

上海市地方标准

《健身教练服务能力要求》

编制说明

一、任务来源

《健身教练服务能力要求》地方标准项目是上海市市场监督管理局2020年第四批地方标准制修订计划中的项目，是77项制定项目中的第39项，由上海市体育局提出，由上海市健身健美协会、赛菲捷（上海）检测认证有限公司、一兆韦德健身管理有限公司、上海威康健身有限公司、上海美再晨体育管理咨询有限公司、上海美格菲健身中心有限公司、上海莛冰健康科技发展有限公司、上海驿家健身服务有限公司、上海舒华健康科技有限公司、上海体适能体育管理有限公司、上海锐星健身咨询有限公司、心淳健康管理有限公司等联合起草，由上海市服务标准标准化委员会归口。

（一）名称变更的原因及目的

在编写过程中将标准名称由《健身教练服务规范》更改为《健身教练服务能力要求》，究其原因及目的主要如下：

1. 明确服务基本要求内容

原名称服务规范，亦在统一教练的服务流程，但对于不同健身场所、顾客群体，健身教练的服务流程不一样，经过实践调研作为服务规范难以执行。将其改为服务能力要求，明确了每项服务流程最基本的要求是哪些，既为健身场所/健身教练的服务规

范提供指引，亦使监管单位及广大消费群体通过标准知道健身教练的各项服务要进行什么内容。

2. 广大健身群体需求

通过调研发现，广大健身群体为普通市民，没有渠道了解到健身教练的基本信息，如何找到对口的、级别高的健身教练是市场的需求。更尤为重要，一些健身教练素质水平不高，发生打伤、辱骂顾客事件后，换家健身机构继续执业，不便于上海市民安全健康的生活。基于市场情况，设置等级划分，更加有利于市场推进健身教练整体行业水平的良性发展。

二、标准制定的目的和意义

（一）国家政策规定

2016年6月15日国务院发出了全民健身计划（2016—2020年）的通知，提出扩大与全民健身相关的体育健身休闲活动、体育竞赛表演活动、体育场馆服务、体育培训与教育、体育用品及相关产品制造和销售等体育产业规模，使健身服务业在体育产业中所占比重不断提高。

（二）市场监管需要

2021中国健身行业数据报告披露，截止2021年末，全国健身教练约有88.1万，其中上海健身教练约有3.25万，其中从业者大多出身于学生（含普通院校、体育学校和职业技术学院）、企业员工和服务业从业者，三大群体占比合计超过72%。目前健身行业中因健身教练服务不当，只注重售卡，无服务意识，无服务标准，发生诸多顾客伤亡事故，如2016年7月4日佳佳过度训练突然猝死。健身教练素质参差不齐，行业无档案记录，对于涉事案件

教练无信息共享、追溯，如2020年5月14日杭州健身教练暴打顾客11巴掌事件，若无新闻报道，该教练还可以进入其他健身场所继续工作。诸如此类的事件不断，间接反映出对于健身教练的监管存在严重的不足。

目前因缺乏人才库、健身教练频繁更换工作地点及工作单位，上海市体育局与上海市市场监督管理局一直寻找解决监管难的问题，本项标准的制定也将此项任务纳入其中。

（三）人才优化需求

健身教练人员来源多样，专业技能、职业水平和服务意识参差不齐。为了呈现教练的技能和服务水平，也为了指引健身教练的职业发展方向，本标准将等级划分纳入其中。

（四）探索性说明

目前国内外均无健身教练服务能力要求的标准或规范，本标准作为首例，具有一定的创新性，为后续标准发展和完善提供借鉴。

三、编制原则

（一）问题导向原则

标准起草小组经过对上海市市场监督管理部门、上海市体育局、健身教练、市民等相关群体进行了调研，明确了各方对健身教练的要求。通过寻求各方的意见，了解市场对无证上岗、人员素质差、找不到放心的健身教练等突出问题的重视程度，以问题为导向进行标准的编制。

（二）协商一致原则

通过与上海市市场监督管理部门、上海市体育局、上海市健身健美协会、健身教练、市民等多方的协商，各方对健身教练等级划分要求达成一致。

四、标准的研究、起草过程

2020年，标准起草小组实地走访200多名健身教练。此外，还对健身机构、市民进行专题调研，并在大量调研资料的基础上提出了标准的初步框架，确定了标准的主要内容。

2020年至2021年，在上海市体育局的领导和支持下，标准起草小组召开了多次内部讨论会，对标准做了进一步的完善，形成了标准征求意见稿。

2022年，标准起草小组实地走访健身教练150人，并向协会、院校、政府部门征求意见，收到反馈11条，部分采纳1条，不予采纳1条，采纳9条。

2022年，标准起草小组对反馈意见进行认真讨论，形成征求意见处理表，并对标准文本进行修改完善，形成标准送审稿。

2023年2月，经专家组评审，提出多处修改意见。标准起草小组针对修改意见认真讨论，进一步完善，形成标准报批稿。

五、关键技术问题说明

（一）框架说明

本标准按总分的框架设制段落和条款。基本原则条款阐述三个原则：职业化、专业化、等级化，是为总；后再依据“职业化的人”，“专业化的服务”，“等级化的评定”这样的思路，展开健身教练要求、服务流程和要求等级划分三个条款，是为分。

（二）主要内容的确定依据

健身教练的等级划分和专业能力要求

体育总局于2021年6月发布了《健身教练职业能力培训测评工作手册》，包含“健身教练职业能力培训大纲”、“健身教练职业能力培训测评考核实施细则”两大部分，将健身教练职业能力培训测评项目分为三级，从低到高依次为初级、中级和高级。本标准参考此划分，将等级从低到高设置为三级、二级和一级。

为推动健身教练职业能力培训测评工作的持续开展，体育总局于2022年5月发布《体育总局人力中心关于持续开展健身教练职业能力培训测评工作的通知》，《通知》依据初级、中级和高级三个等级设置职业能力要求，具体如下：

初级：在掌握基本理论、基本知识与基本技能的基础上，为健康的个体提供运动健身指导；常见器械（固定器械、杠铃、哑铃）的熟练使用；能够初步完成健康体适能测试与评估，并根据客户的健康与体适能水平以及运动目标制订个性化的运动计划，指导、监督客户完成运动计划。

中级：在履行初级职责的基础上，能够进行健康相关的运动测试执行、分析评估和更全面的运动技术指导；常见器械（固定器械、杠铃、哑铃）及多样化器械（弹力带、泡沫轴、悬吊带、绳索等）的熟练使用；根据客户的健康与体适能水平以及运动目标制订个性化的、周期性的运动计划，指导、监督客户安全、有效地完成运动计划，必要时调整运动计划。

高级：在履行中级职责的基础上，进行竞技体适能训练的动作运动技术指导，包括爆发力、灵敏性、速度、平衡性训练的动作技术；以及动态伸展练习的动作技术；多样化器械的熟练使用；

利用运动、放松手段进行运动损伤预防、体态纠正、功能障碍改善、动作模式的重新建立、运动控制的增强；能够为青少年、特殊时期的女性以及老年人制订运动计划并指导、监督实施；掌握常见运动损伤的预防与处理方法。

本标准参考以上能力要求，将能力分为专业知识和专业技能分别表述。

（三）关键技术内容说明

1. 健身教练资格证注册

为了改变目前各类健身教练资格证的混乱局面，标准要求健身教练应在上海市行业组织注册，取得行业组织发放的健身教练资格证后，方可在上海市内从事相关的职业。

2. 等级评定划分

健身教练的等级，体现了健身教练的职业化、专业化程度，反应了其在专业知识、专业能力、从业经验、服务质量、社会反馈等综合水平，为市民选择优秀教练提供了明确的坐标，同时也健身教练的职业提升提供了方向。

3. 市民对健身教练的关注点

本标准中，将市民的关注点作为总则性要求，这也是市民作为健身群体普遍关注的点。包括健身教练提供安全、合法、专业、保密的服务过程。

4. 健身运动前的问卷调查及评估

本标准中，结合国家体育总局、国家健身健美协会、国外健身行业领先组织NSCA、ACE等的先进经验，提出了健身教练服务

规范化调查及评估项目，为健身行业统一的基础服务内容提供了基本要求。

5. 健身教练受教育程度的确定

由健身教练在协会平台上注册，并提交电子化证书文件。

6. 健身教练与健身场所签订协议的必要性

明确健身教练与健身场馆的劳动关系，固定的劳动关系有利于健身教练的职业成长，提高服务质量，也利于场馆管理。

7. 健身教练专业技能中需要具备 CPR 及 AED 的意义

健身教练掌握急救技能，以应对突发情况

8. 健身教练体脂率或 BMI 指标的确定

体脂率和BMI指标的确定，可以督促教练的保持健康健美体型，对训练员起引导模范作用。

9. 健身教练等级划分与职业能力测评之间的区别

职业能力测评是协会依据《健身教练职业能力培训测评工作手册》要求对健身教练的能力进行评估，而等级划分是在测评的基础上，综合考虑健身教练的基本条件、服务质量、技术水平等内容进行打分，并划分等级。

10. 健身教练等级降级或取消级别的作用

起一定的警告和惩戒作用，督促健身教练提高服务质量，提升健身教练队伍整体素质。

六、标准组成部分及其主要内容

本标准分为9个部分，主要内容如下：

（一）范围

介绍本标准的主要内容以及本标准所适用的领域。

（二）规范性引用文件

无规范性引文。

（三）术语和定义

对“健身教练”、“体适能”进行了定义。

（四）基本原则

从“职业化”、“专业化”、“等级化”三个方面，阐述了健身教练的基本原则。

（五）健身教练要求

从职业化的角度，对健身教练提出了形象要求、资质要求、职业道德要求和能力要求进行了规定。此要求来源于上海市健身健美协会。

（六）服务流程和要求

从专业化的角度，对服务流程和服务要求进行了规定。健身教练服务发展多年，已形成了一套成熟可行的服务流程和要求。此服务流程和要求来源于上海市健身健美协会。

（七）等级划分

从等级化的角度，对健身教练的等级划分进行了规定。

（八）附录A（资料性）

提供了健身教练服务表单示例，包括健康调查表示例、体适能测试表示例、健康档案示例、运动计划书示例、健身日志示例等，作为健身教练服务的参考依据。

（九）附录B（规范性）

健身教练等级划分定评分细则，作为实施具体考核评分的主要依据。

七、重大意见分歧的处理经过和依据

本标准在研制过程中并无重大分歧。

八、与国内外同类标准技术内容的对比情况

目前，国内外均无健身教练服务能力要求的标准或规范。

九、与现行法律、法规和强制性国家标准的关系

本标准与法律法规保持一致，对法律法规进行细化和补充。

目前没有与本标准相关的强制性国家标准，而国标GB/T 18266.2-2002《体育场所等级的划分 第2部分：健身房星级的划分及评定》仅规定健身房的划分，并不涉及健身教练。

十、宣贯及实施建议

建议上海市体育局组织，在上海市各区域进行《健身教练服务能力要求》的培训宣贯。

建议上海市体育局、上海市健身健美协会联合上海市市场监督管理局等单位开展标准试点，加强标准的应用实施。

建议对健身教练进行服务考核和评估时，引用本标准作为考核评估的依据。