на нічний клуб, ніж на фітнес-клуб, в основному сіро-чорна колірна гамма з текстурами і графічними елементами.

Зіставлення чорної глясової плитки і необроблених бетонних блоків або налитого полірованого бетону обшиває стіни і підлогу відповідно в приймальні і вітальні.

Новаторське використання перероблених гумових шин покриває підлогу в приміщенні, забезпечуючи зниження шуму від гучної музики, а також нековзну поверхню і поглинання ударів. Всі тренажери згруповані за типами, що спрощує організацію тренувань відвідувачам тренажерного залу [3].

Фітнес-клуб «Секция» знаходиться на території Трьохгірної мануфактури - найстарішої текстильної фабрики Москви.



*Рис.1.3.4. Фітнес-клуб "Секція".*

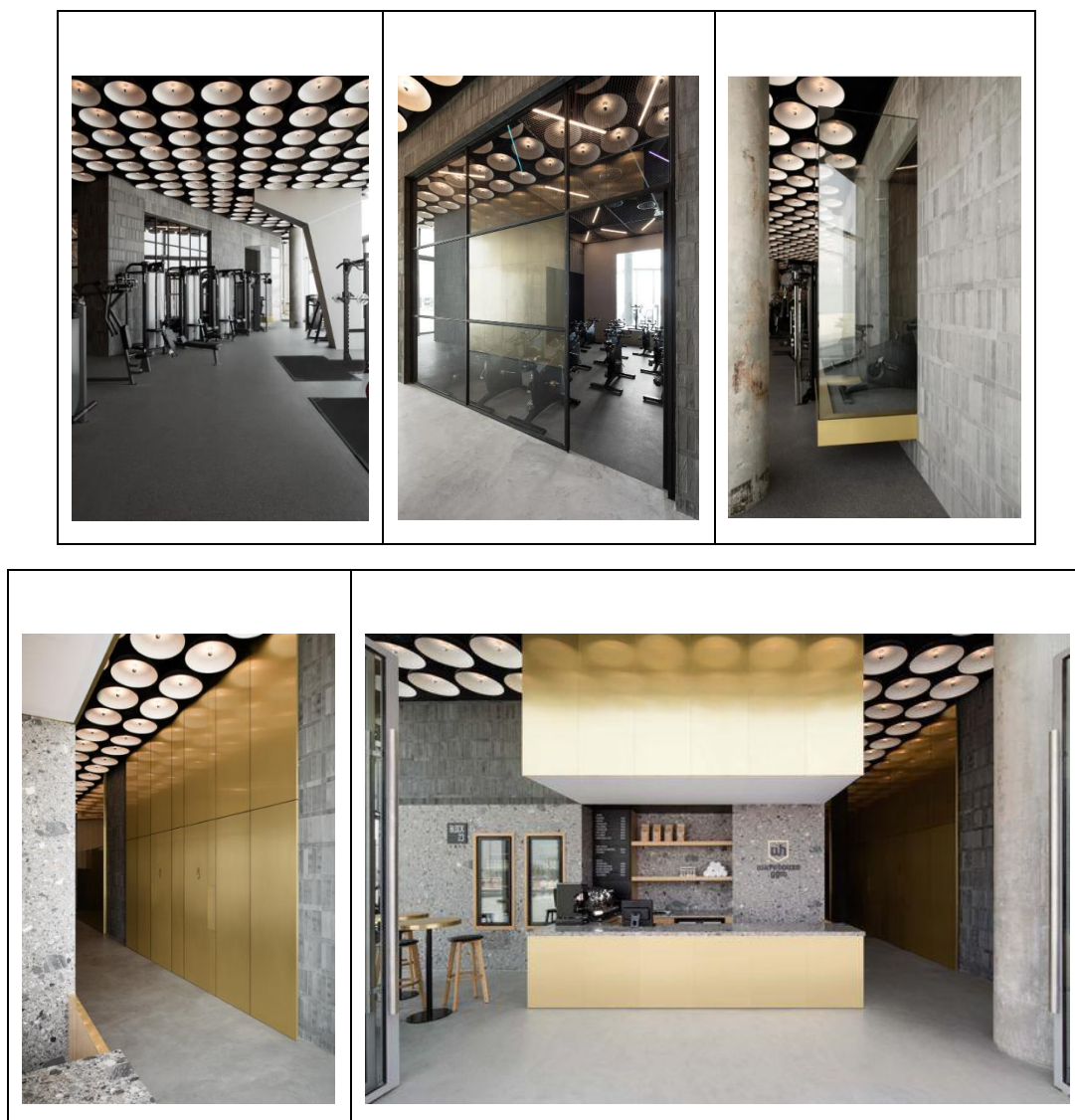
В історії клубу "Секція" тема боротьби з'являється в іншому контексті: власників і дизайнера поєднало захоплення спортивними єдиноборствами. Архітектор Владислав Гайдук ще за часів навчання в університеті землеустрою виконав норматив майстра спорту і навіть став призером чемпіонату Росії з рукопашного бою.

Приміщення складається з чотирьох приміщень площею 80, 110, 160 і 650 м<sup>2</sup>. Найменше з них представляло собою коридор з закладеними ще в середині минулого століття вікном і входом, в інших приміщеннях були старі перекриття і колони в аварійному стані.

Незважаючи на досить жалюгідний стан приміщення, у нього було одне велика гідність - висота стель (цілих п'ять метрів). В цілому, воно вселяло надію: радувало велика кількість повітря і багатий історичний бекграунд.

Метою був бруталний інтер'єр, який сприяє важким тренувань. У роботі над лофтом дуже важливо витримати загальний настрій і не вбити початкову «харизму» приміщення [4].

### «Склад GYM D3» VSHD, Дубай



*Рис.1.3.5. Фітнес-центр з елементами елегантності «Склад GYM D3»*

Сувору елегантність надають такі матеріали, як бетонна цегла в поєднанні зі сплавом золота і міді. На VSHD вплинув бруталізм в архітектурі, а також атмосфера підпільних бійцівських клубів. Оскільки склад GYM в D3 виходить

на дві головні вулиці на порозі району, було важливо, щоб дизайн використовував ці види з вулиці. Команда вставила централізований напівпрозорий куб, навколо якого організовані різні функції. Програма включає в себе тренажерний зал, сік - бар, студію велоспорту і різні види кругових на обмеженому просторі в 600 квадратних метрів.

### VSHD Design створює геометричний тренажерний зал в торговому центрі Дубая

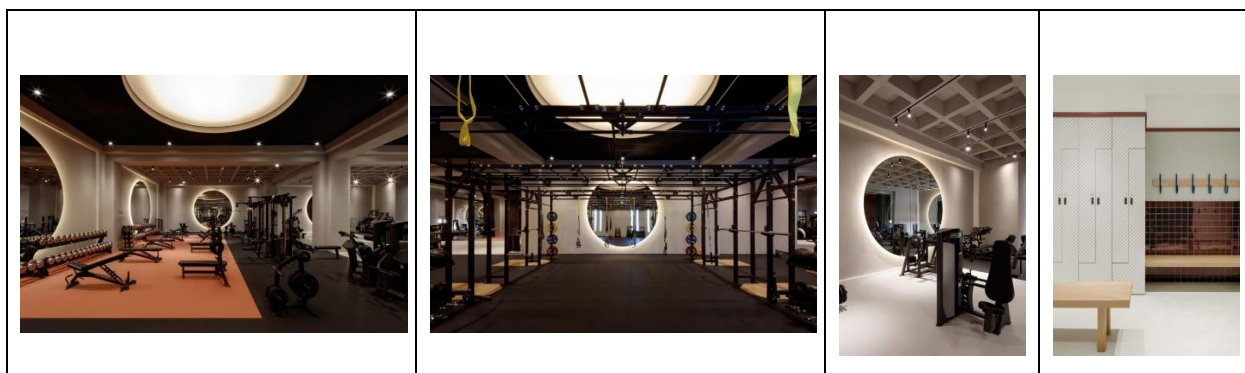


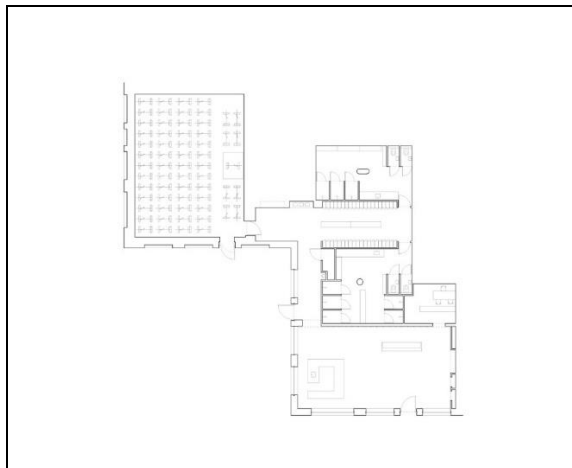
Рис.1.3.6. Форпост фітнес-компанії Warehouse Gym

Студія VSHD Design з Дубай і Монреалю хотіла створити простір для вправ з «відчуттям підпілля» для «серйозних тренувань». Інтер'єр виконаний в стилі архітектури бруталізму і відрізняється необробленими бетонними стінами, балками і колонами.

Існуючі бетонні балки, колони та стіни були об'єднані зі стратегічно розміщеними новими перегородками, щоб визначити окремі зони для різних аспектів тренування.

Дзеркала розташовані так, що вони відображають одне одного, створюючи, здавалося б, нескінченне повторення кіл [4].

## Стильний дизайн фітнес-клубу Rosycle в Амстердамі



*Рис.1.3.7. Простір здорового способу життя*

Фахівці студії XML розробили дизайн фітнес-клубу Rosycle, розташованого в самому центрі Амстердама. Він поєднує в собі сучасні технології в області вдосконалення тіла і багатий досвід його власників [6].



*Рис.1.3.8. Rosycle в Амстердамі*

Розташований на першому поверсі житлового будинку, цей фітнес-клуб обладнаний залом з велотренажерів, який має звуконепроникні стіни. 27 сучасних динаміків, встановлених в ньому, забезпечують захоплюючий музичний досвід клієнтам. Лобі виступає в ролі основного соціального простору, звідки через великі вікна відкривається вид на канали Амстердама.

В рамках цього проекту фахівці XML також розробили дизайн магазину свіжих соків Juicery. Чудово обладнаний бар пропонує клієнтам тільки натуральні напої і корисну їжу [6].

Аналізуючи проекти зарубіжного досвіду, можна прийти до висновку, що фітнес - центр – це простір, який сприймається зараз як не тільки місце де люди тренуються, а повноцінний комплекс де поєднуються різні за функцією приміщення, що сприяють для комфортного та активного проведення часу.

Отже, аналіз зарубіжного досвіду в дизайні приміщень фітнес - центрів показав основні тенденції в цій сфері. Сьогодні, основна мета, полягає в тому, що спланований, цікавий, продуманий дизайн використовується для ведення успішного бізнесу та популяризації активного образу життя.

#### **1.4. Аналіз сучасних аналогів українських фітнес – центрів.**

Фізична культура і спорт у сучасному суспільстві є важливим джерелом зміцнення здоров'я населення України. Найголовнішою проблемою в розвитку фізичної культури і спорту в нашій країні є відсутність спортивних споруд, котрі б відповідали сучасним вимогам та нормам як для навчально - тренувальних занять з різних видів спорту, так і для вирішення проблеми фізичної підготовки різних верств населення нашої країни. Єдиним виключенням є будівництво сучасних футбольних стадіонів на яких відбулися ігри Чемпіонату Європи в 2012 році.



Фітнес індустрія в Україні показує зростання за показниками кількості споживачів, об'єктів і загального добробуту галузі.

Як показує статистика кількість споживачів збільшилася на 70 000, кількість клубів збільшилася на 150.

Нинішні результати дослідження компанії Fitness Connect UA вперше увійшли до Європейського звіту про ринок здоров'я та фітнесу в Європі. «В Європейському звіті Україна за показниками кількості клубів, кількості споживачів і обороту ринку не відстає, оскільки займатися фітнесом в Україні дешевше. Це позитивно для споживачів і для розвитку галузі.

За даними дослідження FitnessConnectUA в Україні станом на кінець 2018 року було ідентифіковано 1765\* фітнес-об'єктів, з них основна частина припадає на фітнес - клуби\*\*. Також в Україні набувають розвитку фітнес-студії, жіночі фітнес - клуби та кросфіт - клуби. Дослідження попередніх років відображали вигідність відкриття фітнес - об'єктів у містах з населенням менше 500 тис осіб, а дані 2018 року відобразили цю тенденцію в цифрах.

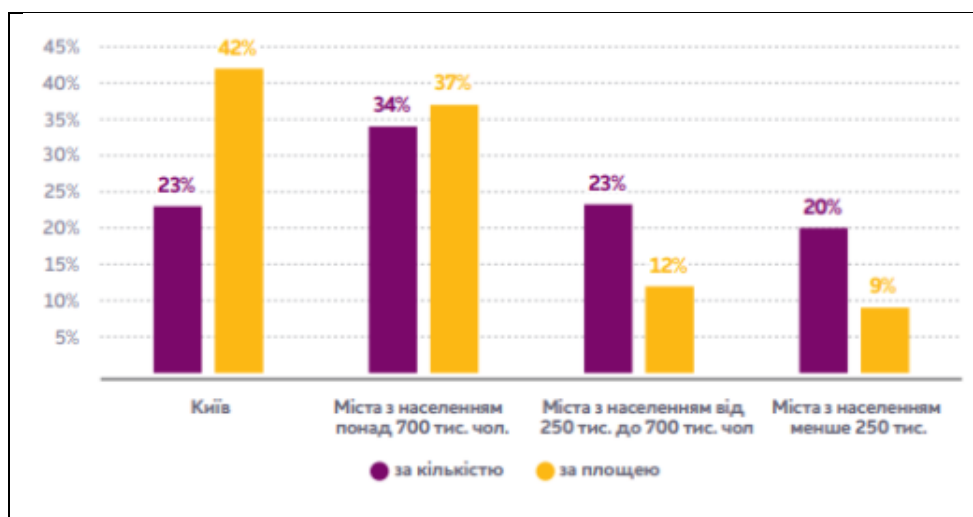


Рис.1.4.1. Структура зростання фітнес – центрів в містах з населенням менше 500 тис. осіб

Практика українських дизайнерів на прикладах робіт проектування фітнес-центрів.

Фітнес - клуб PALESTRA, Київ,  
спроектований дизайн студією S&T architects

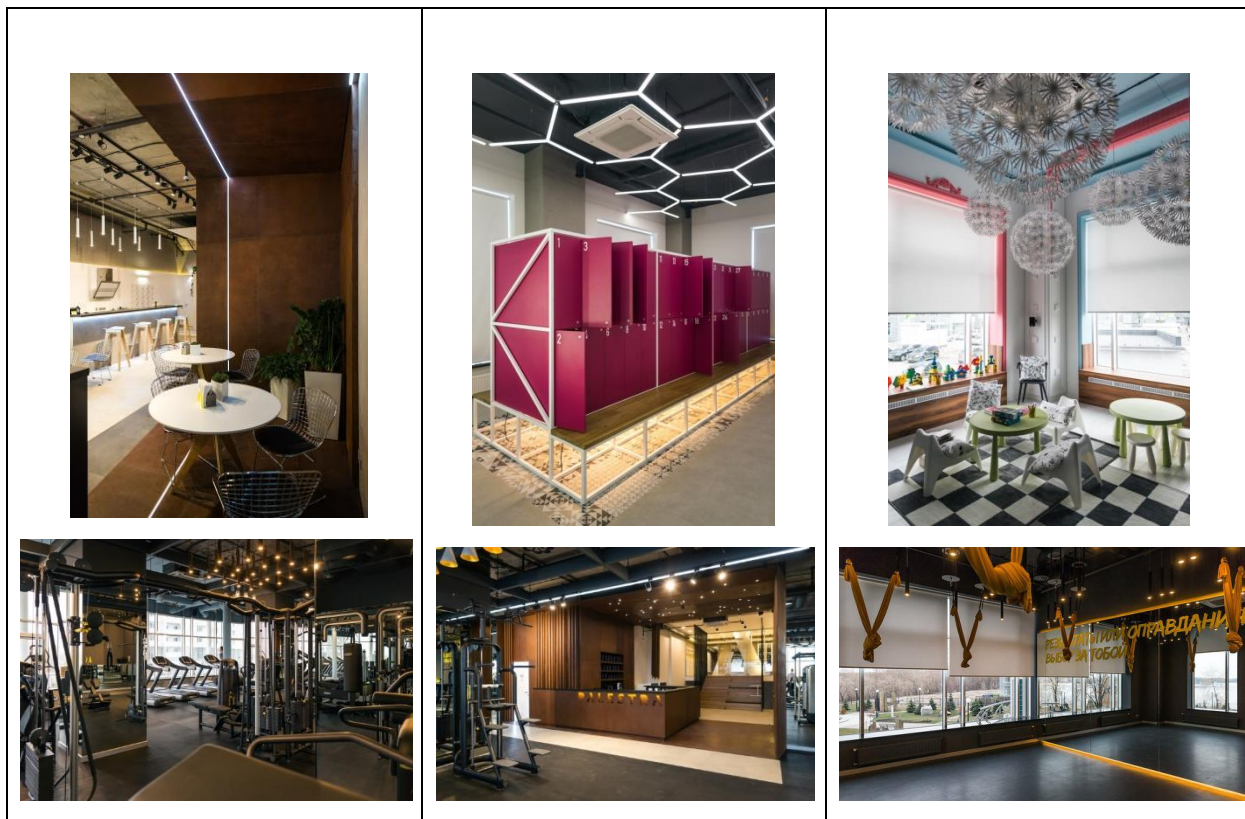


Рис.1.4.2. Фітнес - клуб PALESTRA

"Палестр" називалися приватні гімнастичні школи в Стародавній Греції. Як відомо, фізична культура і культ тренованого тіла відігравали значну роль у вихованні стародавнього грека, а істинною красою вважалася гармонія духовного і тілесного.

Автори інтер'єру цього спортивного клубу - одесити Дмитро Сивак та Артем Трігубчак. В даному проєкті насамперед дизайнери прагнули створити інтер'єр, що ніколи не буде нагадувати місце, де з усіх боків на тебе дивляться рвуть зубами ланцюга атлети, метою хлопців було комфортне і стильне приміщення, що сприяє як фізичних навантажень, так і відпочинку [7].

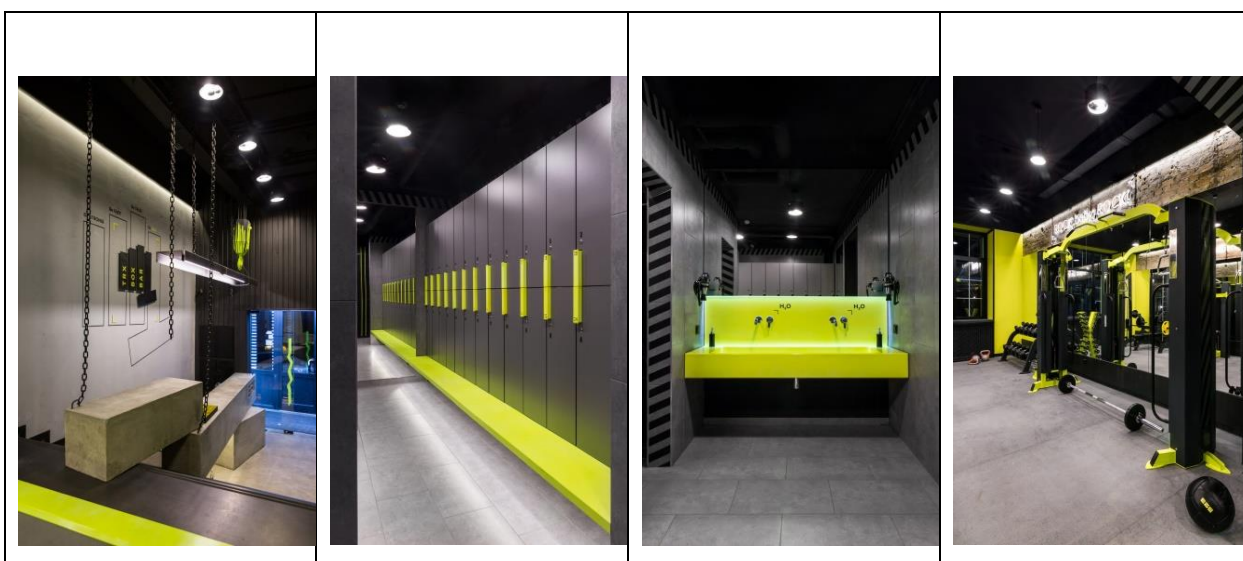
«Більшість спортивних закладів - це набір шаблонних рішень, де на стінах - плакати спортсменів, скрізь розвішані медалі і кубки, а самі інтер'єри вирішені примітивним чином - яскраві фарби на стінах і дешевий лінолеум на підлозі, -

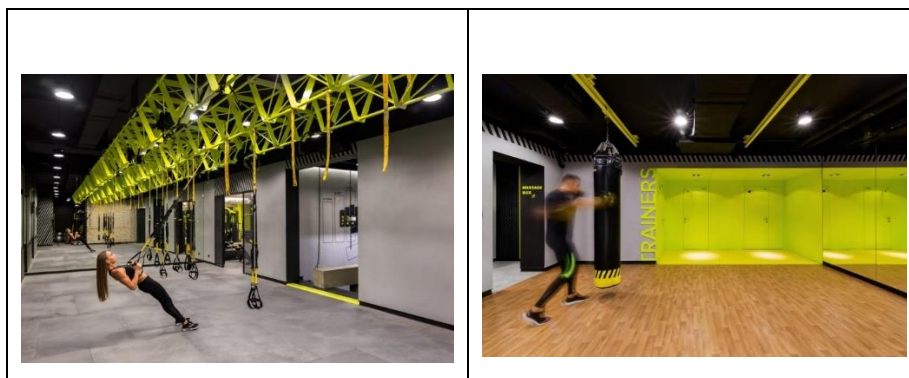
ділиться з нами Дмитро. - Все це схоже на спортзали радянських шкіл. Ми ж в цій роботі прагнули створити простір, коли постійний похід в спортзал міг перетворитися в приємну звичку для поступового поліпшення фігури і здоров'я. Скажу більше, зовнішній вигляд вирішувалося таким чином, щоб в ньому було комфортно займатися спортом і відпочивати після навантажень на такого ж повноцінному, ніж кафе або ресторани, інтер'єрі ».

Зазвичай над дизайном фітнес клубів особливо не замислюються, і в більшості випадків - це просто фарбовані або дзеркальні стіни. Тут же авторам довелося попрацювати над кожним кутом, кожним квадратним метром. Для реалізації задуманого Дмитро і Артем вдалися до допомоги перевірених підрядників (іржавий метал, бетонні умивальники, металеві зварні конструкції, художній розпис, брендинг, флористика) [7].

Тренажерний зал Palestra оснащений обладнанням Technogym для високого комфорту і максимальної результативності тренувань.

EBSH TRX BOX BAR, спроектований  
MONOARCHITECTS, Soesthetic group, Київ





*Рис.1.4.3. EBSH TRX BOX BAR*

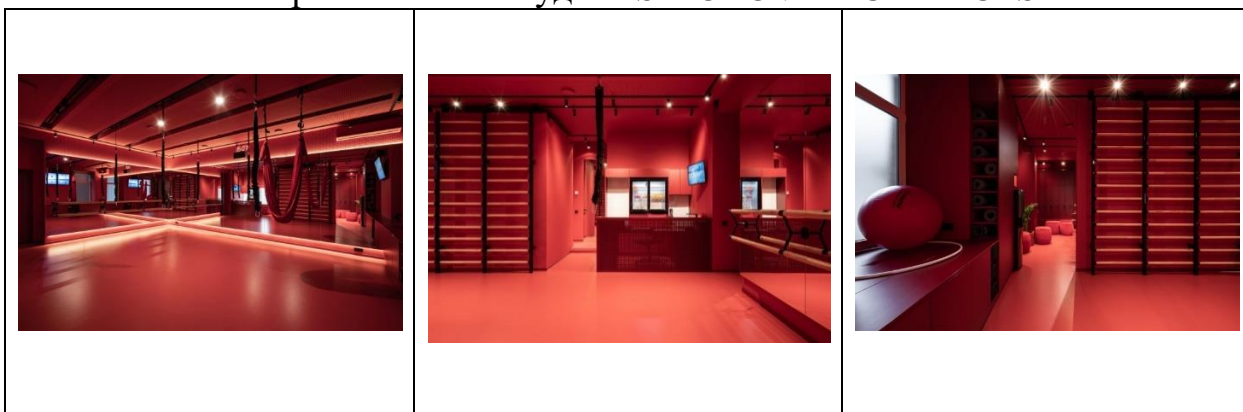
«Назва відображає ситуацію в клубі - кожне тренування безжалісніше попередньої (в перекладі з російської «Ебаш» - працювати). Ми створили агресивний дизайн з відтінком гумору. Контрастне поєднання лимонно-жовтого і чорного кольорів створює продуктивну роботу». MONO ARCHITECTS

Особливість нової тренувальної локації - наявність окремого залу з популярними нині петлями TRX (Total Body Resistance). Чорно-жовтий інтер'єр - стильний, «по-чоловічому грубий», дизайн привертає яскравими деталями.

Компактні приміщення з максимум функції, місцями незаймані елементи старого конструктиву, бетон, цегла і метал, розбавлені яскравими вставками кольору, роблять EBSH унікальним міксом контрастів, і найголовніше, живлять спортивної енергією своїх відвідувачів.

Зал AIR STRETCHING,

спроектований студією SIROTOV ARCHITECTS

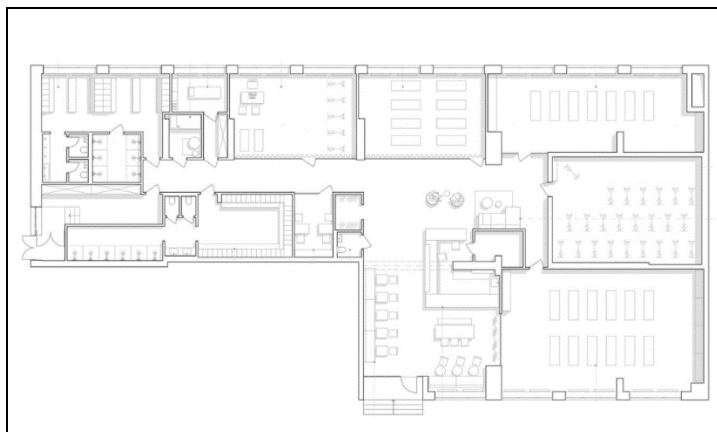


*Рис.1.4.4. Зал стретчингу в яскравому червоному «амплуа»*

«Кров, агресія, роздратування, бажання зійти з розуму і ще штук 100 емоцій можна отримати переглянувши цей проект від різних людей. Мене ніколи не приваблювала ідея робити «зал як у всіх» або взагалі щось як у всіх, тому що так прийнято або так «точно сподобається всім» ». Ігор Сіротов.

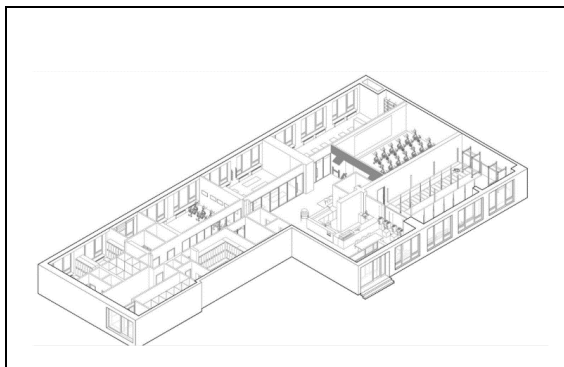
Робота наповнена яскравим червоним кольором та передає незвичні почуття. Сучасна спортивна споруда, це складний «організм» в якому переплетені і одночасно йдуть найскладніші процеси від інженерно -технічних систем до загального сприйняття атмосфери. Тому дана ідея була дуже сміливим рішенням.

### HARDIO, Студія Balbek Bureau



*Рис.1.4.5. Планування сучасної велосипедної студії HARDIO*

HARDIO – це приміщення алощею 600 кв. м. з кількома спортивними зонами, масажними кімнатами та лаунджем. Це дещо більше, ніж просто спортивний зал. Це центр, який об’єднує людей із подібними життєвими цінностями; це спортивний хаб із власним брендом одягу [8].



*Рис.1.4.6. 3D модель приміщення*

Сучасні нові фітнес – центри , що розміщені в Україні, відповідають популярними тенденціями. Практика українських дизайнерів не боїться втілювати в життя яскраві ідеї

### **Висновки до 1 розділу**

1. Під час написання дипломної роботи та проведенні досліджень було ознайомлено та використано безліч наукової нормативної документації та публіцистичної літератури.

2. Історія виникнення перших тренажерних залів нерозривно пов'язана з Античній Грецією. На рубежі тисячоліть у всьому світі з'явилися комплекси, що поєднують в собі гімнастичні зали, салони краси і сауни - сучасні фітнес - клуби.

Будівництво таких споруд пройшло довгий історичний розвиток, за цей час модернізувались принципи просторово - планувальної організації архітектурних форм та функціональна структура фітнес - центрів.

3. Аналіз сучасних аналогів закордонного досвіду в дизайн - проектуванні фітнес - центрів показав значну кількість цікавих об'єктів. В кожному з них архітектори та дизайнери самовиражаються по різному, кожна ідея та концепція має свої переваги.

4. Фітнес індустрія в Україні показує зростання за показниками кількості споживачів, об'єктів і загального добробуту галузі.

## **РОЗДІЛ 2. ФУНКЦІОНАЛЬНО - ПРОСТОРОВІ ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ ІНТЕР'ЄРІВ ФІТНЕС – ЦЕНТРІВ.**

### **2.1. Класифікація, споруд та приміщень фітнес-центрів**

Спортивні та фізкультурно - оздоровчі будинки і споруди класифікуються за їх функціональним призначенням залежно від видів спорту і діяльності дозвілля, а також за характером використання на:

- навчально - тренувальні (споруди де навчають різними видами спорту) ;
- спортивно - демонстраційні/спортивно - видовищні (приміщення з ареною, що трансформується, для поперемінного проведення змагань з декількох видів спорту або декількох видів культурно-видовищних або громадських заходів);
- фізкультурно - оздоровчі (заклади фізичної культури і спорту, які здійснюють фізкультурно - оздоровчу діяльність).

Навчально - тренувальні та фізкультурно - оздоровчі споруди можуть кооперуватися з культурно - видовищними і навчальними закладами.

Спортивні та фізкультурно - оздоровчі будинки і споруди за функціональним призначенням поділяються на комплекси та групи:

- основні, призначені безпосередньо для спортивних та фізкультурно-оздоровчих занять;
- допоміжні, призначені для осіб, які займаються, тренерів, а також медичні, службово-адміністративні, складські тощо;
- комплексу для глядачів.

Спеціалізація споруд за видами спорту і кількість місць для глядачів встановлюються завданням на проектування залежно від місцевих умов, чисельності населення і містобудівного значення спортивної споруди або комплексу [9].

## **2.2. Вимоги до земельних ділянок.**

1) Спортивні та фізкультурно - оздоровчі будинки і споруди слід розміщувати на сельбищній території, у місцях відпочинку населення та на інших спеціально виділених земельних ділянках, забезпечених зручними під'їздами і підходами від зупинок громадського транспорту згідно з ДБН 360 з обов'язковим додержанням - нормативного шумового режиму на прилеглий території житлової забудови та забезпеченням санітарних розривів до житлових та громадських будинків згідно з вимогами ДержСанПіН 173 п. 4.10, ДержСанПіН 203, СанПіН 42-128т4690, СанПіН 42-120-4948. Слід передбачати місця для транспортних засобів інвалідів та зручні підходи до них, які забезпечують пересування на кріслах-колясках.

2) Благоустрій території спортивних та фізкультурно - оздоровчих будинків і споруд, під їзди і пішохідні доріжки повинні проектуватися з урахуванням вимог ДБН 360, ДБН Б.2-41 ВСН 62.

Проїзди і пішохідні доріжки слід передбачати до всіх споруд, що розташовуються на земельній ділянці критих споруд і спортивних комплексів. Проїзди повинні мати удосконалене полегшене або капітальне покриття. Пішохідні доріжки, тротуари і пандуси, якими користуються інваліди на кріслах - колясках, повинні мати тверде шорстке покриття, яке в разі намокання не стає слизьким. Ширина пішохідних доріжок повинна прийматися не менше 1,8 м. Поздовжній їх уклон не повинен перевищувати 5 %, а поперечний - 1 %. У місцях перепаду рівнів між горизонтальними ділянками пішохідних шляхів слід передбачати влаштування пандусів і сходів. Уклон кожного маршруту пандуса не повинен перевищувати 3 %, а його довжина повинна бути не більше 10 м. Ширина пандуса повинна бути: за одностороннього руху - не менше 1,0м; за двостороннього руху - не менше 1,8м. Якщо поздовжній уклон перевищує зазначені межі для інвалідів, котрі користуються кріслами - колясками, слід передбачати спеціальні доріжки або пандуси.



3) Стоянки автомобілів проектуються згідно з вимогами ВСН 01. У разі використання спортивної споруди інвалідами вони повинні знаходитися не далі 40 м від входу до цієї споруди і мати з нею зручний зв'язок. Ширина стоянки для автомобіля інваліда повинна бути не менше 3,5 м.

Відкриті площинні спортивні споруди.

1) По обидва боки сходів або пандуса, призначеного для пересування людей з обмеженою рухливістю, повинні передбачатися огорожі з подвійними поручнями на висоті 0,7 м і 0,9 м. Довжина поручнів повинна бути більшою від довжини пандуса або сходового маршу не менше ніж на 0,3 м.

2) Для забезпечення орієнтації інвалідів із дефектами зору краї доріжок повинні виділятися смугами з чіткою фактурою і контрастним кольором. Бордюрні камені в місцях перетину з пішохідними шляхами слід передбачати зниженими, тобто заввишки 0,03-0,04 м. Застосування каменів і скошеною верхньою гранню не допускається.

3) Улаштування смуг безпеки для інвалідів на кріслах-колясках уздовж бігових доріжок навколо зон і майданчиків для спортивних занять інвалідів повинно передбачатися згідно з ВСН 62.

4) У сходовому марші повинно бути не менше трьох сходинок. Сходинки повинні бути глухими і рівними, без виступів, а по краях ширини маршів повинні мати бортики 0,05 м для запобігання зісковзуванню ноги, палиці, милиці. Ширина проступів відкритих зовнішніх сходів повинна бути не менше 0,4 м, а висота підйому - не більше 0,12 м. [9].

### **2.3. Санітарно - гігієнічні вимоги до спортивно - оздоровчих комплексів**

Спортивні споруди повинні відповідати встановленим санітарно-гігієнічним вимогам і нормам. До гігієнічних вимог спортивних споруд пред'являються особливо високі вимоги, тому що від їх санітарного стану залежить оздоровчий ефект занять фізичними вправами і спортом.

Гігієнічні вимоги до критих спортивних споруд. Спортивні приміщення (зали, плавальні басейни...) можуть розміщуватися у спеціальних або входити до складу громадських будівель (навчальних закладів, клубів та ін.) Службові приміщення в спортивній споруді повинні бути взаємопов'язані таким чином, щоб забезпечувалося рух займаються в наступній послідовності: вестибюль з гардеробною для верхнього одягу - роздягальні чоловічі і жіночі (з душовими і туалетами) - спортивний зал. Детальний розміщення виключає зустрічні потоки руху одягнених і роздягнених спортсменів, відвідувачів.

Важливе гігієнічне значення має внутрішня обробка приміщень. Стіни повинні бути рівними, без виступів і ліпних прикрас, стійкими до ударів м'яча і допускають прибирання вологим способом. Радіатори центрального опалення повинні бути розташовані в нішах під вікнами й укриті захисними решітками. Дверні отвори не повинні мати виступаючих наличників.

При фарбуванні стін слід враховувати ступінь відображення світла і вплив світла на психофізіологічні функції: зелений колір заспокоює і сприятливо діє на орган зору; помаранчевий і жовтий бадьорять і викликають відчуття тепла; червоний колір збуджує; синій і фіолетовий пригнічують.

При використанні масляної фарби не рекомендується покривати нею стіни і стеля повністю, так як це перешкоджає природній вентиляції приміщення.

Підлога має бути рівною, без вибоїн і виступів, неслизькою, еластичною, легко миється.

Особливе гігієнічне значення має створення в залах оптимальних мікрокліматичних умов: температура повітря повинна підтримуватися на рівні  $+15^{\circ}\text{C}$ , відносна вологість - 35-60%, швидкість руху повітря - 0,5 м / с. У залах для боротьби і настільного тенісу швидкість руху повітря не повинна перевищувати 0,25 м / с, а в душових, роздягалень і масажних - 0,15 м / с. Для забезпечення необхідного повітрообміну передбачається пристрій центральної припливно-витяжної вентиляції з розрахунком на подачу зовнішнього повітря не менше 80м<sup>3</sup> на годину на одного, хто займається і 20м<sup>3</sup> на годину - на одного глядача. Якщо немає такої можливості, влаштовується децентралізована штучна вентиляція з максимальним провітрюванням приміщень через фрамуги і кватирки.

Спортивні зали повинні мати по можливості пряме природне освітлення; штучне освітлення в залах здійснюється світильниками розсіяного або відбитого світла. Освітлення має бути рівномірним і забезпечувати необхідний рівень горизонтальної та вертикальної освітленості відповідно до встановлених норм.

Медичний пункт розміщують в безпосередній близькості від спортивного залу. На видних місцях повинні знаходитися вказівні стрілки, що показують розташування медичного пункту.

Обладнання та інвентар спортивних залів повинні бути справні і відповідати певним стандартам по формі, вазі і якості матеріалів. До них також пред'являється ряд гігієнічних вимог, спрямованих на попередження спортивних травм, усунення забруднення повітря пилом, відповідність снарядів віку котрі займаються. Все це створює умови для нормального навчально-тренувального процесу.

У спортивних залах необхідно щодня проводити вологе прибирання, а один раз на тиждень - генеральне прибирання з миттям підлог, стін і чищенням обладнання.

Особливий санітарно-гігієнічний режим встановлюється для штучних критих плавальних басейнів. Температура повітря в них може коливатися від +24° до +27° С, води - від +26° до +29° С (повітря завжди повинен бути на 2-3° Вище температури води). Вода повинна задовольняти вимогам, що пред'являються до питної. З цією метою кожні 2 години беруться проби води, які досліджуються в лабораторії.

Гігієнічні вимоги до відкритих спортивних споруд. Ці споруди, розташовувані на відкритому повітрі, можуть бути окремими або комплексними. Відкриті площинні спортивні споруди повинні мати спеціальне покриття з рівною і нековзною поверхнею, що не пилять в суху пору року і не містить механічних включень, що можуть призвести до травми. Трав'яне покриття (зелений газон), крім того, має бути низьким, густим, морозостійким, стійким до витоптування і частоті стрижці, а також до посушливої і дощової погоди. Покриття повинне мати ухили для відводу поверхневих вод. На території відкритих спортивних споруд необхідно спорудити фонтанчики з питною водою (радіус обслуговування не більше 75 м). Туалети повинні розташовуватися на відстані не більше 150 м від відкритих спортивних споруд. При проектуванні системи штучного освітлення на майданчиках для спортивних ігор необхідно забезпечити оптимальну освітленість не тільки поверхні самого майданчика (горизонтальна освітленість), але і простору в межах польоту м'яча (вертикальна освітленість). Освітлення має бути рівномірним.

У критих спортивних спорудах категорично забороняється палити, а також займатися не в спортивній формі [10].

## 2.4. Визначення функціональності та об'ємно - планувальні рішення.

Об'ємно - планувальне рішення фітнес – центру повинно визначатися особливостями будівлі та існуючого середовища, задовольняти містобудівну ситуацію і відповідати функціональним і технологічним вимогам. При роботі над проектом було звернено особливу увагу на створення чіткої функціональної структури будівлі, що забезпечує високі експлуатаційні якості об'єкта при створенні його виразного архітектурно-художнього образу.

Композиційно - планувальне рішення комплексу бувають як компактним, т. е. мати централізовану функціональну схему так і являти собою систему функціональних блоків, сполучених переходами, що забезпечують зручне функціонування об'єкта.

Основи просторової організації закладені адаптаційні моменти створення інтер'єрів, які підганяють обстановку під потреби і особливості характеру конкретної людини. Цими питаннями займається окреме відгалуження науки - психодизайн.

### Класифікація спортивних споруд

За об'ємно - планувальною конструкцією спортивні споруди діляться на криті та відкриті. Криті спортивні споруди - це споруди, в яких навчально-тренувальні заняття, змагання проводяться в критих залах, манежах, басейнах, палацах спорту і т.д. Відкриті спортивні споруди - це споруди, в яких навчально - тренувальні заняття, змагання проводяться не в приміщенні, а на свіжому повітрі.



Рис 2.3.1. Класифікація спортивних комплексів

Професійно спроектований фітнес - центр враховує всі особливості, необхідні для злаженої роботи тренажерного залу.

У планувальній організації кожного типу приміщень громадського призначення, відповідно до значення простору в їхньому функціонуванні, виокремлюють основний, додатковий і допоміжний простір.

Основний простір характерний найбільшими розмірами та найтривалішим з - поміж інших перебуванням відвідувачів. До структури приміщень основного простору може належати: глядацький зал, тренажерний зал, зал єдиноборств, зал аеробіки, зал для заняття йогою і пілатес, кардио - зал, сайкл зал, басейн і так далі. Тобто, приміщення, де людина проводить найбільше часу та найактивніший період перебування.

Додатковий простір підвищує загальний комфорт обслуговування, виконує рекреаційну функцію, наприклад, фойє, приймальня (ресепшн), фреш-бар, ресторан, медичний кабінет, дитячі кімнати, магазин, масажний салон.

В допоміжному просторі розташовані технічні засоби, які забезпечують комфортне середовище в основному та додатковому просторі – роздягальні, туалети, щитові, складські та технічні приміщення.

Для формування нових пропозицій спортивних комплексів потрібно аналізувати спортивні об'єкти того чи іншого призначення, їх кількість, місце розташування, об'ємно - планувальні структури.

Фітнес - центри сьогодні стають не тільки місцем активного відпочинку і підтримки себе в хорошій фізичній формі, але і місцем нових знайомств, зустрічей людей з схожою життєвою позицією, однаковими пріоритетами і інтересами. І саме тому, враховуючи прогресивні погляди відвідувачів і постійних клієнтів, проектування фітнес центра повинно відображати ці настрої і передбачати можливості для подальшого розвитку.

## **2.5. Взаємодія різних типів приміщень у планувальній організації будівлі.**

У планувальній організації одною із головних вимог являється органічно поєднати першокласне обладнання, передбачити правильну вентиляцію приміщення, хороше освітлення і загальний комфорт, витриманий в єдиному стилі. Для пропаганди здорового образу життя і, відповідно, хорошого відвідування фітнес - центру, потрібно спеціалізовані просторові приміщення, що враховують всю специфіку тренувань. Безумовно, всі тренажери та обладнання повинні бути зроблені під відомими світовими брендами, що давно завоювали собі визнання надійністю і безпекою.

На першому етапі дизайн-проект фітнес-центру підбирається найбільш вдале місце для розташування різних видів залів.

Переступаючи поріг фітнес-клубу, відвідувач попадає в холл-ресепшн і перше враження у клієнта про заклад складається саме там. Тому дизайн-проект фітнес-центру, починається саме з придання стилю саме цьому приміщенню. Центральна частина будь-якого холл-ресепшн - це стійка, вона повинна втілювати специфіку роботи фітнес-клубу і гармоніювати із загальним простором приміщення у всіх відносинах. Дійсно, тут, де «задається» базова думка про весь заклад, необхідно приділити максимальну увагу і загальній концепції, і колірним композиціям, і меблям, і обладнанню. Бо від того, наскільки все разом буде добре виглядати і працювати багато в чому, якщо не в основному і буде залежати базова думка кожного з нових клієнтів. Особливі акценти потрібно розставити на зручних меблях і стильних аксесуарах. Відвідувач, що попав в зону холл - ресепшн, повинен зануритися в атмосферу затишку і стилю, а далі робота консультантів, які повинні підібрати найбільш вдале рішення для кожного конкретного відвідувача.

На прикладі побудови планувальної організації приміщення розглянемо зал єдиноборств. Зали для єдиноборств користуються величезною популярністю, часто вони стають частиною фітнес-клубу або іншого спортивного закладу.

Для побудови приміщення потрібно розмістити зони – татами, рингів, килимів для боротьби, в залежності від того, якими видами спорту будуть займатися майбутні відвідувачі. Головні вимога до залу єдиноборств – практичність і функціональність, зручність для розміщення екіпіровки. Кожна із зон повинна бути витримана в певній стилістиці, враховувати національні особливості декора, характерні для країни, що є батьківщиною того або іншого вигляду єдиноборств і повністю відповідати їх духу.

На прикладі побудови планувальної організації приміщення залу для аеробіки, необхідно до всього іншого ще і враховувати різноманітні напрями самої аеробіки:

- класична аеробіка
- силова аеробіка
- танцювальна аеробіка

В залі потрібно установка виключно професійної звуковосупроводжуючої апаратури і відповідної їй акустики. Місця розташування акустичних систем і їх потужність розраховуються відповідно суворої конфігурації приміщення, висоти стелі і характеру звукопоглинаючого покриття стін і стелі, а також відповідно, характером звукопоглинання підлоги. Гучність звучання фонограм повинна бути не більше і не менше необхідної. Надмірність, як і недостатність цього показника, однаково роздратовують і швидко втомлюють. Погана звукоізоляція приводить до виникнення різноманітних паразитних резонансів, що також не кращим образом позначиться на самопочутті що займаються.



На прикладі побудови планувальної організації приміщення розглянемо зал для заняття йогою і пілатесом.

Для шанувальників духовних практик, що займаються по програмі «розумне тіло», зал проектується як «острівець духовності» в сучасному світі. Без необхідних знань і досвіду роботи, дизайнерське проектування залу для йоги і пілатес просто неможливо. Складно самостійно врахувати весь найдрібніший нюанс і специфіку роботи, застосовний для даної цільової аудиторії. Колірна гармонія і дизайн відповідний для духовної практики, повинні бути продумані у всьому.

Окремою увагою не можна також обійти і розробку дизайн-проект фітнес-центру для кардіо-залу. Тут обов'язково повинно передбачатися розміщення спеціального обладнання, призначене для тренування серцево-судинної системи. Різні бігові доріжки, крос-тренажери, лежачі тренажери, а також вело і веслові тренажери - абсолютно всі вони повинні бути обладнані сенсорними датчиками, контролюючими рівень встановленого навантаження. Зал повинен мати відмінну систему вентиляції і затишну атмосферу, витриману в єдиному стилі фітнес-центру.

Заняття на кардіотренажерах дуже популярні, але трохи одноманітніші. Для того щоб внести необхідну різноманітність і якимось зайняти увагу, тренажери в кардіозонах розміщують, орієнтуючи їх в одну сторону, створюючи ряди з урахуванням розташування що займаються таким чином, щоб всім було досить добре видно ряд або групу телемоніторів, встановлених або під стелею, або на стіні. Таке розташування, видимо і викликало асоціацію з театром і породило саму назву - кардіотеатр.

Розташування моніторів - самий важливий аспект при проектуванні кардіозони. При цьому важливо враховувати не тільки висоту підвісу моніторів, але і те, скільки моніторів з певним комфортом може переглядати той, хто займається. При побудові системи з колективними моніторами

бажано забезпечити перегляд з одного місця як мінімум двух-трьох моніторів, тільки в цьому випадку система кардіотеатра повністю розкриває свій потенціал. У зв'язку з цим очевидно, що найкращими є рішення, де монітори складають стіну або смугу наповнений мінімальними відстанями між ними. Також до кожного тренажера необхідно простягнути кабелі від стійки з обладнанням.

Комплекс фітнес - центру може мати басейни, а відповідно в задачу дизайнера входить створення гідного інтер'єра, безпека обладнання і приміщення, з грамотно складеним планом майбутнього резервуара. Для функціональності і хорошої проходимості, потрібно підбір якісного будівельного матеріалу. Потрібно пам'ятати про те, що басейн повинен володіти достатньою глибиною.

На прикладі побудови планувальної організації приміщення сайкл залу важливо звернути увагу на деякі деталі.

Сайкл - тренування - це не просто заняття на велотренажерах, це динамічні і дуже активні вправи.

Планування сайкл залу - це стоячі півколом навколо інструктора велотренажери. Бажано розміщувати на бічних стінах дзеркала. Світло в сайкл - студії повинне бути приглушене, а звук чітким. Передбачити правильне розташування велотренажерів один від одного, для зручного перебування. У інструктора повинний бути зручний доступ до стерео - системи.

На території фітнес - клубу обов'язково розміщується кафе або бар. Для приємного проведення часу і можливості відпочити після спортивних навантажень. Навряд чи хто відмовиться посидіти в затишній атмосфері, розташувшись на комфортних канапах, випити чашечку ароматної кави або келих прохолодних напоїв, щоб завершити програму відвідування фітнес - клубу.

Цікавим рішенням в дизайні фітнес - клубу є дитяча кімната, де відвідувачі зможуть залишити свого малюка в казковій атмосфері, з масою розважальних заходів, іграшок і гри. Основне завдання - це залучити бажання дитини відвідати це чудове місце ще і ще раз, а значить, задача дизайнера перетворити виділений квадратні метри в свято для кожної дитини.

Можна зробити висновок, що взаємодія різних типів приміщень у планувальній організації будівлі являється дуже важливою. Кожен тип приміщення має свою специфіку оформлення і залежить від багатьох факторів. Від інтенсивності тренування до виду заняття, а також функціонального призначення, яке своїм чином впливає на подальший розвиток концепції та ідеї.

## **2.6. Визначення кількості санітарно - технічних приладів для спортивних залів та приміщень фізкультурно - оздоровчих занять.**

Кількість санітарно-технічних приладів в громадських будівлях визначають залежно від типу будівлі. Основні вимоги до проектування санвузлів (Додаток А).

Згідно посібнику до СНП 2.08.02-89\*, в санітарних вузлах (з умивальниками в шлюзах) встановлюють наступне число санітарно-технічних приладів:

а) при роздягальнях для людей, які займаються:

- жіночих: один унітаз на 30 місць для перевдягання, але не менше одного;
- чоловічих: один унітаз на 135 і один пісуар на 45 місць для перевдягання, але не менше одного.

б) для співробітників інструкторського і тренерського складу:

- жіночих: один унітаз на 15 одноразово працюючих жінок, але не менше одного;

- чоловічих: один унітаз на 60 і один пісуар на 20 одночасно працюючих чоловіків, але не менше одного унітаза.

При числі одночасно працюючих чоловіків і жінок менше 20 людей передбачається загальний санітарний вузол на один унітаз;

в) для глядачів:

- жіночих: один унітаз на 40 осіб;
- чоловічих: один унітаз на 330 і один пісуар на 66 чоловік.

У кожному приміщенні санітарного вузла має бути, як правило, не більше 40 приладів (унітазів, пісуарів).

У жіночих санвузлах ставлять один умивальник на чотири унітазу, в чоловічих - один умивальник на вісім приладів (унітазів, пісуарів).

Кількісне співвідношення чоловіків і жінок, співробітників інструкторського і тренерського складу - як правило, становить 1: 1.

У санітарних вузлах для глядачів розрахункову кількість глядачів-чоловіків зазвичай приймають виходячи з 60%, а в залах, призначених для футболу, і ковзанках, призначених для хокею, - виходячи з 70% від загального числа глядацьких місць; розрахункове число глядачів-жінок у всіх випадках визначають виходячи з 40% від загальної кількості місць. Інші співвідношення можуть бути взяті з завдання на проектування виходячи з місцевих демографічних особливостей.

Душові потрібно розміщувати суміжно з гардеробними. У випадках спільного зберігання в гардеробній всіх видів одягу обладнуються переддушові для переодягання. Не допускається розміщувати душові та переддушові біля зовнішніх стін будівель. Кількість душових сіток визначають згідно додатку (додаток Б). Душові обладнуються відкритими кабінами, що мають розміри 0,9 x 0,9 м, загородженими з трьох сторін.

Допускається до 20% душових кабін передбачати закритими (розмірами 1,8 х 0,9 м). Ширина проходу між рядами душових кабін приймається не менше 2 м.

## **Висновки до 2 розділу**

1. Спортивні та фізкультурно - оздоровчі будинки і споруди класифікуються за їх функціональним призначенням залежно від видів спорту і дозвільної діяльності, а також за характером використання на:

- навчально - тренувальні (споруди де навчають різними видами спорту);
- спортивно - демонстраційні/спортивно - видовищні (приміщення з ареною, що трансформується, для поперемінного проведення змагань з декількох видів спорту або декількох видів культурно-видовищних або громадських заходів);
- фізкультурно - оздоровчі (заклади фізичної культури і спорту, які здійснюють фізкультурно - оздоровчу діяльність).

2. Об'ємно-просторова організація фітнес-центрів визначається нормами та всесвітніми стандартами до проектування.

3. Спортивні та фізкультурно - оздоровчі будинки і споруди повинні розміщуватися на сельбищній території, у місцях відпочинку населення та на інших спеціально виділених земельних ділянках, забезпечених зручними під'їздами і підходами від зупинок громадського транспорту.

4. Композиційно-планувальне рішення комплексу бувають як компактним, т. е. мати централізовану функціональну схему так і являти собою систему функціональних блоків, сполучених переходами, що забезпечують зручне функціонування об'єкта.

5. Виокремлюють 3 види функціонального планування громадського приміщення: основний, додатковий і допоміжний простір.

6. Ергономіка визначається наявністю та кількістю необхідного технічного обладнання, розміщеного в загальному просторі. У приміщенні повинна панувати атмосфера, яка відповідає відповідному виду тренування.

7. Було вивчено норми та правила проектування санітарно - технічних приладів в громадських будівлях спортивного призначення.

## **РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ ДИЗАЙНУ ФІТНЕС-ЦЕНТРІВ**

### **3.1. Тенденції в конструюванні меблів та обладнанні фітнес центрів.**

Важливим аспектом при проектуванні меблів та розташування обладнання є і їх конструкція, тобто будова, взаємне розташування частин корпусу, адже простота схеми монтажу, її відповідність стійкості всієї конструкції, компактна організація конструктивних елементів, їх міцність, легкість матеріалів тощо допомагає втілити в життя той рівень комфорту.

За видами меблі поділяються на: функціональні, конструктивні, технологічні, техніко - економічні та естетичні.

Загальний вигляд залу - перше, на що звертає увагу 100% відвідувачів, а тренажери - основне, що на нього впливає. Кастомізація і брендування оснащення підвищує загальний статус фітнес центру.

Основними групами товарів (обладнання) для оснащення фітнес клубу є:

1. Кардіотренажери (бігова доріжка, еліптичний тренажер, степпер, гребний тренажер, велотренажер). В основному дана категорія тренажерів служить для розминки перед основним тренуванням. Заняття триває 5-10 хвилин, за цей час відбувається розминка суглобів, а також розігрів м'язів, за рахунок припливу крові. Однак є категорії клієнтів, які приділяють більше уваги даними тренувань для зниження ваги, за рахунок спалювання жиру, який організм споживає для отримання енергії. Також кардіотренажери

покращують функціональну витривалість, тобто здатність переносити довгі фізичні навантаження на організм без зниження ефективності.

2. Силові тренажери. Дана група займає більше місця за площею в залі і включає в себе більше 20 видів тренажерів на різні групи м'язів. Розрізняють блокові тренажери і тренажери навантажуються дисками (вільне володіння вага). Блокові тренажери в основному користуються популярністю у новачків, тому що правильність виконання вправи визначається заданою траєкторією руху на заводі виробнику. Тренажери на вільних вагах, часто можна побачити в фітнес клубах, площа яких понад 300 - 400 м<sup>2</sup>, т.к. ці тренажери спеціалізовані і спрямовані на просунутих користувачів. Блокові тренажери зручніше у використанні клієнтом, тому що для зміни навантаження потрібно всього лише переставити фіксатор в блоці на потрібну вагу, а не тягати важкоатлетичні диски по залу.

3. Лави, машини сміта і стійки. Незамінні тренажери в будь-якому фітнес клубі незалежно від площі. Основні базові вправи виконуються саме з їх допомогою (жим лежачи, присідання зі штангою, станова тяга). Лави для преса і гіперекстензії займають одне з перших місць у відвідувачів клубів, тому що дані тренажери розвивають м'язи спини і преса, які впливають на поставу.

4. Диски, грифи, гантелі і аксесуари. Наявність цієї номенклатури обов'язково для клубу. Ручки, тяги, манжети, пояси збільшують варіанти виконання вправ на блокових тренажерах і тренажерах на вільних вагах.

Всі перераховані вище категорії товарів розташовуються, як правило, в одному приміщенні розділені на зони.

5. Обладнання для аеробіки. Групові заняття, такі як йога, степ-аеробіка, пілатес і т.п. проводяться в окремих приміщеннях під керівництвом професійного тренера. Для проведення занять необхідний комплект професійного обладнання включає в себе: степ, килимки для йоги і аеробіки,

гантелі невеликих ваг, бодібари, м'ячі для пілатес і багато іншого. Остаточний вибір обладнання проводиться під тренера, однак стандартний набір повинен бути присутнім обов'язково. Кількість обладнання визначається розміром приміщення і числом відвідувачів.

Дизайн інтер'єру фітнес-центру передбачає структуру вимог до меблів та обладнання: надійність в експлуатації, вузлів, з'єднань, стійкості конструкції, забезпечення необхідної міцності при ударних, статичних і змінних навантаженнях; забезпечення простоти вирішення конструктивної схеми виробу, його складових елементів та механізмів; необхідність раціональності як конструкції загалом, так і матеріалів та вузлів цієї конструкції зокрема; необхідність трансформативності меблів; вимога урахування нових прогресивних конструкцій і структур; потреба урахування взаємозв'язку матеріалів і конструкцій, їх залежності при утворенні форм.

### **3.2. Просторове наповнення фітнес – центрів.**

Виділяють індивідуальне просторове наповнення фітнес - центрів і спортклубів. До нього відноситься таке обладнання:

- локери (шафи) для роздягалень;
- обладнання для кріплення спортивного інвентарю;
- шафи індивідуальної розробки для зберігання спортивного інвентарю;
- барні стійки (каркаси і обшивка металом);
- барні підвісні полиці;
- індивідуальні елементи освітлення;
- інформаційні та рекламні стійки, вивіски та ін .;
- індивідуальні декоративні елементи (вхідні ручки, ручки на локери, каркаси для умивальників, умивальники, та ін.);
- декоративні перегородки;
- інші індивідуальні елементи декору та архітектури для фітнес-центрів і спортзалів.



Розглянемо аналоги обладнання та індивідуальні елементи оформлення фітнес - центрів.

### Шафи для роздягалень



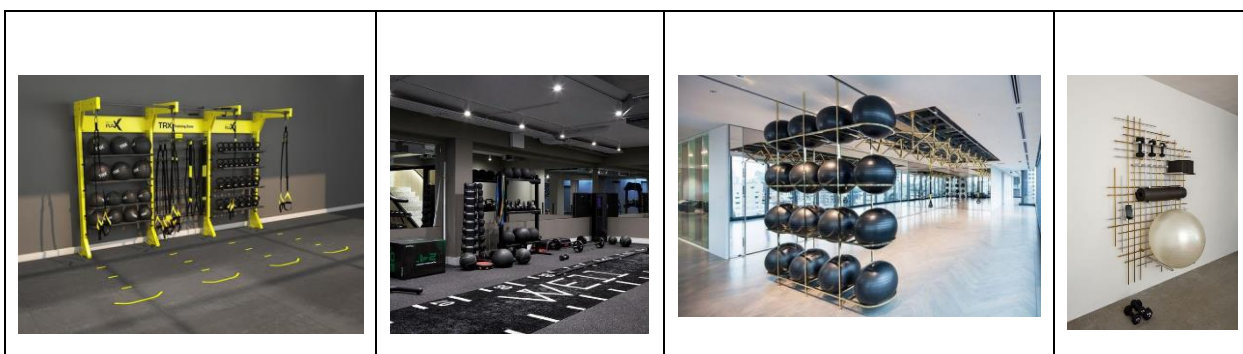
*Рис.3.2.1. Локери та шафи у роздягальні*

Розрізняють шафи самих різних габаритів, так само є можливість спроектувати «під замовлення», шафа виготовлена за індивідуальними кресленням під потрібні розміри і наповнення. Але існують і стандартні з такими розмірами:

- Висота – 1м 85 см
- Глибина – 0,5 м
- Ширина – 0,3 – 0,5 м (корелює з числом відсіків)
- Вага – від 20 до 70 кг.

Висота повинна вмещувати одяг в повний зріст – плащі, пальто, тому габарити по висоті значні.

### Обладнання для кріплення спортивного інвентарю



*Рис.3.2.2. Полиці та спеціальне обладнання для спортивних снарядів*

Обладнання і спортивний інвентар повинні відповідати правилам занять і змагань із даних видів спорту. Основна гігієнічна вимога до спортивного інвентарю – травмобезпечність. Важливою умовою при проектуванні фітнес центрів є передбачити надійне кріплення та підсилення для опор, які тримають той чи інший спортивний снаряд. Розташування обладнання передбачає безпечну зону навколо кожного гімнастичного снаряда. Снаряди не повинні мати у вузлах і з'єднаннях люфтів, коливань, прогинів, деталі кріплення (гайки, гвинти) мають бути надійно закрученими.

### Індивідуальні елементи освітлення



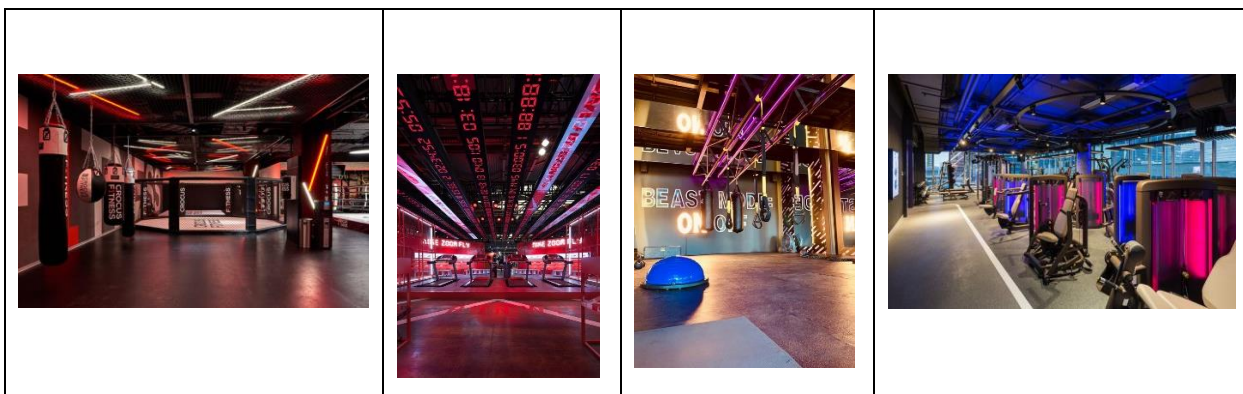
*Рис.3.2.3. Освітлення в просторі фітнес-центру*

Освітлення в приміщеннях, які призначені для занять, має відповідати таким цілям і задачам:

- отримання бадьорої атмосфери, яка стає стимулом до активних тренувань і фізичних навантажень (загальне освітлення);
- безпеку перебування відвідувачів на об'єкті (розробка аварійного та евакуаційного освітлення);
- формування позитивного іміджу спорт - центру, створення його виразного і запам'ятовуючого образу;

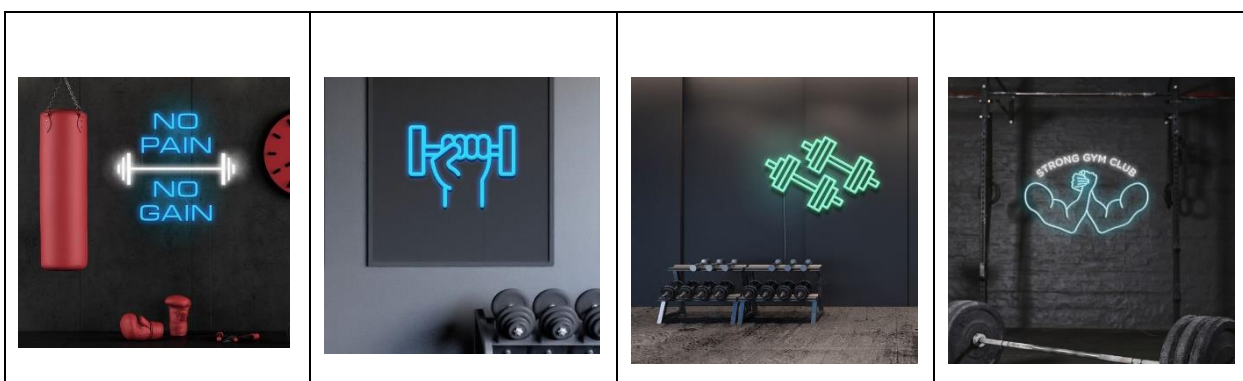
Освітлення в фітнес - центрах може бути спокійним і легким, як у перших прикладах та більш збудженим і мотивуючим, як на прикладах нижче.

Створена світлова система повинна відповідати чинним вимогам, обов'язково потрібно брати до уваги специфіку виду спорту, для якого призначений об'єкт.



*Рис.3.2.4. Освітлення в просторі фітнес-центру*

Одним з останніх трендів в дизайні приміщень стало використання різних символів, слів чи навіть цілих виразів, зібраних з тонких освітлюючих шнурів або трубок. На прикладах, які забражені нижче, забражені мотивуючі вирази та зображення у вигляді грифу з гантелями та армрестлінгу. Неонові знаки – це три в одному: прикраса для стін, світло для кімнати і виразний фактор уваги.



*Рис.3.2.4. Індивідуальні елементи освітлення в якості декору*

Аварійне освітлення належить до категорії обов'язкових для усіх великих адміністративних, виробничих, комерційних, розважальних, освітніх об'єктів та установ охорони здоров'я. Воно складається з декількох десятків показників та світильників, які допомагають людям зорієнтуватися у просторі при виникненні надзвичайної ситуації, знайти вихід та вибратися з

задимленого приміщення. У звичайних ситуаціях подібне обладнання малопомітне, однак воно постійно несе свою відповідальну службу.

Евакуаційне освітлення підрозділяється на: освітлення шляхів евакуації, антипанічне освітлення і освітлення зон підвищеної небезпеки.

- Аварійне освітлення підключається до джерела живлення, не залежного від джерела живлення робочого освітлення.

- Індекс кольоропередавання на застосовуваних джерел світла для аварійного освітлення повинен бути не менше ніж 40.

- Евакуаційне освітлення повинно забезпечувати безпечний вихід людей з приміщення в разі надзвичайної події, наприклад, відмова робочого освітлення, пожежа тощо.

- Освітлення шляхів евакуації має забезпечувати створення прийнятних візуальних умов для евакуації людей з будівлі, а для місць виконання робіт зовні будівлі – у безпечне місце, створюючи при цьому умови для надійного виявлення засобів безпеки і обладнання для пожежогасіння.

Освітлення шляхів евакуації в приміщеннях має бути:

- перед кожним евакуаційним виходом;
- в коридорах і проходах по шляхах евакуації;
- в місцях зміни (перепаду) рівня підлоги або покриття;
- на сходах кожен марш повинен бути освітлений прямим світлом, особливо верхня і нижня сходинки;
- в зоні кожної зміни напрямку шляху;
- на перетині проходів і коридорів;
- перед кожним пунктом медичної допомоги;
- в місцях розміщення засобів екстреного зв'язку;
- в місцях розміщення первинних засобів пожежогасіння;
- в місцях розміщення плану евакуації;
- зовні перед кожним кінцевим виходом з будівлі.

В сучасному просторі аварійне освітлення використовують як елемент дизайну. Воно може мати особливий «авторський» вигляд шрифту, матеріалу або підсвітку.

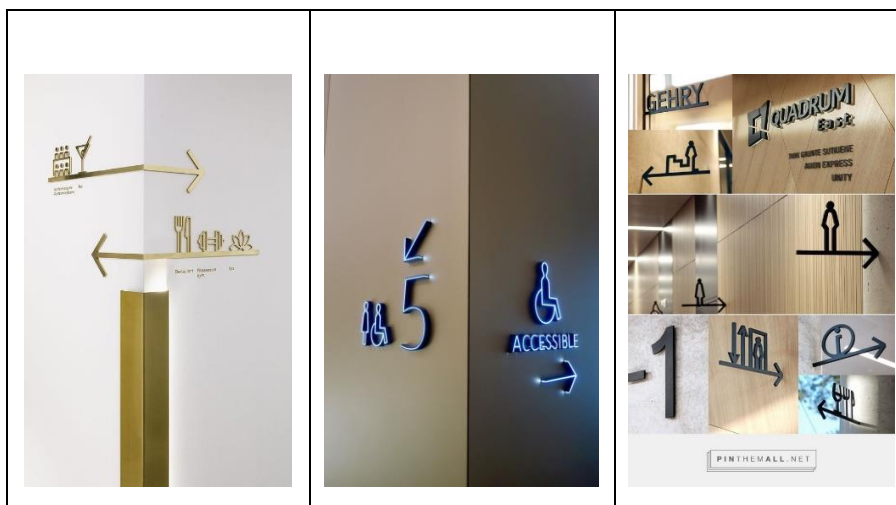


Рис.3.2.5. Аварійне освітлення в якості декору та функціонального наповнення простору

### Інформаційні та рекламні стійки, вивіски та ін.

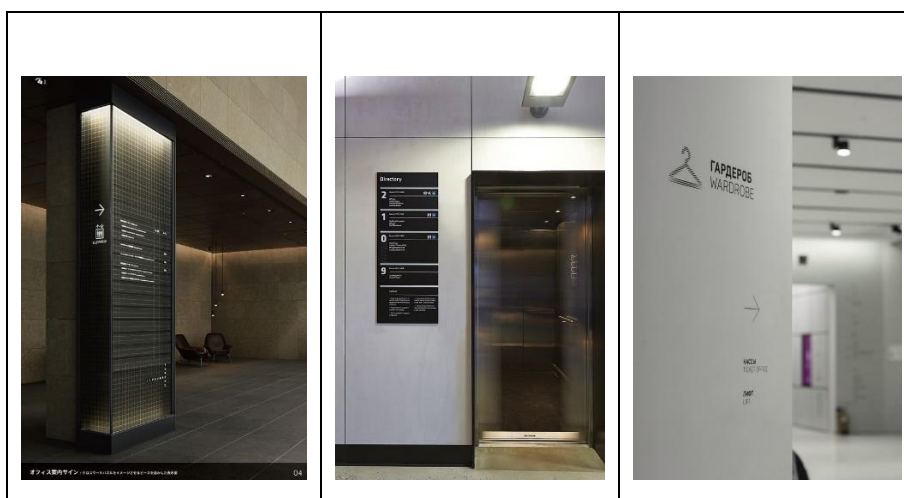


Рис.3.2.6. Інфостійки

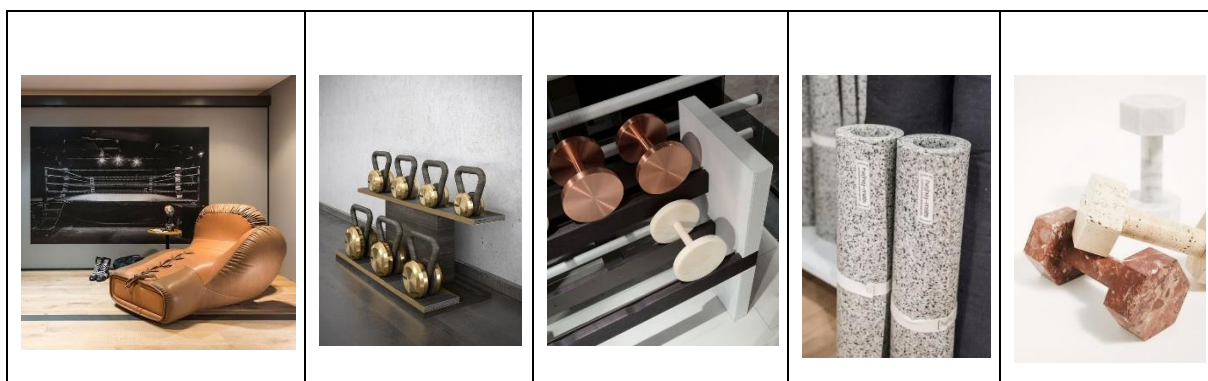
Рекламно - інформаційні стійки – це багатофункціональні та презентабельні конструкції, які дозволяють вирішувати будь - яке рекламне завдання шляхом компактного та повного подання необхідної інформації.

Даний елемент є частиною сучасного простору, який відповідає всім необхідним вимогам для ефективної їх експлуатації. Найбільш цікавими та оригінальними будуть ексклюзивні стенди, зроблені за спеціальним

замовленням. Вони виготовляються з кращих матеріалів, можуть мати будь-який вид, різні форми. Акумулюючи ці властивості, вони завжди мають унікальний дизайн. Виділятися з загальної маси, привертати увагу, викликати інтерес і запам'ятовуватися - це завдання ексклюзивних стендів. (Рис.3.2.6.)

### Індивідуальні декоративні елементи

Хто сказав, що тренажери та обладнання не можуть бути гарними? В сучасному просторі важливо використовувати індивідуальні рішення для оформлення фітнес центру. Це не просто тренажери та елементи декорування - це просторове наповнення, що має функціональний та естетичний аспект.



*Рис.3.2.7. Спортивні снаряди, як елемент декору*

Яскраві та функціональні предмети дизайну – візитна картка сучасного іміджу фітнес – центру. Навіть такі елементи, як спортивні снаряди можуть виглядати декором, який в свою чергу виконує і функціональне призначення.

### Декоративні перегородки

Облаштування фітнес - центрів накладає певні зобов'язання на використання матеріалів і меблів за критеріями безпеки, якості, зовнішньої привабливості та ергономіки. Саме тому все частіше в спортивних залах можна зустріти міцні і красиві перегородки, відомі своєю багатофункціональністю. Вони доречні в приміщенні басейну, залі групових тренувань, дитячій кімнаті, приміщенні для кардіонагрузок.

Також скляні перегородки можуть вільно використовуватися при оформленні вхідних груп, холів і коридорів фітнес-центру. Для більшої зручності відвідувачів їх можна обладнати доводчиками, тоді прозорі панелі будуть слухняно роз'їжджатися в сторони, коли до них наближаються люди.

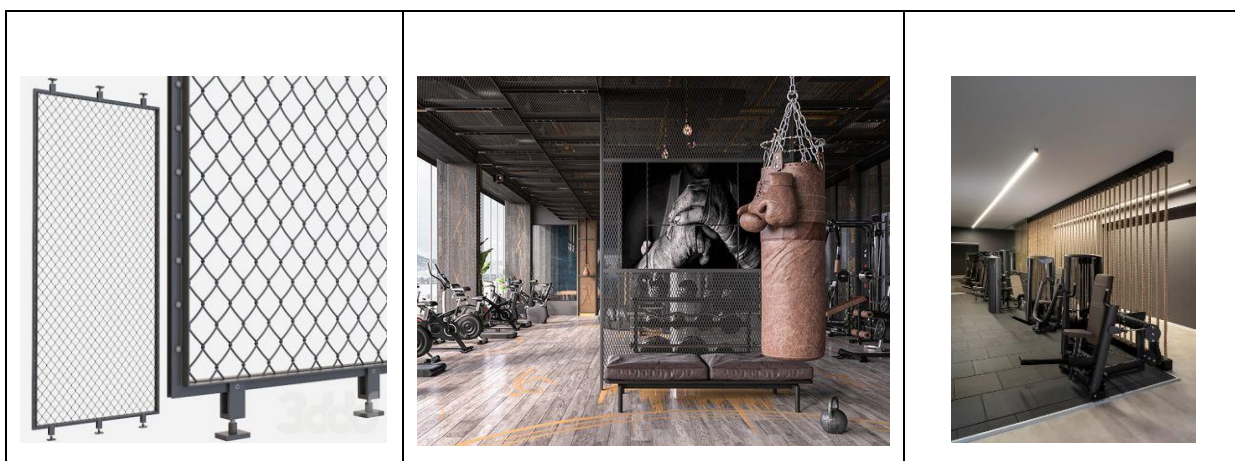
Перегородки для спортивних залів ефективно розмежують простір, роблять його більш зручним, затишним і функціональним. Оскільки їх установка проводиться дуже швидко.

### Стаціонарні та мобільні перегородки для фітнесу

Стаціонарні перегородки виконують функції стіни. Вони можуть бути прозорими, напівпрозорими або непрозорими суцільними - все залежить від матеріалу, з якого виготовлена конструкція. Стаціонарні системи оптимальні в тому випадку, якщо зал потрібно розділити на ізольовані зони.

Кріпляться стаціонарні перегородки до підлоги, стін і стелі. Вони характеризуються відмінною звукоізоляцією і є досить жорсткими. Якщо знадобиться, в них можна вирізати отвори для дверей і вікон.

Мобільні конструкції легко збираються і розбираються, їх можна рухати, переносити з місця на місце.

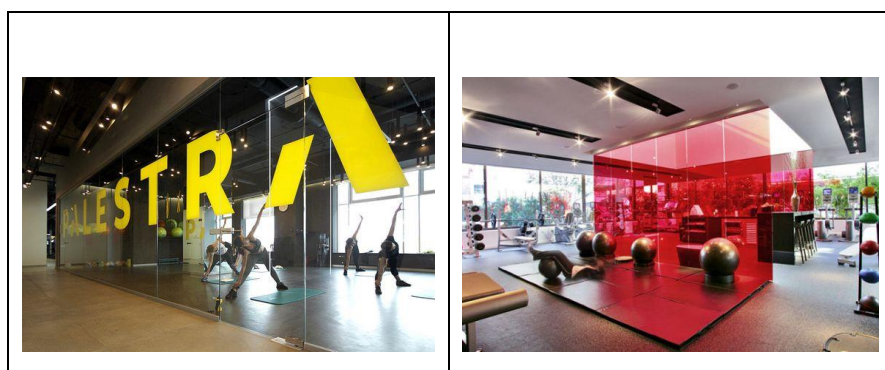


*Рис.3.2.8. Мобільні перегородки*

## Види перегородок для фітнес - центрів

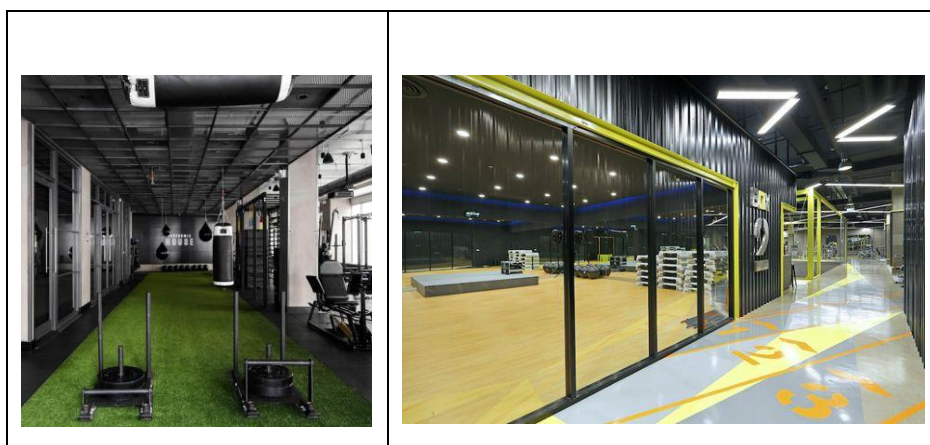
Залежно від того, з якого матеріалу зроблено внутрішнє заповнення, стаціонарні перегородки класифікують на:

Скляні. Є пожегобезпечними, дозволяють реалізовувати найрізноманітніші проекти. Практично не знижують рівень природного освітлення, візуально збільшують площу приміщень фітнес-центру. Виконані з міцного загартованого скла, витримують сильне ударне навантаження. Не псуються під впливом високої вологості і температурних перепадів.



*Рис.3.2.9. Скляні перегородки*

Алюмінієві. За рахунок наявності профілів, що вирівнюють куточки і стулок, торцевих заглушок виглядають солідно і дорого. При необхідності в них може бути реалізована можливість розведення комп'ютерних і телефонних мереж, електроживлення.



*Рис.3.2.10. Алюмінієві перегородки*



Головна характеристика несучих стін (перегородок) в тому, що вони стоять на фундаменті або інших несучих конструкціях. Важлива характеристика перегородок – звукоізоляція. Потрібно розуміти, що запобігання надмірному шуму визначається двома якостями матеріалу. По-перше, перегородка повинна віддзеркалювати звук, а по-друге – поглинати звукові коливання. Для приміщень такого типу, як фітнес-центр звукоізоляція повинна бути передбачена.

Найбільш поширені види перегородок дають можливість забезпечити необхідну звукоізоляцію.

- *Газобетон і керамоблоки* відрізняються і масивністю, і пористістю. Вони вигідні тим, що одночасно поглинають і відбивають шум. Конструкції товщиною 10 см забезпечують прийнятний індекс звукоізоляції близько 35-40 дБ (вимога згідно з нормами – 43 дБ). Якщо ж потрібно підвищити шумоізоляцію, варто передбачити порожній прошарок між двома вертикальними рядами кладки або облицювати перегородку гіпсокартоном.
- *Збірні перегородки* теж ефективні. Зовнішні шари тут відображають звук, а внутрішні вкладиші з мінеральної вати відповідають за шумопоглинання. Звукоізоляція збірних перегородок покращується при збільшенні маси і жорсткості облицювання, а також при більшому проміжку між шарами і використанні більш надійних звукоізоляційних матеріалів. Поліпшити шумопоглинання можна і шляхом подвійного облицювання, наприклад гіпсокартоном.

Дизайн фітнес залу повинен бути обов'язково привабливим і комфортним: максимальної функціональності інтер'єру можуть надати саме перегородки.

### **3.3. Художньо - стильові особливості в дизайні інтер'єрів фітнес – центрів.**

При виборі дизайнерських деталей потрібно шукати такі рішення, які:

- Відповідають фірмовому стилю;
- Зберігають функціональність приміщення (освітлення, огляд і т.д.);
- Не викликають аналогій.

Основною відмінністю сучасних стилів є функціональність в поєднанні з простотою і легкістю. Найчастіше, сучасні стилі грають на контрасті ознак (колір, матеріал, текстура), але мають загальну підставу за іншими ознаками (загальне розуміння настрою, тектоніки, масштабності).

Архітектурно - художнє вирішення повинне відповідати образу спортивної споруди для корисного та раціонального відпочинку.

Дизайн може надати величезний вплив на зміну сприйняття і змін того, як люди відчувають себе, коли вони знаходяться в клубному просторі. Просто тренування не існують окремо, і що дизайн критично важливий для формування відносин клієнтів і клубу.

Важливість кольору явно переоцінюється у клубному просторі. Якщо подивитися на обкладинку будь - якого великого журналу в газетному кіоску - Cosmo, Vogue, ELLE, або щось ще, і ви виявите, що їх кольори неймовірно актуальні і відповідають трендам. Але в наступному році буде зовсім інша тенденція, тому вибір кольорів, які будуть вічно привабливими, майже неможливий для клубу.

Основна палітра клубу повинна бути заснована на матеріалах, які використовуються, тому що це чесно і автентично. Використання дерева, якийсь матеріал для стін, кольорове скло, стельове покриття - все це залишиться надовго.

Важливим фактором є не дозволити стилю переважити над суттю.

### **Висновки до 3 розділу**

1. Загальний вигляд залу - перше, на що звертає увагу 100% відвідувачів. Кастомізація і брендування оснащення підвищує загальний статус фітнес центру.

2. Дизайн інтер'єру фітнес-центру передбачає структуру вимог до меблів та обладнання: надійність в експлуатації, вузлів, з'єднань, стійкості конструкції, забезпечення необхідної міцності при ударних, статичних і змінних навантаженнях; забезпечення простоти вирішення конструктивної схеми виробу, його складових елементів та механізмів; необхідність раціональності як конструкції загалом, так і матеріалів та вузлів цієї конструкції зокрема; необхідність трансформативності меблів; вимога урахування нових прогресивних конструкцій і структур; потреба урахування взаємозв'язку матеріалів і конструкцій, їх залежності при утворенні форм.

3. Були розглянуті індивідуальні елементи оформлення простору фітнес-центрів:

- Обладнання та оснащення фітнес – центрів.
- Декоративні елементи.
- Перегородки.
- Специфіка освітлення.

4. При формуванні художньо – стильових особливостей важливо дотримуватись принципу відповідності фірмового стилю та дотримання всіх функціональних потреб.

## РОЗДІЛ 4. ДИЗАЙН-ПРОЕКТ ІНТЕР'ЄРІВ ФІТНЕС - ЦЕНТРУ (НА БАЗІ КОНКРЕТНОГО ПРИКЛАДУ).

### 4.1. Завдання на проектування.

Вихідні дані до дипломного проекту: план БЦ PROTASOV першого поверху, який знаходиться в м. Київ на вулиці Миколи Грінченка.

Об'єкт проектування – це будівля бізнес центру, в якій використовуються блоки приміщень культурно - масового обслуговування за різним призначенням.

Одним із завдань, було переоблаштувати простір дитячого садка на фітнес - центр : «RUN WHEEL CLUB» (укр. бігти, колесо/велосипед, клуб) . Для формування нових пропозицій спортивного комплексу, було досліджено різні концепції об'ємно - планувального рішення, класифікації та види тренувань на які можна опиратись. Основним напрямком у формуванні концепції фітнес - центру є новий перспективний вид тренувань – сайклинг.

Сайкл - аеробіка (від англ. cycle - велосипед, їздити на велосипеді) - тренування на спеціальному велотренажері, який називається Сайкл. Це вид аеробіки високої інтенсивності.

Актуальність теми обумовлена тим, що спортивні комплекси є популярні серед відвідувачів, ця сфера є успішним розвитком в сучасному суспільстві. Існують нові тенденції спортивних споруд, які потребують пошуку нових перспективних шляхів вдосконалення у напрямку інтеграції спортивних та культурно - розважальних функцій у повному їх обсязі.

Фізкультурно - спортивні споруди – це система, яка постійно змінюється, вона нерозривно пов'язана з розвитком суспільства. Соціальні зміни, що відбуваються в суспільстві, викликають до життя нові види та форми фізкультурно-оздоровчих та занять пов'язаних з дозвіллям:

1. Змінюються спортивно-технологічні параметри місць проведення занять; збільшується частка універсальних, багатофункціональних приміщень і споруд;

2. Забезпечується доступність фізкультурно-спортивних споруд для інвалідів;

3. Зростає комфортність споруд, їх інтер'єрів і зовнішнього середовища; все більше уваги приділяється привабливості архітектурного вигляду фізкультурно-спортивних споруд.

4. Використовуються різноманітні нестандартні стильові рішення. Практика показує різні концептуальні основи, які використовуються в сучасних фітнес центрах [11].



*Рис.4.1.1. Фасад будівлі*

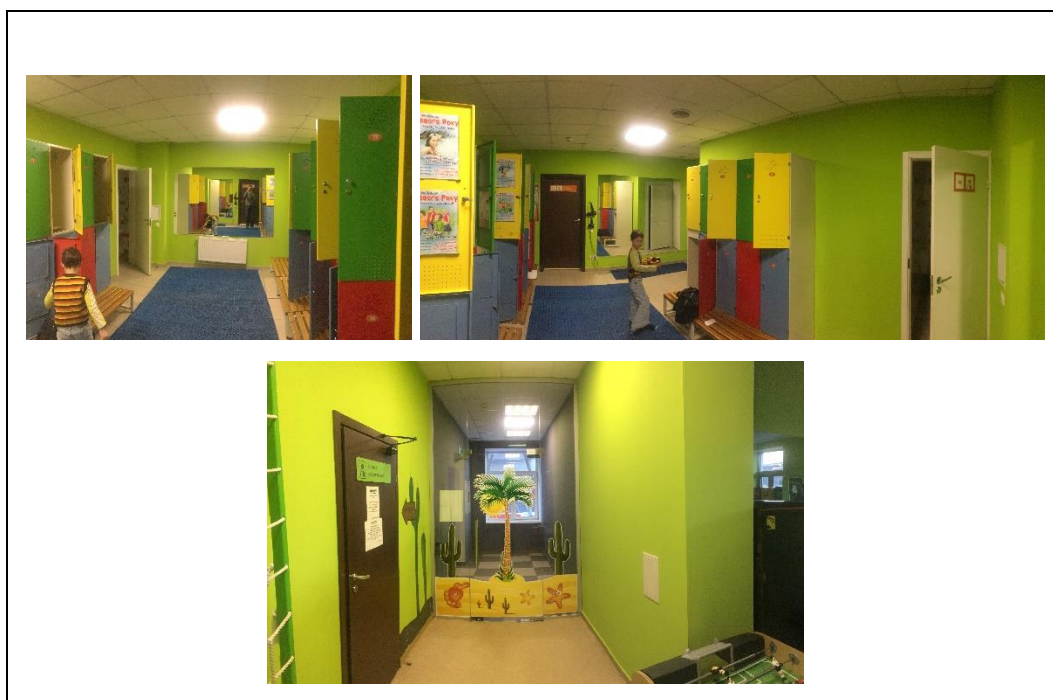
Відповідно до законів України "Про благоустрій населених пунктів", були встановлені чіткі правила щодо розміщення вивісок, збереження автентичності історичного середовища та привабливості міста.

Місце розміщення вивіски - зовнішня поверхня фасаду першого поверху будинку, будівлі, споруди, біля входу, де юридична або фізична особа займає

приміщення, між віконними отворами першого поверху, а також між віконними отворами першого та другого поверхів дво - чи багатопверхового будинку, будівлі, споруди при умові, що центральна горизонтальна вісь вивіски знаходиться не вище центральної міжвіконної горизонтальної вісі.

Центральна міжвіконна горизонтальна вісь - лінія, яка проходить горизонтально по центру між крайньою верхньою частиною віконної рами першого поверху та крайньою нижньою частиною віконної рами другого.

Як і передбачено нормами, було розроблено вивіску з логотипом фітнес-центру та зафіксовано на спеціально відведеній лінії.



*Рис.4.1.2. Фотофіксація приміщення інтер'єру до перепланування*

#### **4.2. Конструктивні та об'ємно - просторові особливості фітнес – центру.**

За класифікацією об'ємно - просторового рішення спортивний комплекс відноситься до критої споруди, в якій навчально - тренувальні заняття відбуваються закритих залах. Будівля має відкрите просторове наповнення, яке простежується наявністю колон. Висота стін 4 м. Загальна кількість проєктованої будівлі налічує 500 кв. м.

Проектування громадських будівель в тому числі і спортивних комплексів розвивається в часі як за кількістю так і за якістю. Даний об'єкт орієнтований на багатозагальну об'ємну структуру приміщень, яка поєднує в собі суспільне, культурне та спортивне життя.

Після перепланування будівлі просторовий аналіз показує наявність багатофункціонального наповнення простору. Проектована площа включає наступні зони:

- Зона рецепції.
- Зона, де можна придбати спортивний одяг.
- Зона смузі - бару.
- 2 зали для сайкл - тренування.
- Душеві та санвузли.
- Відпочинкову зону для відвідувачів.
- Адміністративне приміщення (тренерська) в якій є наявні: роздягальня / гардероб, окрема душова та складське приміщення.

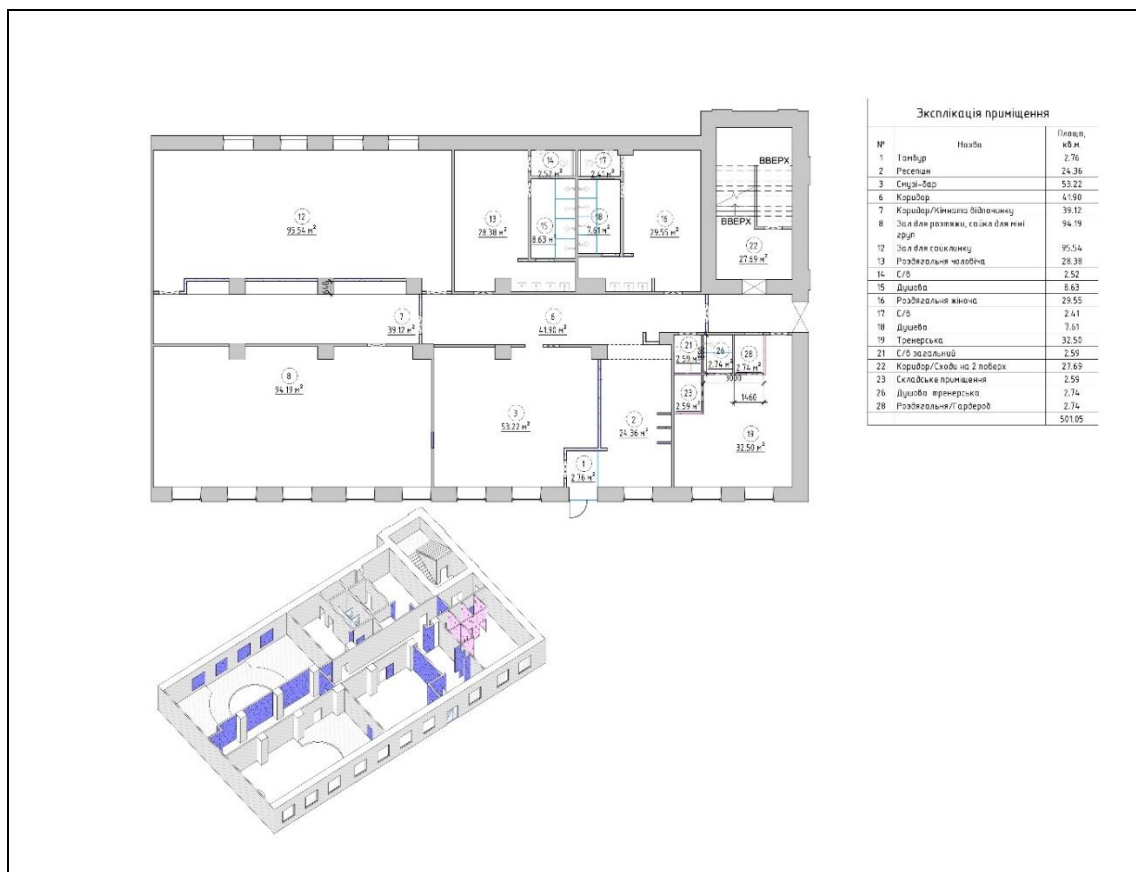
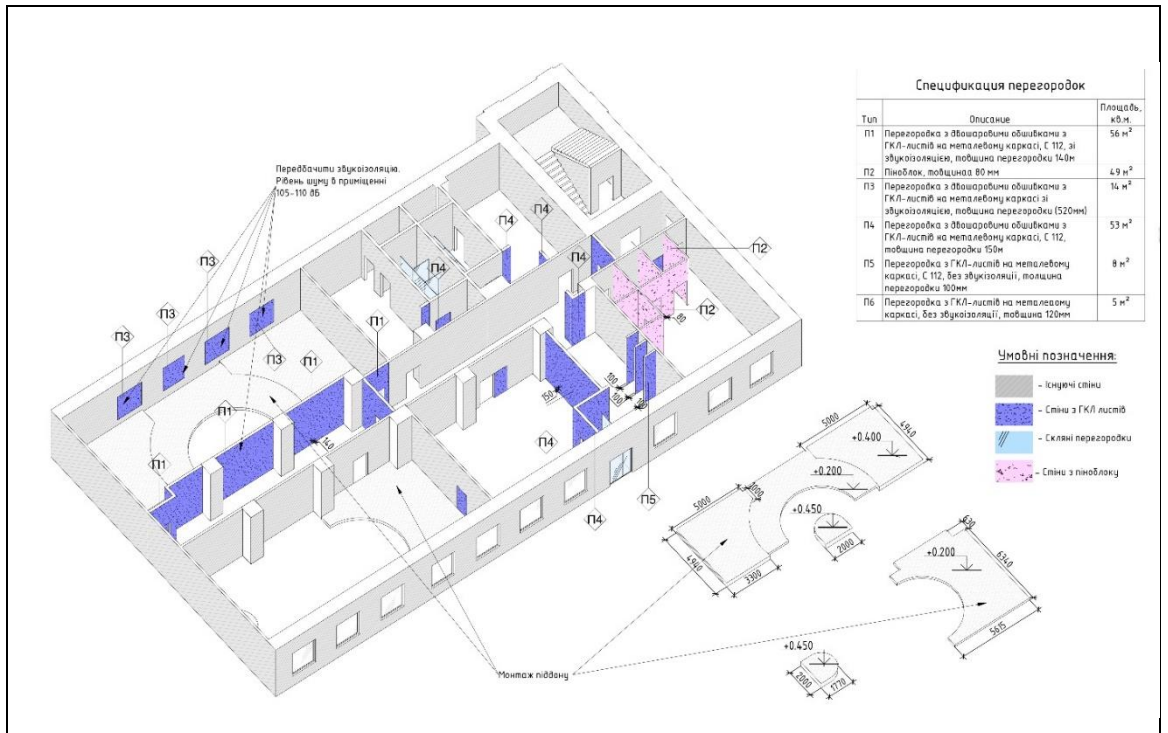


Рис. 4.2.1. План після перепланування приміщення



4.2.2. Схема новозведених перегородок

Виділяються дві основних схем руху:

- Рух відвідувачів
- Рух персоналу

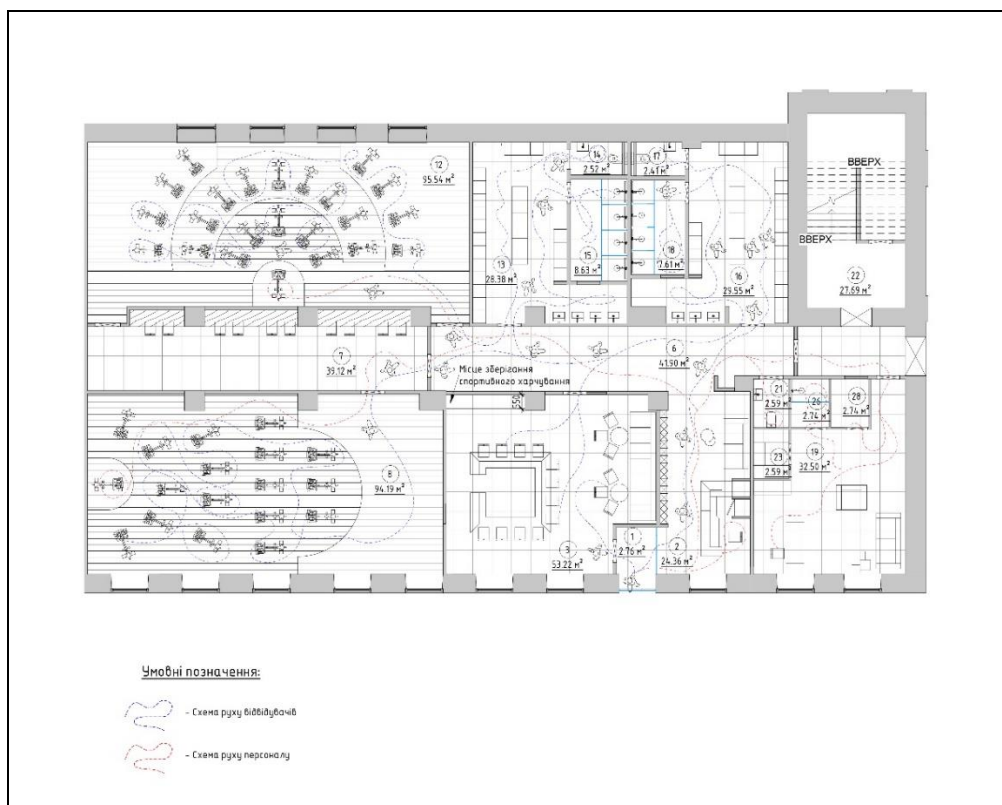


Рис. 4.2.3. Схема руху



### 4.3. Концептуальне рішення дизайну інтер'єрів

Основна концепція полягає у створенні цікавого сучасного фітнес – центру, де основним напрямком є сайкл - тренування.

Сайкл - це групові тренування на стаціонарних велосипедах, яка імітують гонки різної інтенсивності. Програма стала популярною в фітнес - клубах завдяки своїй неймовірній ефективності. Формат тренувань дозволяє зацікавити як людину, яка взагалі до цього не займалася фітнесом, так і спортсмена - любителя чи фітнес - ентузіаста.

Планування сайкл залу - це стоячі півколом навколо інструктора велотренажери. Однією із вимог в проектуванні даного виду приміщень є світло в сайкл – студії, яке повинне бути приглушене. Сайклинг вважається моноформатом, та попри це теж поділяється на напрями.

Тренування бувають націлені на :

- концентрацію, де у фокусі мета й результат. Тут є поділ на рівні складності залежно від підготовки, досвіду та прагнень;
- тренування відбуваються під певну музику і дають шалений заряд ендорфінів і позитивного вайбу;
- тренування проходять в двох положеннях: сидячи і стоячи.

Ідея: створити дизайн - пропозицію у стилістиці soft - loft (м'який лофт), яка буде відповідати сучасним тенденціям та вимогам організації простору спортивної споруди.

Кольорова гамма: контрастний інтер'єр з яскравими акцентом жовтого кольору.

#### 4.4. Оздоблювальні матеріали

Використовуючи фірмовий стиль, метою було відчутно підвищити конкурентність: яскраві акценти жовтого кольору, мотивуюча атмосфера в сайкл – залі, створення зони де можна придбати фірмовий одяг і ексклюзивний, яскравий дизайн приміщень. Фірмовий стиль присутній в інтер'єрі всіх приміщень, який складає в пам'яті єдиний цілісний образ.

Відповідно, спортивний комплекс претендує на ексклюзивність, всі приміщення оформлені в одному загальному стильовому рішенні.

До оздоблювальних матеріалів відносяться матеріали, які відповідають наступним характеристикам:

- Відмінна звукоізоляція
- Безпека при експлуатації
- Наявність підвищених амортизаційних властивостей
- Оптимальна міцність, надійність і зносостійкість
- Ергономічність обслуговування
- Приємний зовнішній вигляд, який буде радувати відвідувачів

На стінах використані гіпсові панелі, які фарбуються в пожежнобезпечну та екологічно чисту фарбу.

Підлогове покриття вкрите керамогранітом. Це універсальний матеріал, який підлягає тривалому терміну служби.

В залі для тренувань підлогове покриття з каучуку, яке є вулканізованим, в основі нього лежить натуральна або синтетична гума. Вулканізована підлога відрізняється міцністю, пружністю, пожежостійкістю та відсутністю токсичності.

#### 4.4. Авторські розробки для інтер'єру фітнес – центру

Розробка дизайн інтер'єру є фундаментом створення гармонійного простору. Кожна авторська концепція – це ексклюзив, гармонічна відповідь на індивідуальні вимоги та потреби.

В проєкті фітнес – центру були використані такі елементи:

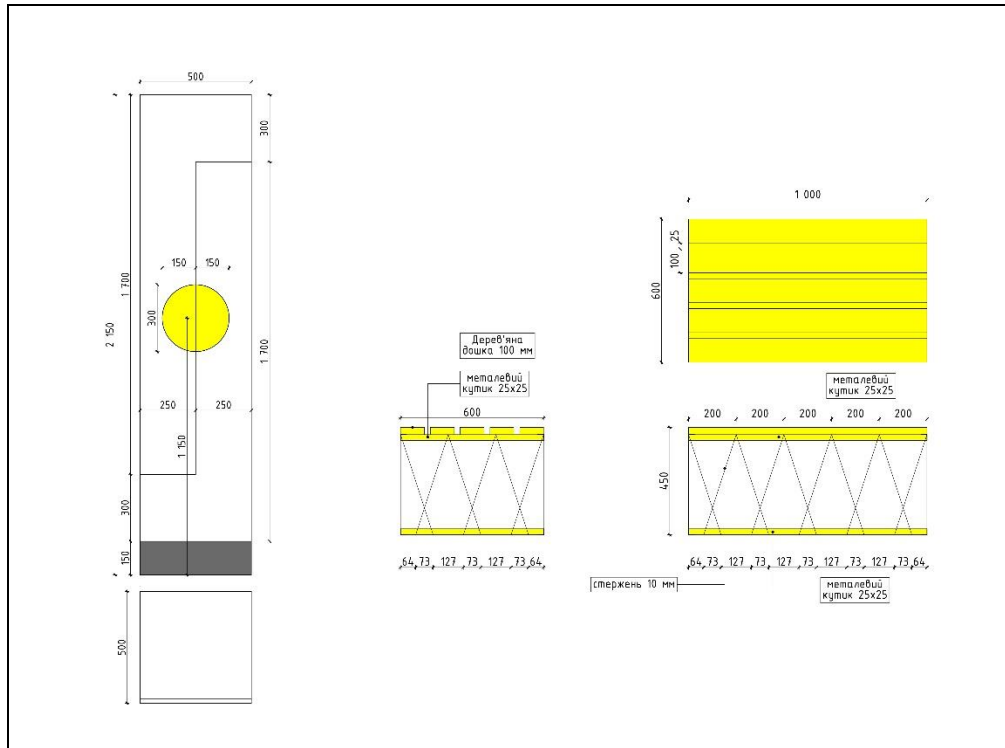


Рис. 4.5.1. Розробка локерів та лави

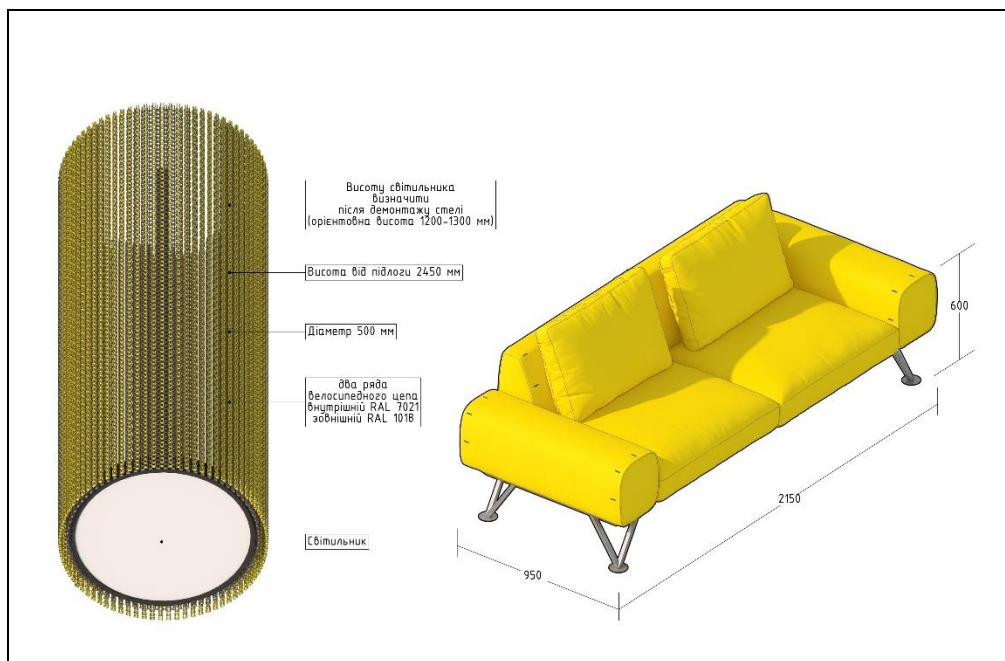


Рис. 4.5.2 Розробка лампи та диван під замовлення

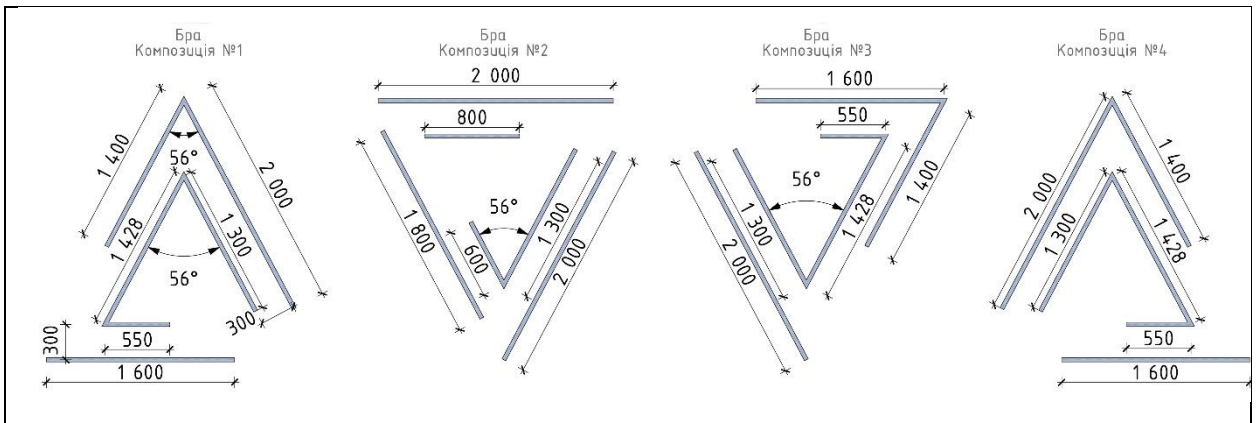


Рис. 4.5.3. Креслення для виготовлення бра композицій



Рис. 4.5.4. Розробка логотипу, як елемент фірмового стилю

#### Висновки до розділу 4

Проект та технічні рішення відповідають екологічним вимогам та правилам. Високі стелі, великий простір, яскраві акценти, підкреслена функціональність і технологічність притаманні стилю софт-лофт.

Також можна зазначити, що кольорове рішення простору для занять спортом обиралося відповідно до передбачених видів тренувань:

- Насичені кольори та приглушена атмосфера впливають на психіку збуджуючи і провокуючи до посилених тренувань.

Сайкл тренування відносяться до силових інтенсивних видів, тому простір був оформлений у відмовідному стилі.

Фірмовий стиль присутній в інтер'єрі всіх приміщень, який складає в пам'яті єдиний цілісний образ.

Відповідно, спортивний комплекс претендує на ексклюзивність, всі приміщення оформлені в одному загальному стильовому рішенні.

## **РОЗДІЛ 5. ОХОРОНА ПРАЦІ**

### **5.1. Небезпечні та шкідливі чинники при розробці інтер'єрів фітнес – центрів.**

Метою охорони праці є оцінка обстановки і характеристик процесу в частині його впливу на здоров'я і життя працівника чи відвідувача.

Законодавство виділяє такі основні шкідливі і небезпечні фактори в Україні:

#### 1) Фізичні небезпечні і шкідливі виробничі фактори:

- незадовільний мікроклімат (температура, вологість, вентиляція повітря, інфрачервоне або ультрафіолетове випромінювання) в приміщенні;
- барометричний тиск;
- постійні електричні поля і випромінювання;
- високий рівень промислових шумів і вібрацій (місцеві або загальні);
- недостатнє природне або технічне освітлення.
- підвищена яскравість світла;
- пряме та відбите випромінювання, що створює засліплюючу дію.

#### 2) Хімічні небезпечні виробничі фактори, які передбачають використання небезпечних речовин хімічного походження.

#### 3) Біологічні характеристики (мікроорганізми, патогенні мікроелементи).

Всі шкідливі і небезпечні фактори середовища пов'язані загальними рисами, а саме наявністю в них негативних наслідків у формі захворювання, короткочасного або постійного зниження працездатності особи, порушення здоров'я.

4) До психофізіологічних небезпечних та шкідливих факторів належать фізичні (статичні та динамічні) і нервово - психічні перевантаження (емоційні перевантаження).

Велика увага приділяється дотриманню санітарно - гігієнічних норм. До них відносяться не тільки дотримання правил гігієни, а й рівень освітленості, вентиляції та якість теплопостачання в приміщенні.

Мікроклімат являється основною проблемою в проектуванні фітнес-центрів. Недостатня вентиляція спортзалів призводить до того, що всередині стає душно, спекотно, і з'являються неприємні запахи. В результаті, продуктивність тренувань знижується, у спортсменів з'являється задишка, і бажання повторного відвідування клубу пропадає. Ще одна проблема - цвіль і грибок, що утворюється через підвищеної вологості і знищує спортінвентар. Розвиваючись в басейні, душових і роздягальнях, грибкові колонії шкодять здоров'ю клієнтів.

Державними нормами пропонується подача свіжого повітря в кількості не менше 80 м<sup>3</sup>/год на кожного спортсмена, та 20 м<sup>3</sup>/год на кожного глядача, якщо в спортзалі є трибуни. При цьому обсяги припливу і витяжки повинні збігатися. Також в приміщенні спортивного залу не допускається створення протягів.

Часто вентиляція спортивних установ працює разом з системою повітряного опалення. В басейнах системи вентиляції пов'язані з каналними осушувачами. З метою збереження дизайну інтер'єру припливне і витяжне вентиляційне обладнання спортивних установ нерідко встановлюється на даху.

Краща вентиляційна система спортзалу - примусова. Саме з її допомогою можливо збереження тепла перед його викидом в атмосферу і очищення повітря, що поступає від пилу і алергенів. До того ж, така система забезпечить свіжим повітрям спортзал з будь якою висотою стель.

Під час примусової вентиляції свіже повітря проходить фільтрацію, підігрів /охолодження і поставляється по периметру залу через систему повітропроводів з повітророзподільними пристроями. Витяжка проводиться з верхньої зони.

У порівнянні з залами спортивними, тренажерні зали часто мають більш низькі стелі. Причина очевидна - приміщення такого типу часто розміщуються в житлових будинках і на цокольних поверхах.

Якщо вентиляція спортивних залів природного типу цілком допустима, і однократного повітрообміну там буває достатньо, то для тренажерних залів, де потрібно 6-8 кратний повітрообмін, наявність примусової вентиляційної системи припливно-витяжної типу є обов'язковою умовою [12].

Таким чином, можна зробити висновок, що забезпечення охорони праці в фітнес-центрах дуже важлива і відповідальна частина його життєдіяльності, нехтування якою може привести до дуже сумних наслідків.

## **5.2. Забезпечення пожежної та вибухової безпеки в фітнес-центрах**

На жаль, останнім часом в Україні та й в усьому світі збільшилась кількість пожеж на об'єктах із масовим перебуванням людей. Особам, відповідальним за пожежну безпеку об'єктів з масовим перебуванням людей, вкрай важливо усунути всі умови виникнення таких надзвичайних ситуацій, а також передбачити засоби для мінімізації їх наслідків.

До основних порушень, які можуть створити загрозу життю та здоров'ю людей у разі пожежі, належать:

- використання в конструкціях і оздобленні приміщень легкозаймистих небезпечних матеріалів з високою димоутворювальною здатністю і токсичністю, що може призвести до швидкого поширення вогню і загибелі людей;
- нехтування обробленням горючих конструкцій вогнезахисними сумішами;

- захащення евакуаційних шляхів і виходів, що може ускладнити рух людей до безпечної зони;
- відсутність або несправність систем протипожежного захисту, які забезпечують своєчасне оповіщення про пожежу, управління евакуацією, обмеження поширення вогню [13].

Для забезпечення надійного протипожежного захисту необхідно пильно контролювати:

- здійснення безпечної експлуатації електротехнічного та інженерного обладнання, засобів зв'язку;
- дотримання вимог пожежної безпеки під час проведення вогневих та будівельно - монтажних робіт;
- забезпечення об'єкта первинними засобами пожежогасіння та системами протипожежного захисту.

Вимоги до приміщень:

На видних місцях біля телефонів необхідно вивісити таблички із зазначенням номера телефону для виклику пожежно - рятувальних підрозділів.

Необхідно на видному місці розмістити плани евакуації людей на випадок пожежі, а також інструкцію з пожежної безпеки. Інструкція визначає дії персоналу для безпечної та швидкої евакуації людей. Для об'єктів з перебуванням людей уночі інструкція повинна також передбачати дії персоналу у нічний час. Не рідше одного разу на півроку мають проводитися практичні тренування всіх задіяних працівників.

Розміщення меблів і обладнання у приміщеннях не повинно перешкоджати евакуації людей і підходу до засобів пожежогасіння.

Дерев'яні та інші легкозаймисті конструкції всередині й зовні будівлі мають піддаватися вогнезахисній обробці за винятком вікон, дверей, воріт, підлоги,



стелажів. У разі виявлення пошкодження просочення варто провести заходи щодо його відновлення.

Місця встановлення вогнегасників повинні бути легкодоступними та помітними, при цьому необхідно забезпечити захист вогнегасників від потрапляння прямих сонячних променів та безпосередньої дії опалювальних і нагрівальних приладів.

Пожежні щити, інвентар, інструмент, вогнегасники в місцях встановлення не повинні створювати перешкоди під час евакуації.

Об'єкти з масовим перебуванням людей мають бути обладнані системами протипожежного захисту, зокрема установками пожежної сигналізації, автоматичними системами пожежогасіння, а також системами оповіщення та управління евакуацією людей.

Системи пожежної сигналізації призначені для раннього виявлення пожежі й подавання сигналу тривоги з метою вжиття необхідних заходів (евакуації людей, виклику пожежно-рятувальних підрозділів, запуску систем димо- та тепловидалення тощо). На великих об'єктах варто передбачити управління системами протипожежного захисту з приміщення пожежного поста (диспетчерської або іншого спеціального приміщення з цілодобовим перебуванням чергового персоналу). Це приміщення має бути площею не менше 15 м<sup>2</sup> та розташоване на першому або цокольному поверхах будівель. [13].

Вимоги до евакуаційних шляхів та виходів	
1	Евакуаційні шляхи забороняється захащувати
2	У приміщенні, яке має один евакуаційний вихід, дозволяється одночасне перебування не більш 50 осіб
3	Двері на шляхах евакуації повинні відчинятися в напрямку виходу з будівель (приміщень)
4	Зовнішні сходи, коридори, проходи та інші шляхи евакуації повинні забезпечуватись евакуаційним освітленням, яке необхідно під час перебування у будівлі людей вмикати з настанням сутінків
5	У закладах, де можуть перебувати одночасно більше 100 осіб, евакуаційні виходи позначаються світловими покажчиками з написом «Вихід» білого кольору на зеленому тлі, підключеними до джерела живлення аварійного освітлення, або які перемикаються на нього автоматично в разі зникнення живлення на їх основних джерелах
6	У разі відключення електроенергії обслуговуючий персонал об'єктів повинен мати електричні ліктари

Рис. 5.3.1. Вимоги до евакуаційних шляхів

## **Висновки до розділу 5**

1. До основних небезпечних та шкідливих чинників в проектуванні фітнес - центрів відноситься недотримання мікрокліматичних умов. Краща вентиляційна система спортзалу - примусова. Саме з її допомогою можливо збереження тепла перед його викидом в атмосферу і очищення повітря, що поступає від пилу і алергенів.

2. Під час дослідження та виконання дипломного проекту було опрацьовано та дотримано всі гігієнічно - санітарні норми.

3. Легкозаймісті фарби та елементи важливо піддавати вогнезахисній обробці для забезпечення надійного протипожежного захисту.

## **РОЗДІЛ 6. ОХОРОНА НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА**

### **6.1 Екологічні вимоги до дизайн-проектиування фітнес-центрів.**

Екологічний дизайн ставить перед собою за мету створення оптимальних умов задоволення людських потреб, не порушуючи при цьому рівноваги навколишнього середовища, коли дотримується принцип екології 3R (reduce, reuse, recycle - скорочувати, повторно використовувати, переробляти). Філіп Старк зауважив, що екологія – це питання довговічності.

Завданнями екологічного дизайну є:

- вдосконалення екологічної ситуації шляхом створення продуктів, що відповідають вимогам природи, людини і культури;
- пошук балансу між вдосконаленням форми і функції об'єктів дизайну та дотриманням принципів екологічного підходу;
- перегляд матеріалів і технологій з точки зору екологічних норм;
- формування нової культури споживання, структури потреб, заснованих на скороченні надлишкової кількості продуктів;

Виходячи з принципів розумного споживання, якостями продукту екологічного дизайну повинні бути: багатофункціональність, модульність, трансформованість, довговічність, гігієнічність, несхильність моді, розумна

економічність. Щоб предметно - просторове середовище було комфортне (і екологічне) для людини, безумовно, необхідно виконати ергономічні вимоги.

Основними принципами екологічних вимог є використання натуральних, швидко відновлюючих матеріалів, виробництво яких не впливає негативно на екологію, нетоксичність, використання енергозберігаючих технологій, простота і безпека утилізації, можливість повторного використання матеріалів з мінімальною екологічною шкодою.

Дотримуючись цих стійких принципів дизайну інтер'єру, можна зменшити негативний вплив суспільства на навколишнє середовище.

## **6.2 Сучасні екологічні тенденції в дизайні приміщень фітнес-центрів**

Звернення до природи завжди допомагало знайти людині натхнення і емоційне розвантаження. Екологічний дизайн з'явився як відповідь на масове виробництво, шкідливе для навколишнього середовища і неуважне до потреб людини в ХХ столітті. Головним принципом стала гармонія з природою і відповідальність перед навколишнім середовищем. Головні принципи екологічних тенденцій інтер'єру:

- Відсутність шкідливих компонентів в меблях і предметах побуту
- Відсутність шкідливих викидів і випромінювань від матеріалів
- Безпечна утилізація матеріалів
- Вторинна експлуатація матеріалів

Створити інтер'єр з дотриманням екологічних тенденцій для громадських приміщень не так просто. Перший мінус - натуральні матеріали коштують дорожче, ніж їх імітація. До того ж, вони менш зносостійкі. Ну і головний недолік - природні матеріали в масі своїй дуже добре горять.

У зв'язку з цим в приміщенні фітнес - клубу важко створити еко інтер'єр за всіма канонами, частіше це ілюзія еко-дизайну. Якщо гармонійно і ергономічно організувати простір, розставити не пригнічуване на психіку світло, віддати перевагу природнім відтінкам і фактурами в обробці стін, то клієнти отримають ілюзію єднання з природою і цінний емоційний настрій.

Зв'язок з природою в сучасному світі стає необхідністю, і бути "екологічним" - усвідомленим і етичним по відношенню до природи - вже давно вважається хорошим смаком у жителів мегаполісів. Екологічні тенденції - серйозний світовий бізнес - тренд, який потрібно використовувати в фітнес клубах. Здоров'я і природа взаємопов'язані. Людина, оточена природою навіть в закритому приміщенні, буде приймати весь світ за свій будинок.

### **Висновки до розділу 6**

1. Основними принципами екологічних вимог є використання натуральних, швидко відновлюючих матеріалів, виробництво яких не впливає негативно на екологію, нетоксичність, використання енергозберігаючих технологій, простота і безпека утилізації, можливість повторного використання матеріалів з мінімальною екологічною шкодою.
2. В проекті використовувались екологічні матеріали, які підлягали обробці за для запобігання негативного впливу на організм людини та загальне самопочуття під час перебування в фітнес-центрі.

## ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

1. На рубежі тисячоліть у всьому світі з'явилися комплекси, що поєднують в собі гімнастичні зали, салони краси і сауни - сучасні фітнес - клуби.

Будівництво таких споруд пройшло довгий історичний розвиток, за цей час модернізувались принципи просторово - планувальної організації архітектурних форм та функціональна структура фітнес - центрів.

2. У планувальній організації кожного типу приміщень громадського призначення, відповідно до значення простору в їхньому функціонуванні, виокремлюють: *основний, додатковий і допоміжний простір*.

3. Композиційно - планувальне рішення комплексу бувають як компактним, т. е. мати централізовану функціональну схему так і являти собою систему функціональних блоків, сполучених переходами, що забезпечують зручне функціонування.

4. Дизайн інтер'єру фітнес - центру передбачає структуру вимог до меблів та обладнання: надійність в експлуатації, вузлів, з'єднань, стійкості конструкції, забезпечення необхідної міцності при ударних, статичних і змінних навантаженнях; забезпечення простоти вирішення конструктивної схеми виробу, його складових елементів та механізмів; необхідність раціональності як конструкції загалом, так і матеріалів та вузлів цієї конструкції зокрема; необхідність трансформативності меблів; вимога урахування нових прогресивних конструкцій і структур; потреба урахування взаємозв'язку матеріалів і конструкцій, їх залежності при утворенні форм.

5. На базі простору дитячого садочку запропоновано дизайн - концепцію, що втілює сучасну ідею фітнес - клубу, де поєднуються різні типи приміщень з дотриманням дизайн стилістики софт - лофт.

6. Фітнес - центр – це простір, який сприймається зараз як не тільки місце де люди тренуються, а повноцінний комплекс.

7. В проекті був дотриманий фірмовий стиль: яскраві акценти жовтого кольору, мотивуюча атмосфера в сайкл – залі, створення зони де можна придбати фірмовий одяг, смузі бар і ексклюзивний, яскравий дизайн в кожному з цих приміщень.

Відповідно, спортивний комплекс претендує на ексклюзивність, всі зони оформлені в одному загальному стильовому рішенні.

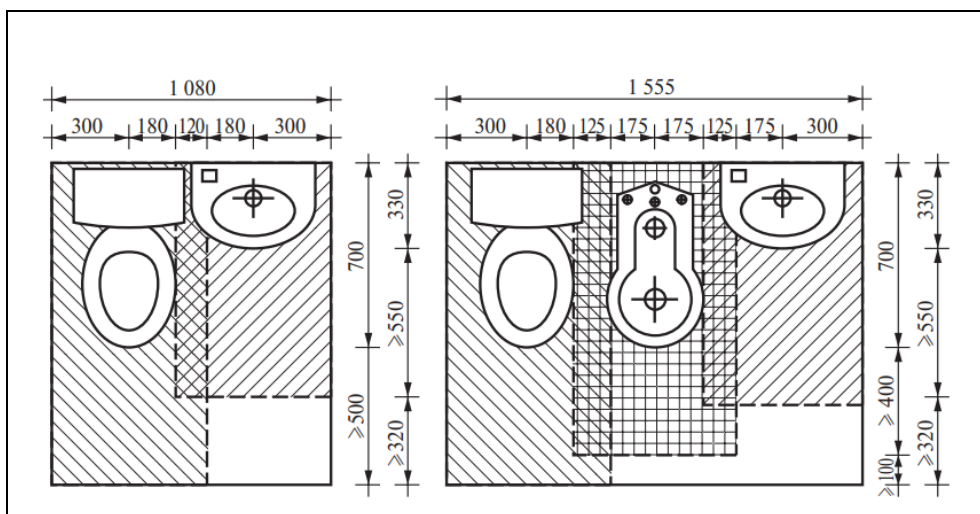
6. . Кожна авторська пропозиція – це ексклюзив, гармонічна відповідь на індивідуальні вимоги та потреби.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

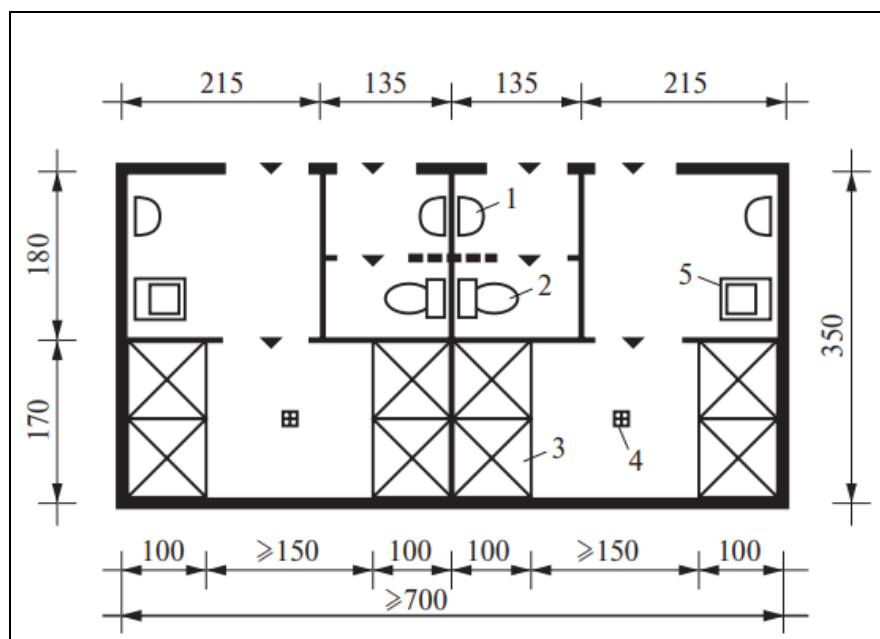
1. <https://www.championat.com/lifestyle/article-3338923-evoljucija-fitness-industrii-kak-pojavilis-kachalki.html>
2. <https://thecoolhunter.net/boxing-plus-taipei-taiwan/>
3. [https://thecoolhunter.net/krush-it-boutique-fitness-club-braga-portugal/?utm\\_source=sendicate&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=2017-02-07+The+latest:+Matte+Black+Cutlery,+Experimentarium,+Misty+Road+%26+more...](https://thecoolhunter.net/krush-it-boutique-fitness-club-braga-portugal/?utm_source=sendicate&utm_medium=email&utm_campaign=2017-02-07+The+latest:+Matte+Black+Cutlery,+Experimentarium,+Misty+Road+%26+more...)
4. <https://www.admagazine.ru/interior/fitnes-klub-na-trehgornoj-manufakture>
5. <https://www.dezeen.com/2019/10/08/warehouse-gym-springs-vshd-design/>
6. <https://apartmentinteriors.ru/dizayn-fitnes-kluba-rocycle-v-amsterdame/>
7. <https://his.ua/article/fitnes-klub-palestra-ot-s-t-architects-2016-02-26>
8. <https://www.balbek.com/hardio>
9. <http://www.gcs.org.ua/ukr/norms>
10. <http://medbib.in.ua/gigienicheskie-trebovanie-sportivnyim.html>
11. [file:///C:/Users/%D0%90%D0%BD%D1%8F/Desktop/Spam\\_2011\\_28\\_44.pdf](file:///C:/Users/%D0%90%D0%BD%D1%8F/Desktop/Spam_2011_28_44.pdf)
12. <https://vencon.ua/articles/ventilyatsiya-sportivnykh-uchrezhdeniy>
13. <https://oppb.com.ua/articles/osnovni-vymogy-pozhezhnoyi-bezpeky-na-obyektah-iz-masovym-perebuvannyam-lyudey>

## Додатки

### Додаток А



Функціональні зони при суміщеному розміщенні санітарно - технічних приладів









Приклад планувального рішення санітарних санвузлів з душовими кабінами в спортивному комплексі

### Додаток Б




Санітарно-побутові приміщення		
1	Гардеробні	0,9 м <sup>2</sup> на одного працівника
2	Душові	2 м <sup>2</sup> на одну душову сітку
3	Умивальні	1 м <sup>2</sup> на один кран
4	Туалети	2,5 м <sup>2</sup> на один унітаз; 1 м <sup>2</sup> на один пісуар
5	Приміщення для куріння	0,03 м <sup>2</sup> на одного чоловіка і 0,01 м <sup>2</sup> на одну жінку, але не менше 9 м <sup>2</sup>
6	Для обігрівання	0,1 м <sup>2</sup> на одного працівника, але не менше 12 м <sup>2</sup>
Приміщення для охорони здоров'я		



Тематичне оформлення інтер'єрів фітнес - центрів

Композиція кольору	Ілюстраційний приклад
	
	
	

Тематичне оформлення інтер'єрів фітнес - центрів

Назва об'єкту	Ілюстраційне зображення на прикладі сайкл-студії
<p>LET`SRIDE</p> <p>Дизайн - студія Das - studio</p> <p>Країна: Франція</p>	
<p>HARDIO</p> <p>Дизайн - студія Balbek bureau</p> <p>Країна: Україна</p>	
<p>ROCK the SYCLE</p> <p>Дизайн - студія Tochka Design Studio</p> <p>Країна: Росія</p>	
<p>VIGO HEALTH CLUB</p> <p>Дизайн - студія MONO architects</p> <p>Країна: Україна</p>	