

MÜLLER ANETTA<sup>1</sup> – KÖNYVES ERIKA<sup>2</sup>

(<sup>1</sup>Eszterházy Károly Főiskola, Testnevelési és Sporttudományi Intézet –

<sup>2</sup>Szolnoki Főiskola)

## A TESTNEVELŐ TANÁROK KAPCSOLÓDÁSI PONTJAI AZ EGÉSZSÉGTURIZMUSHOZ\*

### PHYSICAL EDUCATION TEACHER IN THE WELLNESS TOURISM\*

#### Összefoglaló

A „Versenyben a világgal” című kutatási projekt jövőre utaló előrejelzése szerint: „a XXI. század az információ, a kommunikáció és a turizmus százada lesz”. Ezt a jóslatot igyekeznek alátámasztani az a tény, hogy a legtöbb országban, így hazánkban is, a GDP 12%-a turizmusból származik. Ezért egyre jobb eséllyel lehet jó állást találni a turizmus területén. A Nemzeti Fejlesztési Terv Regionális Operatív Programja kinyilatkoztatta, hogy a turizmus területén a központi régió Budapesttel, a nagy tavaink, a hivatásturizmus és az egészségturizmus élvez fejlesztési prioritást.

Az egészségturizmust két része bonthatjuk: az egyik a gyógyturizmus, ahol már kialakult betegségekkel, deformításokkal találkozhatunk, ezért itt a fő cél ezek gyógyítása. Ez esetben a célcsoport az idősebb korosztály. A másik területe az egészségturizmusnak a wellness turizmus, ahol a legfontosabb érték az egészség, ezért a megelőzésen alapszanak a kínálat elemei. A célcsoport ez esetben széles, mivel a wellness turizmus nyit a fiatalabb korosztály felé. Az egészségturizmus iránti kereslet növekvő tendenciát mutat.

Mi volt az oka annak, hogy a kormány támogatta és támogatja ennek a területnek a fejlesztését? Azért, mert az egészségturizmus:

- Nem szezonális, így egész éven át adott iránta a kereslet.
- A terápiáknak, kezeléseknak köszönhetően az átlagos tartózkodási idő nagyobb.
- A tartózkodási idő növekedésével a szállodák kapacitás-kihasználtsága szintén nő.
- A realizált üzleti eredmény magas.
- A multiplikátor hatása igen erős.

---

\* lektorált közlemény / referred article

- Hazánk gyógyvizekben gazdag, így nagyon jók az adottságaink ezen a téren.
- Nagyon sok egészségügyi problémával küzd a magyar lakosság.

A magyarok egészségi mutatói nagyon elszomorítóak. A ciklikus sportok, az aerob testmozgások, a relaxációs eljárások, melyek fejlesztik az állóképességet, jó prevenciót jelentenek az egyes betegségek ellen. 2002-ben a Magyar Turizmus Rt. meghatározta a wellness szállodák kritériumrendszerét, majd egy év múlva született egy törvény erre vonatkozóan. A wellness szállodák kritériumrendszere követi az egészség definícióját. Az Egészségügyi Világszervezet definíciója szerint az egészség: testi, lelki és szociális jó közérzet állapota. A wellness szállodák kritériuma szerint az alábbi kínálati elemekkel kell rendelkezni: fürdővel, szaunával, szépségápolással kapcsolatos szolgáltatásokkal, terápiás és relaxációs kezelésekkal, közösségi programokkal, sportprogramokkal (animációval) és reformtáplálkozást is kell kínálni. A testnevelő tanárok részt tudnak vállalni a különféle sportprogramok megszervezésében és lebonyolításában. Látható, hogy a rekreációs tevékenységek, sportprogramok a turisztikai termékfejlesztés egyik alternatívái lehetnek az egészségturizmusban.

Kulcsszavak: wellness, egészség, turizmus, testnevelő tanár.

### **Abstract**

According to the forecast of the research project titled „In a race with the world”: „XXI. Century will be the century of information, communication and tourism”. In fact, nowadays the income from tourism grows within the Gross Domestic Product in most countries all over the world. 12% of the GDP originate from the tourism in our country. Hence there is a bigger chance of finding a job in connection with the touristical area. The National Development Plane declared, that the development of the tourism focused on the Budapest, Big Lakes, incentive and the **health tourism**.

We can divide health tourism into two parts: One part of, the health tourism is medical tourism, where we can find some illness or deformation and the main aims are treatments and cure. That's why the target group is the older people in this area. Another field is wellness tourism, where the main value is Health, and therefore the emphasis is on prevention. The target group is wild, because wellness treatment is also open for the younger people. If we considerate the demand of health tourism increse. What was the reason that the government protected and protecting this field?

Because health tourism:

- Not seasonal, we can find demand throughout the year.

- As a result of wellness treatment the number of days spent here increase.
- Parallel to the increasing number of nights spent here the utilisation of accommodation possibilities would also grow.
- Profitable.
- Multiplication effect is strong.
- Hungary has a lot of spa, so we have a good background.
- There are many health problems in Hungary.
- Health condition of Hungarians is very poor. Cyclical sports and relaxation therapy which develop endurance, are good prevention for illness.

In 2002 the Hungarian Touristical plc. declared the criteria of Wellness Hotels, and then in 1 year later born the law in connection with the criteria of hotels. This criteria followed the definition of health. According to the World Health Organisation: Health is the **physical, mental and social well-being**. This criteria of Wellness hotels require bath, sauna, beauty, therapy and relax services, social events, sports facilities (with animation) and reform gastronomy. PE teacher can organise and lead a wild range of sport program. We can see that recreational activity and sport are one alternative of the touristical product development in connection with health tourism.

Keywords: Wellness, Health, Tourism, PE teacher.

### **Bevezető gondolatok**

A „Versenyben a világgal” című kutatási projekt jövőre utaló előrejelzése szerint: „A XXI. század az információ, a kommunikáció és a turizmus százada lesz.”<sup>1</sup> Ezt az állítást igyekszik alátámasztani az a tény, hogy a nemzeti jövedelem 12%-a a turizmusból származik a legtöbb ország, így hazánk esetében is, valamint a munkahelyteremtő multiplikátor hatás is fontos tényező a gazdaság területén.

Európában, a nemzetközi turistaérkezések száma 2,4%-kal emelkedett 2002-ben, mely 411 millió fővel a világ turistaérkezéseinek 57,5%-át jelentette. Az Európai kontinens népszerűsége tehát, mint fogadó területé vitathatatlán. Európán belül, ugyancsak a 2002-es évben Kelet- és Közép-Európában emelkedett legnagyobb mértékben a turistaérkezések száma (+3,9%). A turizmus meghatározó szerepet játszhat a közép- és kelet-európai országok gazdaságainak jövőbeni fejlődésében, mivel ez az ágazat a gazdasági növekedés, befektetés-fejlesztés és a munkahelyteremtés hajtómotorja lehet.

---

<sup>1</sup> Dr. Könyves Erika–Müller Anetta (2001): Szabadidős programok a falusi turizmusban; Szaktudás Kiadó Ház Rt., Bp. 11. p.

Hazánk gazdag termál- és gyógyvizekben olyannyira, hogy a világon csak néhány ország (Ausztria, Németország, Új-Zéland, Izland) rendelkezik a hazánkhoz hasonló jelentős termálfőzettel. Országunk a termál- és gyógyvíz készletei alapján Európa országai közül egyedülálló, a világon pedig az 5. helyet foglalja el, s már a II. világháborút megelőző időben is nemzetközi híresek voltak a kapcsolódó gyógyászati szolgáltatásai. Hazánkban<sup>2</sup> 1 289 termálforrás van, 385 településen működik termál-, illetve gyógyvízű fürdő, 46 gyógy szálló, 38 gyógyfürdő minősítésű szolgáltatói egységgel rendelkező település, 5 gyógybarlang, 13 gyógyhely, 81 elismert ásványvíz-, illetve 315 gyógyvízforrás, 4 gyógyiszap-lelőhely és 1 mofetta található. A felsoroltak alapján kitűnik hazánk gyógy-tényezőiben való gazdagsága, mely indokolja az egészségturizmus fejlesztését. Nem véletlen, hogy már a Széchenyi Terv kiemelt stratégiával kezelte az egészségturizmus fejlesztését, melyben célként fogalmazta meg főként a gyógyfürdők, illetve az ehhez kapcsolódó szálláskapacitás kibővítését – hogy Magyarország az évtized végére vezető helyet foglaljon el Európa egészségturisztikai piacán. A Széchenyi Terv pályázati pénzekkel támogatta a turizmus területén létrejött beruházásokat, elindultak a nagy fürdőfejlesztések, korszerűsítések, mely dinamizálta hazánk turizmusát, így az egészségturisztikai piacot is. Ez a fejlesztési irányvonal az új Nemzeti Fejlesztési Terv (NFT) Regionális Operatív Programjában szintén megjelenik, ezáltal kontinuitást biztosítva az egészségturizmus területén történő fejlesztéseknek. A Magyar Turizmus Rt. 2004-es Marketingterve<sup>3</sup> a reklámtevékenységét 5 fő téma köré csoportosítja (Magyarország, a Balaton és a nagytavak, egészségturizmus és hivatásturizmus), melyben szintén erősíti hazánk egészségturisztikai arculatát.

Az egészségturizmus fejlesztését indokolja a növekvő kereslet is a termék iránt. Az ember valamennyi technikai vívmányát az irányba tette, hogy élete komfortosabbá és kényelmesebbé váljon. A civilizáció és a motorizáció előretörésével a technika csodálatos vívmányai talán eddig soha nem remélt kényelmet hozott valamennyiünk számára. Ugyanakkor ez a „komfortos” élet súlyos számlát nyújtott be, hiszen a mozgásszegény életmódból kifolyólag egyre-másra jelentkeznek a mozgásszervi elváltozások, deformitások szív- és érrendszeri panaszok.

Így napjainkban egyre több ember döbben rá arra, hogy nem csak az elérhető földi javaknak van ára. Talán az egyik legdrágábban megszerezhető és még drágábban megtartható érték az egészségünk<sup>4</sup>.

---

<sup>2</sup> Marketingterv 2004. Magyar Turizmus Rt.; 2003. okt. 7., 35.p. ([www.itthon.hu](http://www.itthon.hu))

<sup>3</sup> Marketingterv 2004. Magyar Turizmus Rt. 2003. okt.7., 8.p. ([www.itthon.hu](http://www.itthon.hu))

<sup>4</sup> Ggedő Dolóresz–Rigler Endre (1998): Labdás gyakorlatok a mozgásterápiában; Present Bt., Kecskemét. 5–15. p.

A gyógy- és wellness üdülések iránti kereslet dinamikusan fejlődik egész Európában, így hazánkban is.

Európában a turizmus területén az alábbi jellemző tendenciákat figyelhetjük meg<sup>5</sup>:

- Az európaiak összes utazásából (270 millió) 3 millió volt egészséggel kapcsolatos, ennek 30%-a gyógyutazás, 70%-a wellness utazás.
- A konferenciaturizmus és az egészségturizmus közeledése (hasonló szegmens).
- Szélesebb körű termékkínálat, kombinációk (pl. spa és golf, spa és sí).
- Évente 20 millió vendég a fürdőkben és gyógyhelyeken.
- Államilag biztosított vendégek száma: 27 millió Németországban, 10 millió Franciaországban.
- A fürdők és gyógykezelések állami finanszírozása Ausztriában és Németországban nagymértékű.

Hazánkban a wellness célcsoportját – stresszelt, hajszott életet élő városiak – az évente egyszeri hosszabb üdüléssel szemben a szolgáltatások hosszú hétvégén, évente több alkalommal történő igénybevétele jellemzi.

Természetesen nem csak a kedvező adottságaink, a lakosság egészségi állapotának javítása miatt investáltak a magánbefektetők, valamint az állam ebbe a területbe, hanem az alábbi gazdasági érvek is nyomós indokot szolgáltatottak:

- Ezen a területen kevésbé érvényesül a szezonális negatív hatása (jellemző, hogy amíg a hazai szállodák telítettsége január-február hónapokban rendkívül alacsony, addig a gyógy szállók forgalma ebben az időszakban is viszonylag magas).
- Az átlagos tartózkodási idő jóval hosszabb, a piacvezető országokban 8–10 nap között mozog.
- A fajlagos költség – a gyógyászati és kiegészítő szolgáltatások igénybevétele következtében – átlagosan 30–35%-kal magasabb, mint a turizmus más területein.
- Az egészségturizmus – a kapcsolódó szolgáltatások miatt – az adott turisztikai vonzerő komplex hasznosítását teszi lehetővé.
- Ez az ágazat alkalmas a turizmus területi koncentrációjának csökkentésére, eddig kihasználatlan területekre is tud turistát csábítani.
- Igen jelentős a multiplikátor hatása. A vendégek által elköltött minden újabb száz forint 167 forintnyi pótlólagos termelést indukál.
- A turizmusban elköltött minden újabb száz forint után a nemzetgazdasági munkajövedelmek 75 forinttal növekednek

---

<sup>5</sup> Spa Egészségturisztikai konferencia (2002) – Eöry Edit

- Az egészségturizmusban létrejövő minden száz új munkahely a nemzetgazdaságban további 214 új munkahelyet teremt.

### **Fogalmi meghatározások**

Az egészségturizmus összefoglaló néven tartalmaz minden, az egészséggel kapcsolatos utazási típust.

Az egészségturizmusban a látogatók alapvető motivációja az egészségi állapot megőrzése, megtartása a deformitások és betegségek megelőzése (wellness turizmus), valamint az egészségi állapot javítása, a kialakult betegségek gyógyítása (gyógyturizmus). Azt mondhatjuk, hogy az egészség megőrzése, vagy helyreállítása érdekében tett utazások összességét tekintjük egészségturizmusnak.

Mit értünk egészség alatt? A Révai Nagy Lexikona szerint:<sup>6</sup> „az egészség a betegségekkel ellentétes fogalom. Jelzi valamely élőlénynek azt az állapotát, melyben minden szerv teljes működési képességű.” – ezt a definíciót csupán a biológiai lények (növények, állatok) esetében fogadhatjuk el. Az ember az ősidőktől kezdve „természeti” lényből „társadalmi” lényvé fejlődött, így az ember vonatkozásában a biológiai jellegű egészség értelmezés korántsem tekinthető teljes értékűnek. Az ember szociális lény is, fontos a kiegyensúlyozott élethez a baráti-, családi-, munkahelyi kapcsolatok rendszere. Ezt példázza nekünk KIPLING a „Dzsungel könyvében” Maugli történetével. A vadonban, a társadalomtól messze felnövekvő „vadóc” nem tekinthető igazán emberi lénynek, a társas kapcsolatok rendszere igen fontos a szociális jó közérzet megteremtésében. Mi több, az ember pszichikus lény is, vagyis fontos a lelki egészség megőrzése és fejlesztése, a pszichikus ártalmak és betegségek megelőzése, melyet a mentálhigiéné<sup>7</sup> fogalmával fejezhetünk ki.

Az Egészségügyi Világszervezet (World Health Organisation, WHO) egészség definíciója már komplexen értelmezi az egészséget: „testi, lelki és szociális jó közérzet” állapotaként. COOPER<sup>8</sup> az egészséget „tökéletes közérzetnek” nevezi, arra hívja fel a figyelmet, hogy ez egy egyensúlyi állapot, amiért mindig az optimálisat (sportmozgás, pihenés, alvás, evés stb.) kell tennünk – se többet, se kevesebbet.

Az egészségturizmus összefoglaló néven tartalmaz minden, az egészséggel kapcsolatos utazási típust. Az egészségturizmusban a látogatók alapvető motivációja az egészségi állapot megőrzése, megtartása a deformitások és

---

<sup>6</sup> Révai Nagy Lexikona (1991) VI. kötet; Szépirodalmi és Babits Könyvkiadó, Bp. 163. p.

<sup>7</sup> Buda Béla (1998): Elmélet és alkalmazás a mentálhigiénében; TÁMASZ, Bp. 25. p.

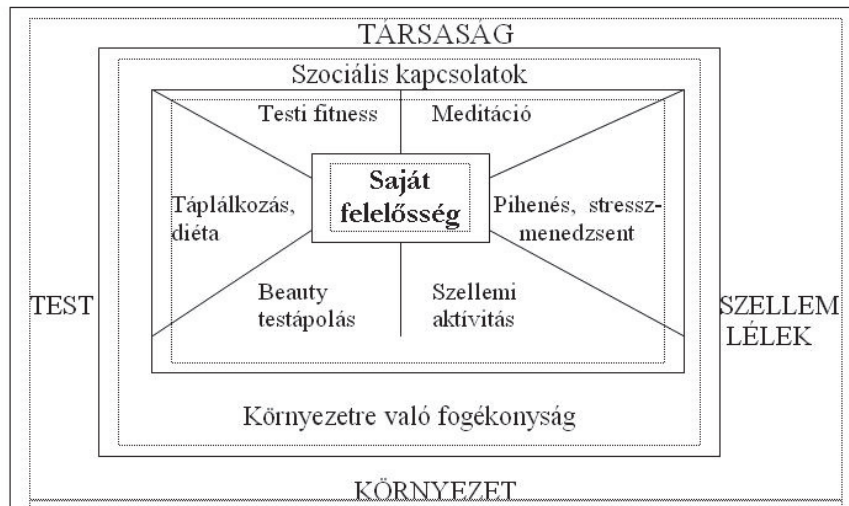
<sup>8</sup> Kenneth H. Cooper (1990): A tökéletes közérzet programja; Sport, Bp. 19–26. p.

betegségek megelőzése (**wellness turizmus**), valamint az egészségi állapot javítása, a kialakult betegségek gyógyítása (**gyógyturizmus**).

A betegségek gyógyítása igen nagy terhet ró valamennyi társadalomra, a társadalom biztosító, mint feneketlen kút nyeli el a befizetett összegeket és még ez is kevésnek bizonyul. A betegségek gyógyítása helyett a prevenció költséghatékonyabbnak bizonyul, nem beszélve arról, hogy az egyénnek is kellemesebb. Ezért tapasztaljuk azt, hogy a gyógyturizmus – mely a megromlott egészségi állapot helyreállítása érdekében tett utazás – mellett egyre növekvő kereslettel találkozhatunk a wellness utazások iránt.

A wellness, amely egy, a well-being és a wholeness egyesítéséből létrehozott műszó, az átfogóan értelmezett (mentális, fizikai, biológiai) egészség összhangjának megteremtését célozza; és inkább kapcsolatos az életstílus megváltozásával, mint egy-egy konkrét betegség gyógyításával. Az egészségtudatos ember ugyanis életformájával, egészséges táplálkozásával, rendszeres testmozgásával járulhat hozzá egészsége megőrzéséhez, a betegségek megelőzéséhez.

A wellness átfogó értelmezését az alábbi ábra szemlélteti.



1. ábra: Kibővített wellness-modell<sup>9</sup>

Ez a wellness modell felhívja a figyelmet a wellness legfontosabb alappilléreire: a testi, lelki és szociális jó közérzetre, mely az egészség definíció-

<sup>9</sup> Dr. Wolfgang Nahrstedt (2000): Der Wellnessurlaub, Marktgerechte Angebote Gesundheitstourismus europäischer Kur- und Urlaubsorte; Heilbad und Kurort, 2000. 08., 171–173. p.



jával analóg, azonban ennek a hármas egységnek a megvalósulását egy feltételhez köti: a környezethez. A szerepét abban látja, hogy csak egészséges, tiszta természeti környezetben valósulhat meg mindez. Az embereknek egészségük érdekében **rendszeres** testi és szellemi tevékenységeket kell végezniük, a stressz-szint kezelésére meditatív és stresszoldó technikákat kell alkalmazniuk, oda kell figyelni a helyes táplálkozásra, a megfelelő mennyiségű és „minőségű” pihenésre, a test- és szépségápolásra. Az arányos test, a jó kondíció, az arc, a kéz, a láb ápoltsága több mint esztétikai kérdés. A tudat, hogy a külső jó benyomást kelt, növeli az önbizalmat, javítja a fellépést, ami a siker alapja a karrierben éppúgy, mint a társas kapcsolatokban, a magánéletben. Így a fitness egy olyan életforma, amely a jó fizikai erőnlétet, az egészséges életmódot és az esztétikus külsőt helyezi előtérbe. Azt mondhatjuk, hogy a két életforma nem létezhet egymás nélkül, azonban a wellness-től alapvetően az különbözteti meg a fitneszt, hogy nagyobb szerepet kap benne az aktív, sportos időtöltés és a test formálása. A modell középpontjába helyezi el a **saját felelősséget**, mellyel rámutat arra, hogy mindenkinek legfőképpen a maga kezében van az egészsége. Okolhatunk másokat az egészségi állapotunk megromlásáért (pl. egyre többet hallunk a sajtóban a dohánygyártó cégek és a gyorséttermi láncok, mint pl. a MacDonnalds ellen pert indító csoportokról, akik őket okolják a kialakult tüdőrákjuk, vagy kóros kövérségükért), azonban a káros szenvedélyek visszautasításának az egészséges életmód választásának döntése elsősorban a mi felelőségünk!

A wellness-turizmus mindezen célokat szolgálja összetett szolgáltatásaival, melyek egyszerre célozzák a fizikai állapot és állóképesség javítását, valamint a szellemi frissesség megőrzését.

A wellness holisztikus, tehát átfogó értelemben foglalkozik az ember egészségével és feltételezi, hogy a személy önmaga is aktívan részt vesz egészsége megőrzésében, a betegségek megelőzésében.

A wellness fogalma négy alapelve épül:

- rendszeres testmozgásra,
- tudományos eredmények alapján összeállított egészséges táplálkozásra,
- pszichés állapot javítására,
- környezettudatosságra, mely a mindennapi élet területére kiterjedően foglalkozik a környezetkárosító anyagok felhasználásának és az életvitel módosításának kérdéseivel.

### **Kérdésvetések**

- Hogyan kapcsolódhatnak a testnevelő tanárok az egészségturizmus területéhez?



- Mik ezek a kapcsolódási pontok?
- Milyen oktatási feladatokkal járna ez a társítás?

### Eredményeink

A gyógyturizmus kínálati elemei a különböző terápiás eljárások, melyek orvosi háttérrel igényelnek. Bár tudjuk, hogy a mozgás szerepel a terápiás módszerekben (gyógytorna), azonban erre a területre még a gyógytestnevelőknél is mélyebb ismeretekkel rendelkező gyógytornász végzettség szükséges. Így az egészségturizmus ezen ágába nem igazán lehet a testnevelőket beintegrálni.

Nézzük meg, mi van a másik, a wellness turizmus területével?

Az egészségturizmus, a wellness és a fitness jelentőségének növekedését támasztja alá az a tény, hogy a német utazók motivációja 1999-ről 2002-re jelentős változáson ment át. A wellness utazások 125%-kal, a fitness 51%-kal, a gyógyturizmus 46%-kal növekedett a németek körében. A versenytársaink körében végzett felmérések is a wellness keresletének növekedését támasztják alá<sup>10</sup>, az olasz megkérdezettek 39%-a, az osztrákok 35%-a a németek 28%-a, a lengyelek 13%-a, az oroszok 11%-a részesíti előnyben a wellness utazásokat a wellness egyéb kínálatával szemben. Hazánkban Hajdúszoboszlót a „reumások Mekkájaként” tartották számon, mely tipikusan a gyógyturizmusnak köszönhette fellendülését. Ám napjainkra nagyot változott a világ, így a turisták motivációja is, hiszen a 2003-as évben a Hajdúszoboszlón értékesített több mint kétmillió szolgáltatásból már csak 30%-ot tett ki a gyógy- és 70%-ot a wellness és az élményfürdő egyéb szolgáltatásai. Az élményfürdőkben a wellness már a legalapvetőbb élményelemekben visszaköszön. A talpat, lábat, derekat és a hátat dögönyöző gejdírek, a nyakzuhanyok és a pezsgőágyak masszírozó funkciót látnak el. Az pedig vitathatatlan, hogy a masszázs napjainkban a wellness egyik legfontosabb területének, a stresszoldásnak az alfája és ómegája.

Magyarországon jelenleg a wellness szállodák kritériumrendszerét a kereskedelmi szálláshelyek osztályba sorolásáról szóló, többször módosított IKIM rendelet – legújabb módosítása az 54/2003 (VIII.29) sz. GKM rendelet 2003. nov. 27-től lépett életbe – szabályoz. A rendelet szerint a wellness szállodáknak az alábbi szolgáltatásokat kell kínálni:

1. „A szálloda minimum **1-féle** beltéri fürdőmedencével rendelkezik (uszoda, pezsgőfürdő, élményfürdő, gyermekmedence).

---

<sup>10</sup> Marketingterv 2004.; Magyar Turizmus Rt., 2003. okt. 7., 1-119.p. (www.itthon.hu)

2. A szálloda rendelkezik minimum **2-féle** szauna vagy gőzfürdő létesítménnyel (finn szauna, bioszauna, infrasauna, gőzfürdő, aromakabin, törökfürdő stb.).
3. A szálloda az arc-, test-, kéz-, láb- és hajápolási szolgáltatások közül legalább **4-féle** szépségápolási lehetőséget nyújt (masszázsok, arckezelés, testtekerceselés, ultrahangos testkezelés, hajápolás, fodrászat, pedikűr stb.).
4. A szálloda legalább **6-féle** masszázst, relaxációs és egyéb közérzetjavító – vizes és száraz – szolgáltatást kínál (akupunktúra, akupresszúra, izzasztó pakolás, kiropraktika, Bach-terápia, kneipp kúra, léböjt, életmód-táplálkozási tanácsadás, sóbarlang, masszázstechnikák stb.).
5. A szálloda gasztronómiai kínálatában szerepelnek a régióra jellemző, hagyományörző magyar, továbbá reform- és vegetáriánus étel- és italajánlatok (gyógyteák, frissen préselt gyümölcslé, biobor).
6. A szálloda rendelkezik kardiogépekkel is felszerelt fitnessteremmel és **sportedzővel, sportoktatóval vagy testnevelő tanárral.**
7. A szálloda minimum **4-féle** szabadidős sportolási, vagy keleti mozgásprogramot kínál és további minimum **1-féle** aerobic jellegű tréninget. Kardio- és izomerősítő gépek, szabadidős tevékenységek, szabadidősportok, alternatív mozgásprogramok (min. 4-féle: asztalitenisz, vitorlázás, golf, jóga, gyalogtúra, kerékpárkölsönzés/túra, lovaglás, szörfözés, Thai Chi, tenisz), aerobic jellegű tréningek (min 1-féle: callanetics, stretching, kick-boksz, Tae-bo, spinning, vízi gimnasztika – aquafitness, aerobik, step-aerobik)
8. A szálloda minimum **3-féle** közösségi, kulturális, zenei, művészeti programlehetőséget nyújt, illetve folyamatosan ajánlja a környék nyújtotta lehetőségeket (kulturális programok, kreatív alkotóműhely, tánc, közös kirándulás, közös játék).
9. A szálloda a nappali és a délutáni műszakban rendelkezik legalább egy fő **wellness végzettségű** vagy **azzal egyenértékű végzettséggel rendelkező dolgozóval.**”

Ezt a kritériumrendszert az osztrák és német mintához analóg készítették el, ahol a kínálati elemek az egészség definíciója mentén lefedik a testi, lelki és szociális jó közérzet biztosításához nélkülözhetetlen kínálati elemeket. A kritériumrendszerből kiderül, hogy a sportmozgások terén elég változatos mozgáslehetőségeket kell kínálni. Ezeknek a sportprogramoknak biztosítani kell az állóképesség fejlesztését a légzési- és keringési rendszer támogatását, illetve az egyes izomcsoportok izolált erejének fejlesztését. Ezeknek a programoknak a szakszerű lebonyolításához, mint pl. küzdősportok, aerobik, streatching, vízi-gimnasztika, callanetics stb. nélkülözhetetlen a

megfelelő szakember alkalmazása. Így kritériumként fogalmazódik meg a testnevelő tanárok, sportoktatók vagy edzők, személyi trénerek biztosítása, akiket a szállodának alkalmaznia kell.

Hajdanán még a testnevelő tanár „polihisztor” volt, hiszen ő látta el az iskolai testnevelés órák megtartását, ő volt az, aki a délutáni edzéseket levezette és részt vállalt a szabadidősport területén is, ezért a képzés is összetett volt. Ma azonban azt tapasztaljuk, hogy a szakemberképzésben elválik az iskolai testnevelés (testnevelő tanár), a szabadidősport (rekreációs szakember) és a versenysport (edzők) oktatása, melyre külön szakosodott szakember foglalkozik.

Amennyiben a tanügyi reformokat, a mai testnevelés órák számát, a tanulók egészségi és fizikai teljesítőképességét, a sport társadalmi megítélését tekintjük, talán még mostohább a helyzet, mint valaha. A NAT bevezetésével ugyanis a testnevelés órák száma 47%-kal csökkent (Forrás: MTTOE felmérés 1999.)<sup>11</sup>, mely ugyancsak a gyermekek életének mozgásszegényebbé válását eredményezte.

Mára pedig megkérdőjelezték a testnevelés osztályozásának létjogosultságát, tervezik a testnevelő tanárok (kétszétárgyak) óraszámának emelését. Így a testnevelők szűkülő feladatköre, a kötelező óraszám emelése mind hozzájárulnak ahhoz, hogy az egyre jobban telítetté váló szakmában lesznek, akik nem tudnak elhelyezkedni az oktatás területén.

A munkaerő-piaci elvárásoknak megfelelően azonban lehetőség nyílik a wellness szállodák sport, szabadidős és közösségi programjainak lebonyolításában való feladatkör betöltésére.

A másik lehetséges kapcsolódási terület az animáció. A wellness szállodáknak ugyanis ezeken a kötelező elemeken kívül még ún. fakultatív szolgáltatásokból pontokat kell összegyűjteni, a háromcsillagosnak 90-et, a négycsillagosnak 130-at, az ötcillagosnak pedig 170-et. Ezek között a fakultatív szolgáltatások között szerepel az animátor és az animáció, mely 10 pontot ér.

Az **animáció** a Révai Új Lexicon szerint:<sup>12</sup> a latin animus, anima szóból ered, melynek eredeti jelentése: lélek, életerő, illetve a mozgókép készítés válfaja, vagyis „életre keltés”. A filmiparban animáció alatt a rajzfilmfigurák életre keltését értik. Az animál szó:<sup>13</sup> serkentést, buzdítást, ösztönzést jelent.

<sup>11</sup> Istvánfy Csaba (1999): Összefogás az ifjúság egészségéért, edzettségéért; In: Összefogás az Ifjúság egészségéért, edzettségéért, a Magyar Testnevelő Tanárok Országos Egyesületének Országos Szakmai Konferenciájának kiadványkötete; 1990. 03. 10. (szerk. Istvánfy Cs.), 15–34. p.

<sup>12</sup> Révai Új Lexicon (1996) I. kötet; Babits Kiadó, Szekszárd, 497. p.

<sup>13</sup> Révai Nagy Lexicon (1989); Az ismeretek Enciklopédiája I. kötet; Szépirodalmi és Babits Könyvkiadó; 658. p.

A szabadidőiparban, a szállodák programjainak esetében azt jelenti, hogy minden alkalmat ki kell használni, hogy ámulatba ejtsük a vendégeket. Ők szórakozni, új barátságokat kötni, új élményeket szeretnének szerezni, aktívnak lenni és élvezni a nyaralásukat. Az animátorok biztosítják a környezetet, a programokba való bekapcsolódást, részvételt, ami lehetővé teszi az önfeledt élményt a szakmai irányításukkal. Az animátor a szórakoztató-, közösségi- és sportprogramok lebonyolításán túl a „házigazda” szerepét is betölti, melynek segítségével a vendégek közelebb hozására törekszik. Tájékoztatja a vendégeket a programokról, ösztönzi (motiválja) és nem kényszeríti, hogy vegyenek részt abban.

Egyre több wellness szálloda honlapján olvashatjuk a kínálati elemek palettáján az animációt, mely egyre jobban felértékelődik. Vajon miért?

#### *Az animáció jelentősége:*

Minden vendéglátónak érdeke a megelégedett vendég, hiszen a visszatérő vendégkör kialakítását biztosíthatja, valamint nincs is annál jobb reklám (szájpropaganda), amikor a barátoknak ajánlja a vendég az adott szállodát. A gyerekanimáción keresztül a szülőket is megnyeri, hiszen egy elégedett gyerek két elégedett szülőt is eredményez.

A **Maslow-piramis** mind az öt szintjének emberi szükségletei teljesülnek, amennyiben animációt is alkalmaz a szálloda. A fiziológiai szükségletet, szállást, étel- és italszolgáltatást jelent, a biztonsági szükségletet a biztonságos hotelkörnyezet adja. Ezek animáció nélkül is teljesülhetnek, de az ezeket követő három szint teljesítése csak ott realizálódhat, ahol rendelkeznek animációval. A valahová tartozás érzését az animátorok alakítják ki azáltal, hogy mindig barátságosak, névről szólítják a vendégeket, a legnagyobb természetességgel invitálják mindig a programokra őket, mintha régóta hozzájuk és a többiekhez tartoznának. A megbecsülés az előzőekből származtatható: ott, ahol mindig szívesen látják a vendéget, akkor is megbecsülik, ha rosszul teljesít egy játékban vagy sportban, kiváltja a megbecsülés érzését. Végül pedig ezekben a klubokban az animátorok biztatásával és vezetésével olyan dolgokat is kipróbálhat, amire addig nem volt mersze, vagy idegenkedett tőle. Amikor látja, megtapasztalja a vendég a sikert, úgy érezheti az önmegvalósítás mezejére lépett.

Megállapíthatjuk tehát, hogy a testnevelő tanárok megjelenésére számíthatunk az egészségturizmus wellness területén. Éppen ezért fontosnak ítéljük, hogy a testnevelők képzésébe beépítésre kerüljön a turizmus területét érintő ismeretanyag. A közalkalmazottaknak hétévente továbbképzés terüle-

tén kreditpontokat kell összegyűjteni kötelező jelleggel, a továbbképzések kurzusaiba is be lehetne építeni a turizmussal kapcsolatos ismereteket.

### **Konklúzió**

- A turisztikai trendeket tekintve elmondhatjuk, hogy a turizmus és ezen belül a wellness turizmus kereslete dinamikus fejlődést mutat.
- A wellness kínálati elemei között hangsúlyozottan jelentkeznek a szabadidős és sportprogramok, melyeknek sikeres, színvonalas lebonyolításában, a programok animálásában jelentős szerep hárul a testnevelőkre.
- A testnevelő tanárok felkészítésében szerepeltetni kellene a turisztikai ismereteket.

### **Irodalom**

- Buda Béla (1998): Elmélet és alkalmazás a mentálhigiénében (TÁMASZ, Bp. 25. p.)
- GGEDŐ DOLÓRESZ–RIGLER ENDRE (1998): Labdás gyakorlatok a mozgásterápiában (Present Bt., Kecskemét, 5–15. p.)
- ISTVÁNFY CSABA (1999): Összefogás az ifjúság egészségéért, edzetségéért In: Összefogás az Ifjúság egészségéért, edzetségéért (szerk.: Istvánfi Cs.), a Magyar Testnevelő Tanárok Országos Egyesületének Országos Szakmai Konferenciájának kiadványkötete (1990. 03. 10., 15–34. p.)
- KENNETH H. COOPER (1990): A tökéletes közérzet programja (Sport, Bp. 19–26. p.)
- DR. KÖNYVES ERIKA–MÜLLER ANETTA (2001): Szabadidős programok a falusi turizmusban (Szaktudás Kiadó Ház Rt., Bp. 11. p.)
- Marketingterv 2004. (Magyar Turizmus Rt.; 2003. okt. 7., 8–35. p.; [www.itthon.hu](http://www.itthon.hu))
- Révai Nagy Lexikona (1991) VI. kötet (Szépirodalmi és Babits Könyvkiadó, Bp. 163. p.)
- Révai Új Lexikona (1996) I. kötet (Babits Kiadó, Szekszárd, 497. p.)
- Révai Nagy Lexikona (1989); Az ismeretek Enciklopédiája I. kötet (Szépirodalmi és Babits Könyvkiadó, 658. p.)
- Spa Egészségturisztikai konferencia (2002) – EŐRY EDIT