

Výroční zpráva 2024

**Společně
jsme silnější**

komorafitness.cz

info@ceskakomorafitness.cz



Obsah

4 Úvodní slovo

Jsme tu pro vás

6 Výhody členství

Gold členové České komory fitness

8 Výsledky ČKF v bodech

9 Konference FITNESS 2024

12 Výsledky fitness průzkumu trhu za rok 2023

14 Rimini Wellness a FIBO

15 Jana Havrdová – zástupkyně evropského regionu

16 Konference Nadačního fondu Aktivní ČESKO

18 Kampaň AKTIVNÍ ZÁŘÍ

#BEACTIVEDAY

22 Nejlepší mediální výstupy

28 Vzdělávání

30 Projekty našich členů

Balance Club Brumlovka a FTVS

Fitness Victory

Form Factory

34 Aktuální téma ze sektoru

Děti a fitness centra: Výzvy, trendy a odpovědnost

36 Přehled příjmů a výdajů za rok 2024

38 Lidé České komory fitness

Úvodní slovo

Milí členové, partneři a příznivci České komory fitness,

rok 2024 byl rokem růstu, rozvoje a především potvrzení toho, že fitness sektor je důležitou součástí společnosti, a to nejen jako místo pro pravidelný pohyb, ale jako prostor zdraví, prevence a vzájemné inspirace.

Členská základna Komory nadále mírně roste a těší nás, že zde dnes máme zastoupeny téměř všechny klíčové hráče českého trhu. Vedle tradičních provozovatelů fitness center, včetně velkých řetězců, se k nám připojují i nové segmenty – dodavatelé technologií, vybavení, vzdělávání, ale i specialisté na kybernetickou bezpečnost. Nedílnou součástí zůstávají wellness centra, která s námi sdílí péči o zdraví v širším slova smyslu.

Jedním z vrcholů roku byl rozvoj platformy a nadačního fondu Aktivní ČESKO, jehož posláním je motivovat obyvatele napříč generacemi k pravidelnému pohybu. Dopad aktivit předčil očekávání – do kampaně Aktivní září 2024 se zapojilo více než 860 akcí s účastí téměř 165 000 osob. V rámci kampaně jsme také realizovali projekt BEACTIVE DAY – dny otevřených dveří ve fitness centrech, který díky podpoře programu Erasmus+ a naší evropské organizace Europe Active proběhl v celé Evropě. Děkujeme všem, kdo se zapojili – každé otevřené dveře, každý usměvavý instruktor a každá aktivní minuta se počítá.

Rok 2024 byl zároveň obdobím důkladných příprav na zkoušení z nové profesní kvalifikace Instruktor pohybových aktivit osob s civilizačními onemocněními, jejíž smysl spočívá v propojování světa fitness a zdravotnictví. Těší nás, že jsme také iniciovali vznik studie Deloitte, která přinese souhrnný pohled na ekonomické přínosy pohybu pro českou společnost – výsledky budou zveřejněny v první polovině roku 2025.

Fitness sektor je dnes hybatelem společenské změny v chápání prevence – pohyb už není

„volnočasovou aktivitou“, ale stává se klíčovou součástí zdravého a aktivního života. Čeká nás ale ještě mnoho práce. Potřebujeme vzdělané profesionály, kteří si získají důvěru veřejnosti i zdravotnické sféry. Naše provozy musí být standardem kvality, bezpečnosti a péče. A naše mise je pomoci lidem objevit fitness jako třetí prostor – vedle domova a práce místo, kde čerpáme sílu, zdraví i přátelské vztahy.

Výzvou, která před námi stojí, je i zapojení dětí a mladých lidí. Chceme být těmi, kdo je podporují v pohybu a zdravém vývoji, ale také těmi, kdo je chrání před zkratkami, které nabízí svět sociálních sítí. Zázračné návody jsou bohužel často jen nebezpečnou iluzí a nemají v našem prostředí místo. Jsme tu jako průvodci – s odborností, lidskostí a odpovědností.

Na závěr mi dovolu poděkovat všem členům Komory. Bez vaší každodenní práce bychom nemohli odvětví fitness v České republice hájit, rozvíjet a zejména prezentovat jako HEALTH CARE SOLUTION. Můžeme být hrdí na to, že reprezentujeme sektor s ohromným potenciálem zlepšit fyzické i psychické zdraví obyvatel této země.

Zároveň ale nikdy nezapomínáme – jsme podnikatelským prostředím. Naše služby si nacházejí klienty samy, bez státních dotací. Vyděláváme si poctivě svou hodnotou a kvalitou. O to větší má naše práce smysl.

Děkujeme, že jste s námi.

S úctou a respektem
Mgr. Jana Havrdová, MPA
prezidentka České komory fitness



Jsme tu pro vás

Česká komora fitness již od roku 2011 jedná jménem a ve prospěch členského fitness sektoru. Tento náš cíl jsme potvrdili zejména v období pandemie COVID-19, kdy jsme byli součástí nejúžšího pracovního týmu Hospodářské komory ČR pro vyjednávání o podmínkách otevření provozů i kompenzačních programů. Ke dni konání Valné hromady zastupujeme 115 členů z řad fitness center, školicích center, bazénů a saun, lezeckých, trampolínových a bowlingových center, sportovních svazů a dodavatelů fitness vybavení.

Jsme zakladateli a provozovateli Českého registru fitness profesionálů – členům registru zajišťujeme pojištění odpovědnosti pro výkon jejich trenérské a instruktorské činnosti v oblasti fitness. V registru je aktuálně necelých 500 aktivních členů.

Jsme autorizovaným živnostenským společenstvem Hospodářské komory ČR pro oblast tělovýchovných a sportovních služeb. Prostřednictvím našeho členství můžeme připomínkovat zákony, které se našeho oboru, podnikání v oboru fitness, týkají.

V rámci organizační struktury Hospodářské komory jsme založili Sekci pro podnikání v oblasti sportu a aktivního životního stylu, která je aktivní platformou pro spolupráci českého sportovního podnikatelského i neziskového prostředí Sekce a pracovní skupiny I Hospodářská komora ČR

Jsme členem Europe Active, největší evropské asociace provozovatelů fitness, školicích organizací i národních asociací www.europeactive.eu

Díky členství v Europe Active jsme partnery v mezinárodních projektech z programu Erasmus+, které podporují pravidelnou fyzickou aktivitu v každodenním životě.

Jsme hlavním iniciátorem tvorby standardů profesních kvalifikací pro oblast fitness v rámci projektu Národní soustavy kvalifikací.

Jsme součástí českého programu Evropského týdne sportu, jehož hlavním koordinátorem pro Českou republiku je Český olympijský výbor.

Organizujeme odborné konference a vzdělávací workshopy pro oblast pohybových aktivit osob s civilizačními onemocněními.



Výhody členství

ČLEN ČESKÉ KOMORY FITNESS

fitness centrum, sportovní klub, vzdělávací zařízení nebo dodavatel fitness

- 20% sleva z poplatků za užití hudby, administrativní servis a možnost platit poplatky zpětně za uplynulé čtvrtletí
- Zapojení do evropského projektu #BEACTIVE a celonárodní kampaně Aktivní září
- Přístup k aktuálním informacím a datům týkající se fitness trhu
- Prezentace Vás i Vašich služeb (PR podpora, SoMe podpora)
- Automatická registrace do členství v Hospodářské komoře ČR
- Vstupenky na zahraniční akce pro členy ČKF zdarma nebo se slevou: FIBO a Rimini Wellness
- Možnost aktivně pracovat na zlepšení českého fitness prostředí
- Zařazení termínů školicích kurzů a dalších akcí do našeho kalendáře
- Informační servis a poradenství

ČLEN ČESKÉHO REGISTRU FITNESS PROFESIONÁLŮ

osobní trenér, lektor skupinových lekcí, fyzioterapeut, nutriční terapeut, choreograf nebo tanečník

- Pojištění odpovědnosti fitness profesionálů
- Profil v Českém registru fitness profesionálů
- Informační servis a poradenství
- Zvýhodněné vstupné na vybrané české i zahraniční akce



Gold členové České komory fitness

[Odkaz na celý seznam členů→](#)



Výsledky ČKF v bodech

Rok 2024 byl pro Českou komoru fitness rokem silného růstu, posílení mezinárodních vazeb a důležitých milníků. Uspořádali jsme odbornou konferenci FITNESS 2024 a slavnostní galavečer GALAFIT, který ocenil osobnosti českého fitness sektoru a podpořil charitu. Realizovali jsme další ročník průzkumu trhu, jehož výsledky ukazují výrazný ekonomický růst celého odvětví. Prezentovali jsme se na klíčových evropských akcích, jako jsou FIBO či Rimini Wellness, a Jana

Havrdová byla zvolena do Rady World Active jako zástupkyně Evropy. Aktivně jsme se podíleli na 1. Výroční konferenci Nadačního fondu Aktivní ČESKO a prostřednictvím kampaně AKTIVNÍ ZÁŘÍ a evropského projektu dnů otevřených dveří **#BEACTIVEDAY** jsme společně rozhýbali přes 13 000 nových zájemců o zdravý životní styl. Rok 2024 tak potvrdil rostoucí roli fitness sektoru jako důležitého nástroje podpory veřejného zdraví v České republice.

Konference FITNESS 2024



GALAFIT

Dne 1. března 2024 se v pražském hotelu Corinthia uskutečnil první ročník slavnostního galavečera GALAFIT, který ocenil výjimečné osobnosti a instituce českého fitness sektoru. Akci moderovali Olga Lounová a člen představenstva ČKF Mgr. Jan Caha. Cílem večera bylo propojit svět fitness, pohybu, podnikání a charity, přičemž výtěžek ve výši 50 000 Kč byl věnován dětem se spinální svalovou atrofií.

Ocenění byla udělena v šesti kategoriích:

1. **Inovativní přístup:** Centrum pohybové medicíny Pavla Koláře za unikátní rehabilitační přístup.
2. **Vzdělávací instituce:** Fakulta tělesné výchovy a sportu UK za projekt "Měníme svět pohybem".
3. **Fitness influencer:** Andrea Voříšková, zakladatelka FITFAB Strong, která se stala i absolutní vítězkou večera.
4. **Fitness sportovec:** Tereza Linhartová za úspěchy na mezinárodních soutěžích v roce 2023.
5. **Fitness osobnost:** Ing. Petr Havlíček za dlouhodobý přínos v oblasti výživového poradenství.
6. **Fitness aerobik TOP TEN:** Fitness centrum Bány a Hanky Šulcových za celoroční výsledky v soutěžích FISAF.cz.

Do síně slávy GALAFIT byla uvedena Helena Jarkovská, průkopnice aerobiku v České republice. Galavečer GALAFIT se stal významnou událostí, která podtrhla rostoucí profesionalizaci a společenský význam fitness sektoru v České republice

Velké poděkování za organizaci a celou přípravu akce patří Jiřímu Vilímkovi, členovi představenstva České komory fitness



Výsledky fitness průzkumu trhu za rok 2023

Nabídka služeb a trendy

Nejvýznamnějším trendem jsou chytré technologie (wearables), jako jsou chytré hodinky a fitness trackery. Následují prémiové kluby se členstvím, osobní trénink, skupinové lekce a fitness aplikace

Nejpopulárnějšími službami ve fitness centrech byly:



Ekonomický růst sektoru

- Celkové výnosy fitness center v roce 2023 dosáhly 11,3 miliardy Kč, což představuje dvojnásobek oproti roku 2022 (5,7 miliardy Kč).
- Průměrná cena měsíčního členství ve fitness centrech zaměřených na členství činila 2 600 Kč, zatímco průměrná cena jednorázového vstupu byla 223 Kč, což je nárůst o přibližně 30 % oproti předchozímu roku.
- Náklady provozovatelů vzrostly: 50 % zaznamenalo nárůst mezi 10–19 %, dalších 25 % mezi 20–29 %

Zaměstnanost a provozní modely

- **Zaměstnanecké vztahy:**
 - Práce na dohodu o provedení práce nebo činnosti je běžná
 - Management a recepční často na stabilní pracovní poměr
 - Osobní trenéři preferují samostatnou výdělečnou činnost (OSVČ)
- **Provozní modely:**
 - Kombinovaný model členství a jednorázových vstupů/předplacených permanentek nabízí 35 % provozovatelů

Role benefitních programů

- **Vliv benefitních programů:**
 - Téměř polovina provozovatelů (41,2 %) uznává jejich vysoký vliv na podnikání
 - Skoro polovina (47 %) vnímá jejich roli kladně
 - 43 % respondentů uvádí, že příjmy z benefitních programů představují méně než 15 % jejich celkových příjmů, což naznačuje lepší kontrolu nad využíváním těchto programů v porovnání s minulým rokem

**Celkové výnosy fitness center
v roce 2023 dosáhly 11,3
miliardy**

Zúčastnili jsme se největších veletrhů a konferencí v Evropě

European Health and Fitness
Forum / FIBO

Rimini Wellness



Jana Havrdová byla zvolena do Rady World Active jako zástupkyně evropského regionu

V dubnu 2024 byla prezidentka České komory fitness Jana Havrdová zvolena do Rady World Active jako zástupkyně evropského regionu. Tato globální platforma sdružuje zástupce fitness a pohybových aktivit z celého světa s cílem podporovat zdraví populace prostřednictvím pravidelné fyzické aktivity. Zvolení Jany Havrdové do Rady World Active

je uznáním jejího dlouhodobého úsilí v oblasti podpory pohybu a zdravého životního stylu, zejména prostřednictvím iniciativy Aktivní Česko. Tato mezinárodní spolupráce posiluje postavení České komory fitness na globální scéně a otevírá nové příležitosti pro sdílení zkušeností a osvědčených postupů v oblasti veřejného zdraví.



Zúčastnili jsme se 1. Výroční konference Nadačního fondu Aktivní ČESKO

V květnu 2024 se v Senátu ČR uskutečnila první výroční konference Nadačního fondu Aktivní Česko, jejímž cílem bylo propojit odborníky z oblasti zdravotnictví, školství, sportu a veřejné správy s cílem podpořit pravidelnou pohybovou aktivitu jako klíčový faktor zdraví populace. Konference byla rozdělena do pěti tematických bloků, které se zaměřily na legislativní rámce, příklady dobré praxe a multisektorovou spolupráci. Výstupem konference byla výzva „Call to Action“, která zdůrazňuje význam pohybu pro fyzické i duševní zdraví a vyzývá k jeho systematické podpoře napříč společností.

Česká komora fitness měla možnost na konferenci prezentovat evropský projekt **#BEACTIVEDAY**, díky kterému se v roce 2024 zapojilo 178 sportovišť po celé ČR a společně se ve sportovištích podařilo přivést k pohybu na 13 000 nových zájemců o zdravý životní styl. Tento projekt, organizovaný ve spolupráci s EuropeActive, je součástí celonárodní kampaně Aktivní ZÁŘÍ už druhým rokem, jehož cílem je motivovat veřejnost k pravidelné fyzické aktivitě a představit fitness centra jako dostupná místa pro podporu zdraví.





Zapojili jsme se do celonárodní kampaně na podporu pohybu AKTIVNÍ ZÁŘÍ

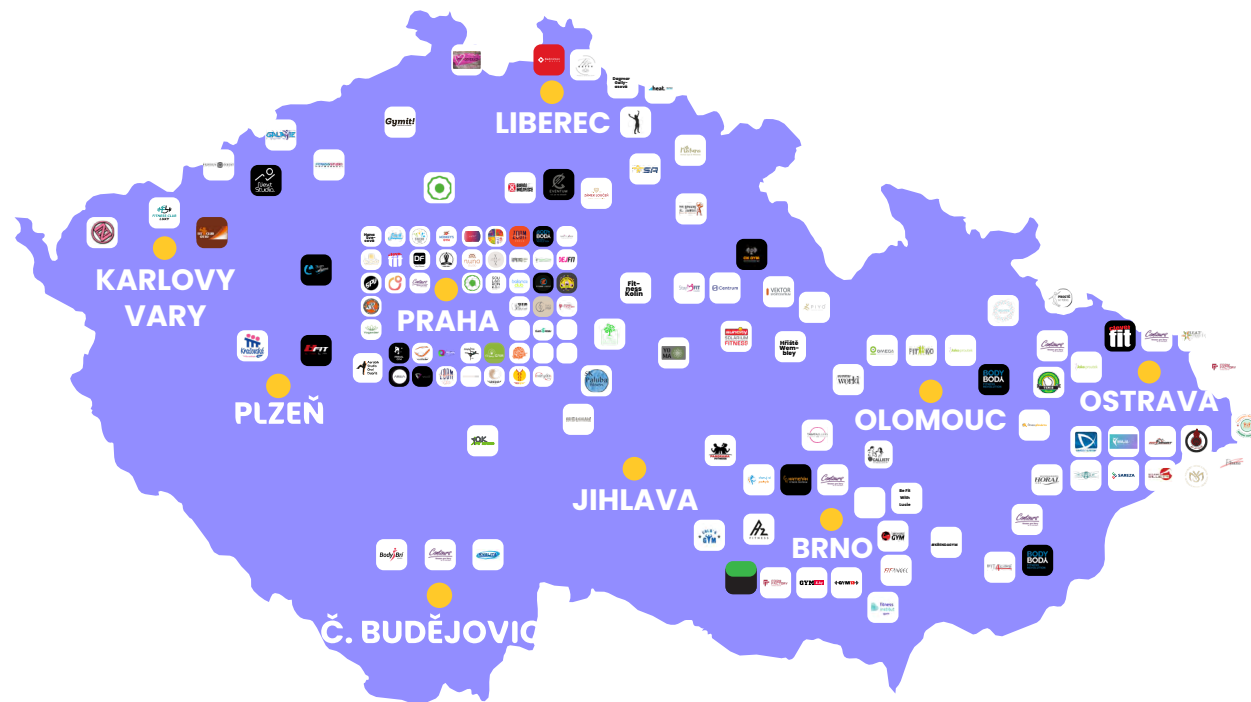
Rozjeli jsme to ve Valdštejnské zahradě



[Přehrát oficiální video z akce →](#)



Uspořádali jsme dny otevřených dveří fitness center a dalších sportovišť **#BEACTIVEDAY**



178 fitness center
406 akcí
39 000 účastníků

z nich 13 000 nových zájemců o aktivní životní styl





Evropský projekt #BEACTIVEDAY 2024 dosáhl neuvěřitelných čísel:

21 158 akcí, 568 287 účastníků a více než 11 milionů lidí, kteří byli kampaní zasaženi!



[Odkaz na článek→](#)

Nejlepší mediální výstupy



Elixír života? Udržet si svalovou hmotu, říká propagátorka zdraví Jana Havrdová

„Dobře dýchat, jíst, pít, spát a hýbat se. Podle moderátorky a prezidentky České komory fitness Jany Havrdové je to právě tahle hvězdná pětice, která nám – budeme-li se řídit těmito principy – skýtá velkou šanci, že svůj život prožijeme šťastně a ve zdraví.“

idnes.cz



Příběhy pohybu – Jana Havrdová

„Naše pozvání tentokrát přijala Jana Havrdová, prezidentka České komory fitness, viceprezidentka Hospodářské komory, moderátorka a předsedkyně správní rady projektu Aktivní Česko. Spolu s Alešem Vlkem si pohovořila například o tom, jaký je její vztah k pohybu a celkově ke zdravému životnímu stylu. Co ji přináší pohyb, jak se dostala ke své sportovní kariéře nebo jak probíhala její studia na Právnické fakultě.“

Podcast Fakulta tělesné výchovy a sportu UK



Jana Havrdová | Bez frází+

„Pohyb je pro ni život. Vždycky byl a vždycky bude. A největší touha Jany Havrdové je tohle nadšení předat dál. Někdejší mistryně světa ve fitness aerobiku a především propagátorka aktivního stylu života si nejen o tom povídala s Karlem Nocarem v novém Bez frází+. Pokud chcete motivaci rozhýbat své tělo, tady ji dostanete!“

bezfrazi.cz



Jana Havrdová, prezidentka České komory fitness: Sval je elixír života, který se po staletí hledá

„Češi jsou pátým nejtlustším národem světa. Jak tomu čelit? ‚Musíme převzít odpovědnost za své zdraví. Neuvažovat tak, že až budu mít problém, naše zdravotnictví to vyřeší,‘ apeluje. Jaká je pětice pravidel na udržení správné kondice? Je fitness opravdu jen pro mladé? Může pohyb usnadnit léčbu? Jak změnit náhled společnosti na pohyb? Co je projekt Aktivní Česko? Jak dlouho cvičí?“

dvojka.rozhlas.cz



Čtyři z deseti firem škrtají benefity, hlavně ty zdravotní. ‚Omezuje se prevence,‘ varuje svaz obchodu

„Kvůli snížení daňových limitů omezily čtyři z deseti českých firem zaměstnanecké benefity. Vyplývá to z nového průzkumu Hospodářské komory mezi 457 firmami všech velikostí napříč obory, který má Český rozhlas k dispozici. Firmy tak reagují na to, že od 1. ledna jsou od daně osvobozené nepeněžní benefity jenom do výše poloviny průměrné měsíční mzdy.“

irozhlas.cz



Havrdová: Zdraví nevzniká v nemocnicích. Jsme strůjci svého štěstí, fitness je primární prevence

„Hynek Čermák a Josef Toman si do svého podcastu Men's factor pozvali Janu Havrdovou. Havrdová je mistryně světa ve fitness step, členka hospodářské komory České republiky a prezidenta České komory Fitness. Mluvilo se tak především o zdraví, sportu a prevenci, podle Havrdové by měl každý člověk hledat svůj potenciál a řešit, jak může být prospěšný pro společnost.“

Echo podcast



Necvičíš, zaplatíš. Firmy už chápou, že pohyb znamená zdraví, pochopí to stát?

„Česko potřebuje rozhýbat. Protože pak bude zdravější, výkonnější – i bohatší. V podcastu Forbesu se na tom shodují zástupci byznysu, který je s pohybem přímo spojen: Jana Havrdová z České komory fitness i Miroslav Rech, CEO společnosti MultiSport Benefit, která nabízí pohybové aktivity jako benefit pro zaměstnance.“

forbes.cz



Den s Jiřím Vilímkem

„Úspěšného závodníka ve physique mužů Jiřího Vilímka určitě znáte. Nejen, že pod značkou Fitness Victory provozuje v Praze tři fitka, ale zasedá také v České komoře fitness, která ve spolupráci s představiteli politické scény například vyjednává lepší podmínky pro podnikatele ve fitness, provozovatele fitek nebo osobní trenéry. Letos na jaře také uspořádal první ročník celorepublikové fitness ankety Galafit, která ocenila výrazné osobnosti různých oblastí fitness. Kromě toho je šťastným otcem tří dětí a letos se po menší pauze opět připravuje na závody. A já jsem s ním strávil celý jeden den od brzkého rána do pozdního odpoledne a Vy díky našemu videu můžete taky!“

kulturistika.ronnie.cz



Cvičení v kanceláři – Lea Vršecká v SAMA DOMA

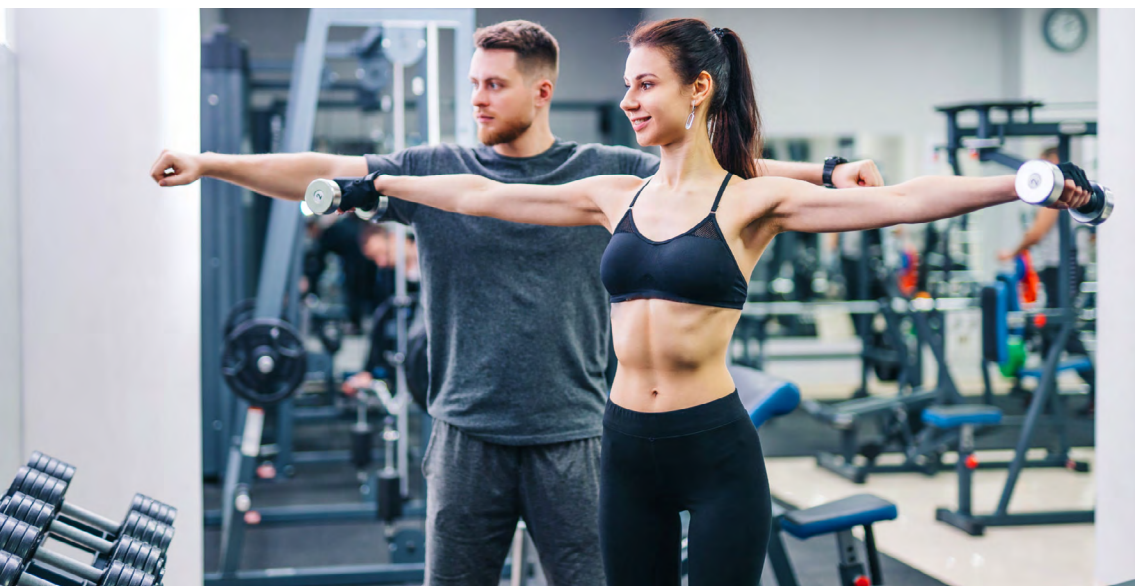
„Zajímá vás jak eliminovat negativní dopady sedavého zaměstnání? Víte, co všechno můžete udělat proto, abyste se během práce u počítače cítili lépe? Nejste si jisti, jakou židli zvolit a potřebujete poradit? Chcete si vyzkoušet vhodné cviky do kanceláře? Pak se podívejte na rozhovor v pořadu Sama doma na téma „cvičení v kanceláři“.“

ivysilani.cz (SAMA DOMA)



Události – Téma zaměstnaneckých benefitů

ceskatelevize.cz



[Sledujte blog České komory fitness→](#)

Wellness

Wellness jako součást duševní rovnováhy mladých lidí: Saunování v kontextu prevence psychických onemocnění

Dominika Nancy Balousová, členka představenstva České komory fitness, garantka sekce wellness

Jedním z pilířů naší práce v oblasti wellness je aktivně reagovat na aktuální výzvy společnosti. Rok 2024 přinesl další důkazy o tom, že duševní zdraví mladých lidí v České republice se zhoršuje a zaslouží si naši plnou pozornost. Podle průzkumu agentury Ipsos až 77 % mladých dospělých zažívá stres, který negativně ovlivňuje jejich každodenní život, a více než 85 % se cítí přetíženo běžnými povinnostmi. Třetina se dokonce považuje za psychicky nemocné.

Tyto statistiky nejsou jen čísla – jsou to reálné lidské příběhy, které slyšíme stále častěji i v našem sektoru. Jako Česká komora fitness věříme, že náš obor má co nabídnout i v oblasti duševního zdraví. Nejen pohyb, ale i regenerace, dech, rituály a klid mohou tvořit důležitý rámec pro duševní rovnováhu.

Jedním z přístupů, který mě osobně zaujal a jehož potenciál vidím stále častěji i u mladších klientů, je saunování. V roce 2024 byla publikována studie z Kalifornské univerzity

v San Francisku, která prokázala účinek pravidelného saunování v kombinaci s psychoterapií na pacienty s těžkou depresí. U 11 z 12 účastníků došlo po osmitýdenní terapii k úplnému ústupu příznaků. Vědci připisují výsledky fyziologickým efektům sauny – zvyšování tělesné teploty, zlepšení cirkulace a uvolnění endorfinů.

Z vlastní zkušenosti i práce s mladými lidmi vnímám, že právě jednoduché, přirozené rituály jako sauna mohou být jedním z prvních kroků k návratu k sobě. Místo tlaku na výkon nebo konzumaci dalšího obsahu získávají prostor pro odpočinek a propojení se svým tělem. Věřím, že wellness centra, fitness provozovny i jednotliví profesionálové mohou tyto přístupy citlivě začleňovat do své praxe.

Jako Česká komora fitness se proto hlásíme k myšlence, že wellness je nedílnou součástí veřejného zdraví. A že když se spojí odborné poznatky, osobní zkušenosti a empatie, může vzniknout prostor, kde se lidé budou cítit bezpečně – fyzicky i psychicky.

Závěr:

Psychická pohoda mladé generace není luxus, ale nutnost. Wellness, včetně saunování, může být cenným spojencem v péči o duševní zdraví. V roce 2025 chceme toto téma dále rozvíjet, podpořit osvětu i praktickou implementaci a být hlasem, který propojuje pohyb, prevenci a péči o mysl.

Jóga

Jóga jako stabilní pilíř pohybových aktivit i duševního zdraví v roce 2024

MSc. Pavla Křečanová, členka představenstva České komory fitness, garantka sekce jógy

Rok 2024 můžeme v oblasti jógy charakterizovat jako stabilizační a celkově velmi pozitivní. Došlo k dalšímu růstu návštěvnosti skupinových lekcí – meziroční nárůst oproti roku 2023 dosáhl přibližně 10 %, čímž se celková roční návštěvnost dostala zpět na „předcovidovou“ úroveň. Zájem o jógu opět roste napříč věkovými skupinami a potvrzuje se její důležitá role nejen jako formy pohybu, ale i nástroje pro duševní hygienu a prevenci civilizačních onemocnění.

Z pohledu ekonomiky a provozních podmínek přinesl rok 2024 tolik potřebnou stabilitu – inflace i ceny energií se stabilizovaly, což umožnilo lepší plánování a kontinuitu provozu studií. Tato rovnováha se pozitivně promítla i do vyšší ochoty veřejnosti investovat do pravidelných lekcí.

Mezi trendy v józe v roce 2024 patří větší důraz na duševní rovnováhu, regeneraci a individualizovaný přístup. Stále více klientů vyhledává terapeutické formy jógy, jemnější styly, jógu pro seniory a specializované lekce zaměřené na zdravá záda, dechová cvičení a podporu mentální pohody. Výrazně narůstá také poptávka po lekcích jógy pro zaměstnance firem v rámci programů na podporu zdraví na pracovišti.

Spolupráce s Českou komorou fitness si velmi vážíme – oceňujeme energii a zápal, které jsou věnovány propagaci pravidelného pohybu. Iniciativa Aktivní Česko byla i letos nositelem mnoha smysluplných projektů, do kterých se sektor jógy aktivně zapojil. Mezi nejpřínosnější vnímáme opět zářijovou výzvu Aktivní ZÁŘÍ, v rámci které jsme posky-

tovali lekce jógy zdarma pro veřejnost, a zároveň možnost prezentace jógy prostřednictvím portálu Kudyznudy.cz, který výrazně napomáhá šířit osvětu a informovat veřejnost o možnostech aktivního životního stylu.

Jóga má i nadále své pevné místo ve spektru pohybových aktivit – jako přístup, který v sobě spojuje sílu, pružnost, dech, klid a vnitřní rovnováhu. Rok 2024 nám znovu ukázal, že veřejnost si stále více uvědomuje význam pravidelného pohybu nejen pro tělo, ale i pro duševní zdraví. Možná i proto se jóga umístila na 3. pozici ve fitness průzkumu za rok 2024 mezi nejčastěji poskytovanými službami ve fitness sektoru, což potvrzuje její rostoucí oblibu a stabilní pozici mezi nabízenými pohybovými aktivitami.

Závěr:

Rok 2024 potvrdil, že jóga zaujímá v oblasti pohybových aktivit stále významnější roli. Její stabilní růst, rostoucí obliba napříč generacemi a posilující pozice ve strukturách fitness sektoru ukazují, že jóga je nejen cestou k fyzické kondici, ale i nástrojem péče o duševní zdraví. Kombinace tradice, adaptace na současné potřeby a aktivní zapojení do celospolečenských kampaní dává józe silné postavení i do dalších let.

Vzdělávání

Daří se nám prohlubovat propojení fitness sektoru se zdravotnickým systémem a posílit roli kvalifikovaných odborníků v oblasti pohybové prevence

Jan Caha, člen představenstva České komory fitness, garant sekce vzdělávání

Rok 2024 byl pro Českou komoru fitness (ČKF) obdobím významného posunu v oblasti vzdělávání, zejména v kontextu prevence a péče o osoby s civilizačními onemocněními. Naším cílem bylo dále prohloubit propojení fitness sektoru se zdravotnickým systémem a posílit roli kvalifikovaných odborníků v oblasti pohybové prevence.



Přípravné kurzy a spolupráce s odbornými institucemi

Ve spolupráci s MediSpo Akademií jsme zahájili přípravné kurzy zaměřené na získání této profesní kvalifikace. Kurzy poskytují účastníkům komplexní znalosti a dovednosti potřebné pro úspěšné složení zkoušky, včetně témat jako anatomie, fyziologie, specifika pohybových aktivit vhodných pro osoby s různými civilizačními onemocněními a praktické aplikace cvičebních programů.

Tato iniciativa reflektuje náš dlouhodobý cíl efektivně propojit fitness služby s lékaři a zdravotními pojišťovnami, čímž se pravidelná fyzická aktivita stává nejen prevencí, ale i účinným nástrojem v léčbě civilizačních onemocnění.

Profesní kvalifikace a autorizované osoby

Navázali jsme na úspěšné zavedení profesní kvalifikace „Osobní trenér ve fitness“ schválené v roce 2022. V roce 2024 došlo k plnému etablování tohoto systému – evidujeme celkem 23 autorizovaných osob s pravidelnými zkouškovými termíny. Byly realizovány desítky zkušebních dní, které ověřily odborné znalosti a praktické dovednosti uchazečů právě v této oblasti. Nutno také zmínit, že právě na této oblasti v současné době ČKF pracuje tak, aby došla k dalšímu posunu v kvalitě této profesní zkoušky a zrevidovala již zaběhnutý vzdělávací standard pro jeho ještě vyšší kvalitu.

Aktivní září a vzdělávací akce

V rámci tradiční kampaně „Aktivní září“ jsme realizovali řadu vzdělávacích a osvětových aktivit pod hlavičkou projektů „Aktivní firma“ a „Aktivní úřad“. Programy byly zaměřeny na osvětu v oblasti zdraví, pohybu a výživy pro zaměstnance institucí a firem. S aktivním zářím jsme se letos dostali do zahrad Senátu, kde jsme přivítali celou řadu politiků a významných osobností a mohli tak navázat mnoho významných partnerství pro posun osvěty a edukace v oblasti zdraví.

Konference a odborné akce

Významným vzdělávacím bodem byla konference CEEHFS 2024 v Bukurešti, kde jsme zprostředkovali odborný obsah napříč tématy byznysu, zdravotní prevence a pohybové aktivity, a to prostřednictvím prezidentky ČKF Jany Havrdové. Stejně tak připravujeme i nadále odborné akce pro následující období – např. Konferenci Fitness, výroční konferenci Aktivní Česko nebo vzdělávací dny v regionech.

Komunikace a osvěta

V roce 2024 došlo k výraznému posunu v oblasti online komunikace – sociální sítě ČKF se staly efektivním nástrojem pro šíření odborných informací, aktuálních výzkumů a preventivních doporučení propojujících fitness a zdraví.

Závěrem bychom rádi poděkovali všem spolupracujícím subjektům, lektorům, autorizovaným osobám a partnerům za podporu rozvoje odborného vzdělávání v rámci fitness. Věříme, že rok 2025 přinese další příležitosti k posílení odbornosti a prestiže našeho odvětví.

Projekty našich členů

Balance Club Brumlovka a Fakulta tělesné výchovy a sportu UK: Měníme svět pohybem



Unikátní studentská soutěž Měníme svět pohybem, organizovaná ve spolupráci Balance Clubu Brumlovka a Fakulty tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, letos představila šest mladých finalistů s inspirativními nápady v oblasti pohybu, sportu a zdravého životního stylu. Soutěž je otevřená studentům napříč všemi vysokými školami v České republice a představuje skvělou platformu pro rozvoj mladých talentů, kteří mění svět pohybem.

[Odkaz na článek→](#)



Fitness Victory: Spolupráce se SCIO školou Nusle



Fitness Victory ukazuje, jak může spolupráce fitness center se školami pozitivně ovlivnit vztah dětí k pohybu. V rámci partnerství se SCIO školou v Nuslích připravili pravidelný pohybový program, který je přizpůsoben věku i schopnostem žáků. Lekce probíhají v moderním fitness prostředí, děti se učí správným pohybovým návykům a přirozeně si budují vztah ke sportu jako ke každodenní součásti života. Tento příklad dobré praxe potvrzuje, že propojování vzdělávacího a pohybového sektoru má reálný dopad a přináší oboustranný přínos – školám, dětem i fitness centrům.



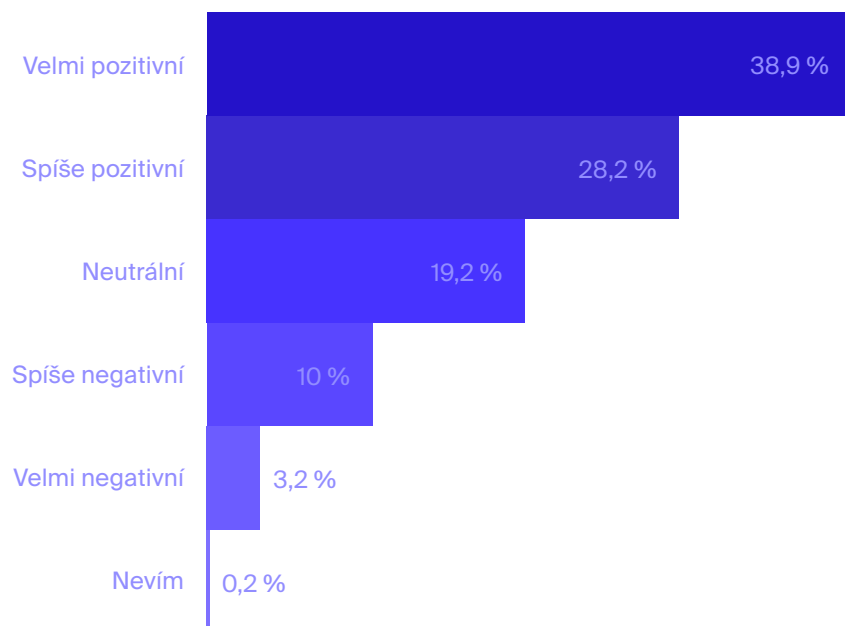
[Odkaz na článek→](#)

Form Factory: Fit4School – prevence dětské obezity

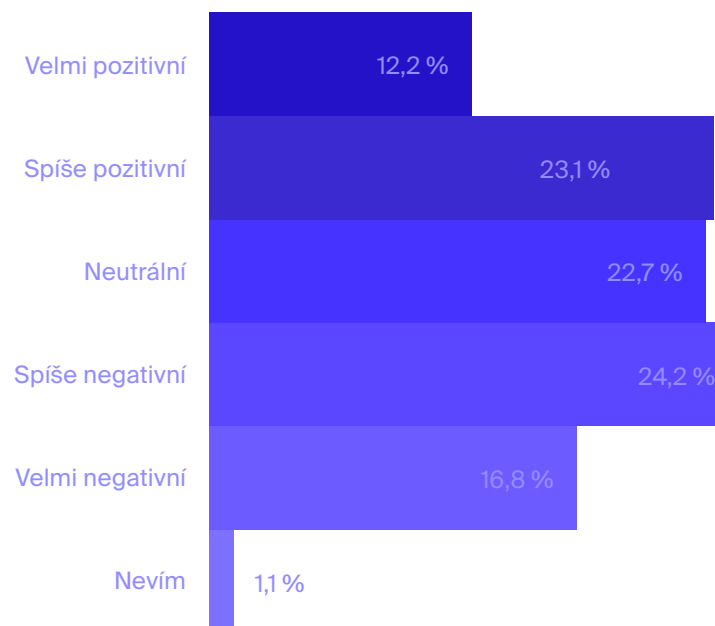


Form Factory ve spolupráci s ISIC Česká republika odstartovali projekt Fit4School, jehož cílem je řešit alarmující nárůst nadváhy a obezity u dětí školního věku. Projekt nabízí školám komplexní programy zaměřené na pravidelný pohyb a edukaci o zdravém životním stylu. Fit4School přináší praktické řešení přímo do školního prostředí – prostřednictvím odborně vedených lekcí, školení pro učitele i přímé zapojení dětí. Projekt získal silnou mediální odezvu a otevírá důležité téma prevence, která musí být nedílnou součástí celospolečenské debaty o zdravé budoucí generace.

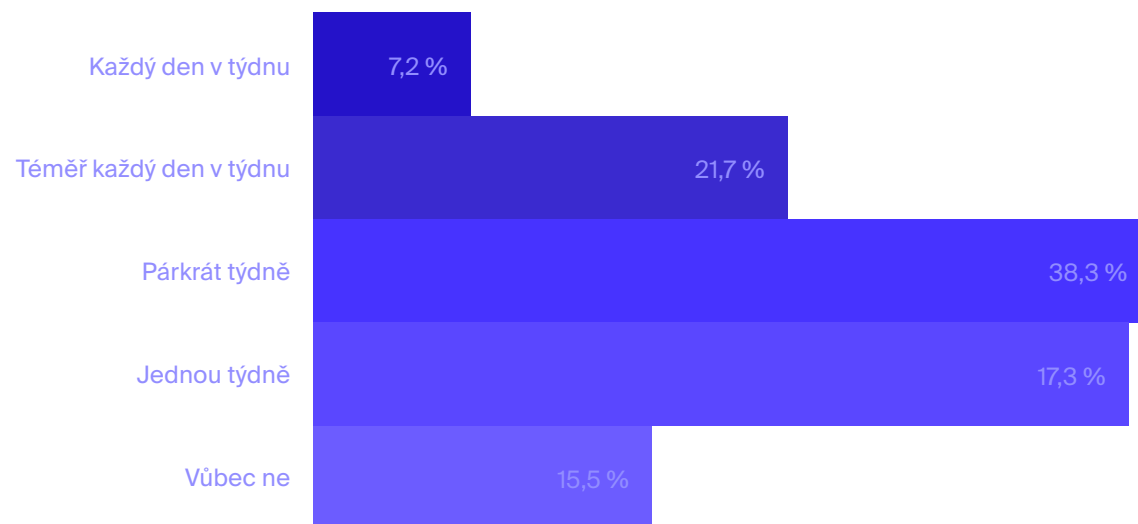
Jaký je tvůj vztah ke sportu a pohybu obecně?



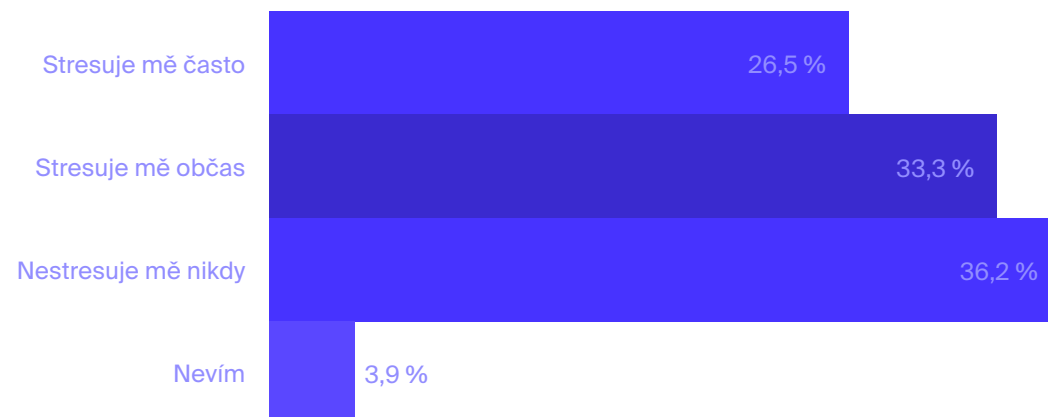
Jaký máš názor na podobu vašich hodin tělesné výchovy?



Jak často týdně sportuješ?



Dá se říct, že tě někdy tělocvik ve škole stresuje, a pokud ano, jak často?



[Odkaz na článek→](#)

Aktuální téma ze sektoru

Děti a fitness centra: Výzvy, trendy a odpovědnost

Roste problém dětské obezity – roste i zájem o pohyb

Dětská obezita představuje v České republice stále závažnější problém. Podle údajů Státního zdravotního ústavu a České obezitologické společnosti se nadváha týká přibližně 15–20 % dětí, přičemž tento trend je bohužel stále na vzestupu. K hlavním příčinám patří nevyvážená strava, nedostatek pohybu, pasivní životní styl v rodině, stres a psychologické faktory (například nízké sebevědomí nebo šikana).

Pozitivní zprávou však je, že si stále více rodičů uvědomuje rizika spojená s nadváhou a aktivně hledá cesty, jak podpořit děti v pravidelném pohybu. Výsledkem je i rostoucí počet dětí a mladistvých, kteří navštěvují fitness centra společně se svými rodiči – ať už v rámci skupinových lekcí, nebo individuálních tréninků.

Fitness centra jako prostor pro společně strávený čas

Cvičení ve fitness centru může být nejen nástrojem zlepšení kondice, ale také kvalitně stráveným společným časem rodičů s dětmi. Některá centra již nabízejí specializované dětské lekce v aerobních sálech, jiná umožňují volný vstup dětem v doprovodu dospělé osoby. Objevují se i příklady osvěty, vzdělávání rodičů i dětí v oblasti zdravého životního stylu. Zároveň však platí, že pouze menšina provozovatelů si plně uvědomuje právní a bezpečnostní rizika, která s pohybem dětí ve fitness centrech souvisejí.

Právní rámec vstupu dětí do fitness center

Většina provozních řádů fitness center stanovuje minimální věk pro vstup na 15 let, s výjimkami umožňujícími přístup mladším osobám pouze v doprovodu dospělého a po podepsání příslušného souhlasu. Z právního hlediska však zůstává nedořešena otázka odpovědnosti – jak rodičovské, tak provozovatelské. Děti mohou být v prostředí fitness centra snadno ohroženy – například nesprávnou manipulací s vybavením, které není určené pro jejich věk, nebo nedostatečným dohledem.

Dalším problematickým bodem je kvalifikace osob, které s dětmi pracují. Většina trenérských kurzů není zaměřena na specifika práce s dětskou populací, a tréněři tak nemusí mít dostatečné znalosti fyziologických odlišností, potřeb či bezpečnostních pravidel.

Doporučení pro práci s dětmi ve fitness centrech

Pokud se fitness centrum rozhodne otevřít své služby i mladší klientele (např. ve věku 10+), je vhodné dodržet tato základní doporučení:

1. **Kvalifikovaný personál** – trenéři a instruktoři s příslušným vzděláním a zkušenostmi s dětskou klientelou.
2. **Specifické skupinové lekce pro děti** – zaměřené na rozvoj správných pohybových návyků, podporu zdravého vývoje i motivaci k pohybu.
3. **Rodič–dítě programy** – lekce, semináře nebo workshopy vedené odborníky, které podporují pohyb celé rodiny a zároveň zvyšují informovanost rodičů.

Závěr:

Fitness centra mohou hrát důležitou roli v boji proti dětské obezitě a v podpoře zdravého životního stylu od raného věku. Aby však tato role byla skutečně pozitivní a bezpečná, je třeba klást důraz na kvalifikaci, osvětu, právní odpovědnost a individuální přístup. S odpovědným nastavením mohou být dětské programy ve fitness centrech cenným nástrojem prevence i dlouhodobé motivace k aktivnímu životu.

Rodiče jako průvodci ve světě fitness

Pro rodiče, kteří své děti do fitness centra doprovází, je důležité být aktivními průvodci, kteří pomáhají vytvářet bezpečné, motivující a podpůrné prostředí:

- Povzbuzujte své děti a všimněte si jejich pokroku – i drobný úspěch si zaslouží uznání.
- Dbejte na bezpečnost, dodržování pravidel a správné používání vybavení.
- Nezapomínejte na regeneraci, dostatečný pitný režim a protažení po tréninku.
- Umožněte dětem objevovat různorodé pohybové aktivity, které je budou bavit.
- Posilujte jejich zdravé sebevědomí – pohyb by měl být cestou ke zdraví a pohodě, nikoliv nástrojem pro dosažení „ideální postavy“.



[Odkaz na článek→](#)

Přehled příjmů a výdajů za rok 2024

Popis	Poznámka	Náklady	Příjmy	Total
Aktivní ČESKO	aktivnicesko.cz	1 742,40	0,00	
	catering	89 600,00	0,00	
	doména forumproaktivnicesko.cz	211,75	0,00	
	emaily aktivnicesko.cz	145,20	0,00	
	fotografické služby	13 310,00	0,00	
	natáčení videa	16 940,00	0,00	
	ozvučení a tech. realizace	53 000,00	0,00	
	pronájem stanů	32 300,00	0,00	
	pronájem svítících písmen	15 000,00	0,00	
	propagační materiály	143 729,00	0,00	
	stěhování cvičebních strojů	113 740,00	0,00	
	ubytování	2 244,39	0,00	
	zajištění akce	100 030,00	0,00	
	Český olympijský výbor	0,00	100 000,00	
Aktivní ČESKO Celkem		581 992,74	100 000,00	-481 992,74
Členství komora	Členský poplatek	0,00	992 500,00	
	členství	0,00	8 000,00	
Členství komora Celkem		0,00	1 000 500,00	1 000 500
Členství registr	Členský poplatek	0,00	550 200,00	
	pojistné fitness profesionálů	266 581,00	0,00	
Členství registr Celkem		266 581,00	550 200,00	28 3619
Členství v ostatních organizacích	členství v HK	20 000,00	0,00	
	EuropeActive	49 750,00	0,00	
Členství v ostatních organizacích Celkem		69 750,00	0,00	-69 750
Evropské projekty	BeActive Day 2024	0,00	487 547,06	
	jízdenka Brusel	1 081,83	0,00	

Popis	Poznámka	Náklady	Příjmy	Total
	letenky	37 359,36	0,00	
	propagace BEACTIVEDAY 2024	2 230,03	0,00	
	ubytování Brusel	4 922,43	0,00	
	video pro Beactive	12 200,00	0,00	
	BeActive Day 2023	0,00	215 190,07	
Evropské projekty Celkem		57 793,65	702 737,13	644 943,48
Kancelář	Bankovní poplatky	3 780,00	0,00	
	bezpečnostní software	30 855,00	0,00	
	Galafit	35 760,00	0,00	
	grafické práce	90 000,00	0,00	
	hrubá mzda	150 000,00	0,00	
	jiné ostatní náklady	1,07	0,90	
	kanc. potřeby	2 465,15	0,00	
	kurzové rozdíly/poplatky zahr. Platby	2 876,42	0,00	
	marketingová činnost	68 192,00	0,00	
	mezinárodní styky	9 576,72	0,00	
	organizační a administrativní práce	375 814,00	0,00	
	pojištění odpovědnosti kancelář	5 386,00	0,00	
	poradenská činnost	479 160,00	0,00	
	právní služby	8 000,00	0,00	
	produkční práce	27 225,00	0,00	
	pronájem zasedací místnosti+občerstvení	23 232,00	0,00	
	reklama Facebook	5 574,46	0,00	
	tisk	19 689,97	0,00	
	účetnictví	160 676,00	0,00	
	úprava/překlad článků	27 000,00	0,00	
	zajištění občerstvení	35 685,00	0,00	
Kancelář Celkem		1 566 334,79	0,90	-1 560 948,00
Poplatky za užití hudby	aktualizace ekalkulačka	2 000,00	0,00	
	poplatek za užití hudby OSA	2 509 397,70	2 481 911,45	
Poplatky za užití hudby Celkem		2 511 397,70	2 481 911,45	-29 486,25
Web/domény + IT služby	doména ceskakomorafitness.cz	175,45	0,00	
	doména dnyfitness.cz	175,45	0,00	
	doména fitnessbusiness.cz	180,29	0,00	
	doména kalkulacka-komorafitness.cz	277,09	0,00	
	doména komorafitness.cz	356,95	0,00	
	mailová služba	20 614,87	0,00	
	Mioweb+hosting	10 322,00	0,00	
	navýšení hostingu	303,00	0,00	
	online kalendář	2 451,46	0,00	
	služby Microsoft	2 027,53	0,00	
	webhosting ceskakomorafitness.cz	5 202,95	0,00	
	webhosting dnyfitness.cz	1 209,95	0,00	
Web/domény + IT služby Celkem		43 297,00	43 297,00	-43 297,00
Zkoušky PK	pronájem prostor pro zkoušky	30 635,00	0,00	
	zkouška profesní kvalifikace	0,00	91 030,00	
Zkoušky PK Celkem		30 635,00	91 030,00	60 395
Celkový součet		5 127 781,87	4 926 379,48	-19 6016,00
Doplatek BEACTIVE DAY 2024 Z 22. 5. 2025			205 424,08	
TOTAL BALANCE				9 407,69

Lidé České komory fitness



Jana Havrdová

Prezidentka



Klára Benešová

Ředitelka kanceláře



Hana Bartošová

Člen dozorčí rady



Jitka Literová

Člen dozorčí rady



Jan Caha

Člen představenstva



Pavla Maříková

Člen dozorčí rady



**Dominika Nancy
Balousová**

Členka představenstva



Norbert Kardoš

Člen představenstva



Pavla Křečanová

Členka představenstva



Šimon Mastný

Člen představenstva



Jiří Vilímek

Člen představenstva



Česká komora fitness

Ohradské náměstí 1628/7A
155 00 Praha 5
IČO: 22766383

info@ceskakomorafitness.cz
www.komorafitness.cz

