

16º CONGRESSO NACIONAL
26-27 MAIO
NOVAS PERSPECTIVAS DO FITNESS



Barómetro do Fitness 2022

AUTÓNOMA PORTUGAL ACTIVO

- **7.ª edição** do Barómetro do Fitness em Portugal – com início em 2017.
- **Protocolo** estabelecido entre a **Portugal Activo** e o CEEI/UAL – Centro de Estudos Económicos e Institucionais da **Universidade Autónoma de Lisboa**.
- O **objetivo** do Barómetro do Fitness Autónoma Portugal Activo 2021 é apresentar os principais indicadores que **caracterizam a indústria** e as respetivas **estimativas** para o **mercado nacional**.

Vera Pedragosa (vpedragosa@autonoma.pt)

Professora Associada

Coordenadora Científica da Licenciatura em Gestão do Desporto

Investigadora CIP/UAL – Centro de Investigação em Psicologia/Universidade Autónoma de Lisboa



Eduardo Cardadeiro (ecardadeiro@autonoma.pt)

Professor Associado

Diretor da Autónoma Academy

Investigador CEEI/UAL – Centro de Estudos Económicos e Empresariais/Universidade Autónoma de Lisboa



António Santos (asisanto@my.istec.pt)

Professor Adjunto

Investigador UICA/ ISTECS- Unidade de Investigação de Computação Avançada/Instituto Superior de Tecnologias Avançadas de Lisboa



Estrutura da apresentação

1. Método;
2. Principais indicadores;
3. Estimativas.

1. Método

1. Questionário;
2. Recolha de dados;
3. Tratamento de dados;
4. Amostra.

1. Questionário

- **Procurou responder a 2 objetivos:** as principais questões tratadas nos anos anteriores e as questões para responder ao pedido formal da Europe Active (Delloite);
- O questionário foi composto por **25/37 questões** – as das edições anteriores mais as para responder ao novo contexto do mercado;
- **CAE; serviços de *crosstraining*, atividades para crianças (0-16 anos), *mindfulness* (yoga; meditação), dança e aulas live (streaming); serviços incluídos na mensalidade média (exercício físico, nutrição, toalhas, bebidas e outros); Pessoal do quadro e outsourcing.**

2. Recolha de dados

- O questionário (validado pela Portugal Activo) esteve disponível para **resposta de 13 jan a 5 de fevereiro, de 2023**;
- Foi **enviado um e-mail a todos os clubes** explicitando o objetivo do estudo e fornecendo as credenciais de acesso ao questionário;
- O questionário foi aplicado através da **plataforma online *LimeSurvey***.

3. Tratamento dos dados

- Os dados fornecidos foram analisados através do Excel e **SPSS versão 27.0**. Foram realizados testes estatísticos para verificar diferenças significativas entre clubes individuais e cadeias, a sua significância por tipologia ($p < 0,05$) e entre os vários anos dos Barómetros do Fitness Autónoma Portugal Activo. O estudo foi realizado para um nível de significância de 5% e um intervalo de confiança de 95% (Marôco, 2014). (347 respostas e só validamos 181 respostas).

4. Amostra

Constituição da amostra

	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016
Respostas	181	217	194	228	253	186	262
Clubes	399	415	366	356	346	377	291

Código da Atividade Económica (CAE)

CAE	Frequência	Percentagem
93130	309	77%
93110	48	12%
93192	27	7%
96040	12	3%
85520	1	0%
88990	1	0%
93191	1	0%
Todos	399	1

- 93130 – Atividades de ginásio - fitness
- 93110 – Gestão de instalações desportivas
- 93192 – Outras atividades desportivas
- 96040 – Atividades de bem-estar físico
- 85520 – Ensino de atividades culturais
- 88990 – Outras atividades de apoio social sem alojamento
- 93191 – Organismos reguladores das atividades desportivas

4. Amostra

Amostra por individual e cadeia

	2022		2021		2020		2019		2018		2017		2016	
Individuais	137	34%	177	43%	137	37%	130	37%	185	53%	213	56%	158	54%
Cadeias	262	66%	238	57%	229	63%	226	63%	161	47%	164	44%	133	46%

% de clubes franchisados

2022	12%
2021	7%
2020	9%
2019	8%
2018	< 1%
2017	1%
2016	< 1%

Principais indicadores

1. Perfil dos sócios-membros
2. Distribuição geográfica
3. Distribuição dos clubes por m2
4. Tipologia de clubes
5. Serviços oferecidos pelos clubes
6. Distribuição dos clubes por escalão de número de sócios-membros
7. Inscrições, cancelamentos e taxa de retenção
8. Mensalidade média e segmentação dos clubes pelo preço
9. Faturação mensal
10. Evolução da faturação em 2020 e expectativa para 2021
11. Resultados operacionais - EBIT
12. Recursos humanos

1. Perfil sócios-membros

54% mulheres / 46% homens

Geral:
31 aos 64 anos – 45%
>=65 anos – 11%

Individuais
31 aos 64 anos – 49%

Cadeias
31 aos 64 anos – 43%

Escalão etário	Individual	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018
<=16	11%	7%	8%	8%	5%	6%	5%
17-30	32%	37%	35%	36%	45%	30%	41%
31-64	49%	43%	45%	50%	42%	55%	46%
>=65	9%	12%	11%	6%	8%	8%	7%
Total	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

1. Frequência semanal

Geral:
 2x a 3x semana – 47%
 1,9 por semana

Individuais
 2x a 3x semana – 53%
 2,5 por semana

Cadeias
 2x a 3x semana – 46%
 1,7 por semana

Frequência de utilização	Individuais	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018
≤ 1x por semana	29%	43%	41%	37%	51%	49%	43%
2x a 3x por semana	53%	46%	47%	47%	38%	40%	44%
≥ 4x por semana	18%	11%	12%	16%	10%	11%	13%
Média (x/semana)	2.5	1.7	1.9	2.2	1.8	1.6	1.9

2. Distribuição geográfica

Geral:

- 1.º Lisboa – 36%
- 2.º Porto – 13%

Individuais

- 1.º Lisboa – 21%
- 2.º Porto – 7%

Cadeias

- 1.º Porto – 24%
- 2.º Lisboa – 16%

Distrito	Individuais	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018	Amostra 2016
Açores	7%	3%	4%	3%	2%	3%		2%
Aveiro	5%	4%	4%	3%	5%	5%	6%	4%
Beja	3%	1%	2%	1%		1%	<1%	
Braga	7%	6%	6%	7%	7%	5%	9%	9%
Bragança	1%	-	0%		1%	<1%	1%	<1%
Castelo Branco	3%	0%	1%	1%	1%	<1%	1%	1%
Coimbra	9%	2%	4%	3%	3%	5%	4%	4%
Évora	1%	2%	2%	1%	1%	1%	2%	1%
Faro	7%	4%	5%	6%	4%	4%	4%	3%
Guarda	-	~	-	0%	<1%	1%	1%	<1%
Leiria	12%	9%	10%	7%	9%	6%	6%	5%
Lisboa	21%	44%	36%	33%	33%	34%	30%	31%
Madeira	2%	2%	2%	3%	3%	3%		3%
Portalegre	-	-	-				<1%	
Porto	7%	16%	13%	18%	17%	19%	18%	17%
Santarém	4%	2%	3%	2%	3%	2%	2%	5%
Setúbal	4%	2%	3%	7%	4%	7%	10%	8%
V. do Castelo	1%	2%	2%	2%	1%	2%	2%	4%
Vila Real	-	1%	1%		1%	1%	<1%	1%
Viseu	6%	2%	3%	3%	4%	2%	2%	2%
Todos	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

3. Distribuição dos clubes por m2

Geral:
 Menos de 1000 m2 – **48%**
 Mais de 1000 m2 – **53%**

Individuais
 Menos de 500 m2 – 52%

Cadeias
 Mais de 1000 m2 – 67%

Área (m2)	Individuais	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018	Amostra 2017	Amostra 2016
0 a 200	20%	13%	16%	11%	15%	12%	12%	15%	14%
200 a 500	32%	4%	14%	18%	12%	18%	18%	21%	21%
500 a 1000	22%	16%	18%	16%	17%	16%	16%	23%	21%
1000 a 1500	8%	35%	26%	24%	27%	21%	20%	20%	11%
Mais de 1500	18%	32%	27%	31%	29%	33%	34%	21%	32%
Todos	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

4. Tipologia de clubes

Geral:
 Gin./HC/CFS – **80%**

 Estúdio de treino personalizado - **8%**

Box de crosstraining – 5%

Individuais
 Estúdio de treino personalizado - **13%**

Cadeias
 Ginásio Feminino – **6%**

Tipologia	Individuais	Cadeia	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018
Gin./H. Club/C.Fit&S	74%	84%	80%	84%	79%	80%	83%
Estúdio treino pers.	13%	5%	8%	5%	8%	5%	8%
Box de Crosstraining	7%	4%	5%	4%	2%	5%	4%
Ginásio feminino	1%	6%	4%	4%	4%	5%	3%
Boutique de fitness	5%	1%	2%	3%	6%	5%	2%
Todos	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Boutiques de Fitness	Amostra 2022	Amostra 2021
Treino personalizado	72%	64%
Yoga	4%	n.a
Pilates	4%	14%
Electroestimulação	6%	18%
Dança	2%	n.a
Artes Marciais	4%	n.a
Outros	6%	5%
Todos	100%	100%

5. Serviços oferecidos

1.º Serviço oferecido:
 Maq de musculação
 Eq. Cardiovascular
 Aulas de grupo
 Treino Funcional

2.º Serviço oferecido:
 Crosstraining
 Mindfulness
 Dança
 Aplicações

Serviços	Amostra 2022
Maq. Musculação	84%
Eq. Cardiovascular	82%
Aulas grupo	88%
Treino funcional	81%
Crosstraining*	50%
Atividades para crianças (0-16 anos)*	40%
Mindfulness (Yoga; meditação)*	53%
Dança*	52%
Piscina	31%
Desp. raquete	11%
Desportos de Bola	10%
Sauna/Jacuzzi	24%
SPA & tratamentos Wellness	16%
Aulas virtuais	25%
Aplicações de fitness	62%
Wearable fitness technology	13%
Aulas outdoor	34%
On demand	33%
Aulas live (ao vivo / streaming)*	21%
Nenhuma das acima	1%

* novos serviços incluídos no questionário de 2022

Faturação anual - 76% mensalidades;
Outras receitas anual - 24% (i.e., 13% treino personalizado; 5% consultas de nutrição; 1% SPA; 5% outras receitas).

6. Distribuição dos clubes por escalão de número de sócios-membros

Geral:

4% dos clubes **mais de 3000 sócios** – **decrécimo de 14 pontos percentuais (desde 2019)**

Individuais

53% menos de 250 sócios

Cadeias

27% entre 2000-2999 sócios

Nº sócios	Individuais	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018	Amostra 2017	Amostra 2016
<250 sócios	53%	12%	26%	31%	30%	24%	27%	33%	32%
250-499 sócios	18%	11%	14%	15%	17%	14%	18%	18%	16%
500-999 sócios	16%	22%	20%	17%	14%	16%	13%	19%	17%
1.000-1.999 sócios	7%	24%	18%	24%	13%	23%	13%	9%	12%
2.000-2.999 sócios	4%	27%	19%	12%	23%	4%	15%	3%	9%
>=3.000 sócios	2%	5%	4%	1%	3%	18%	13%	17%	14%
Todos	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

7. Inscrições, cancelamentos e taxa de retenção

421 843 Angariados/reativações/Ativos

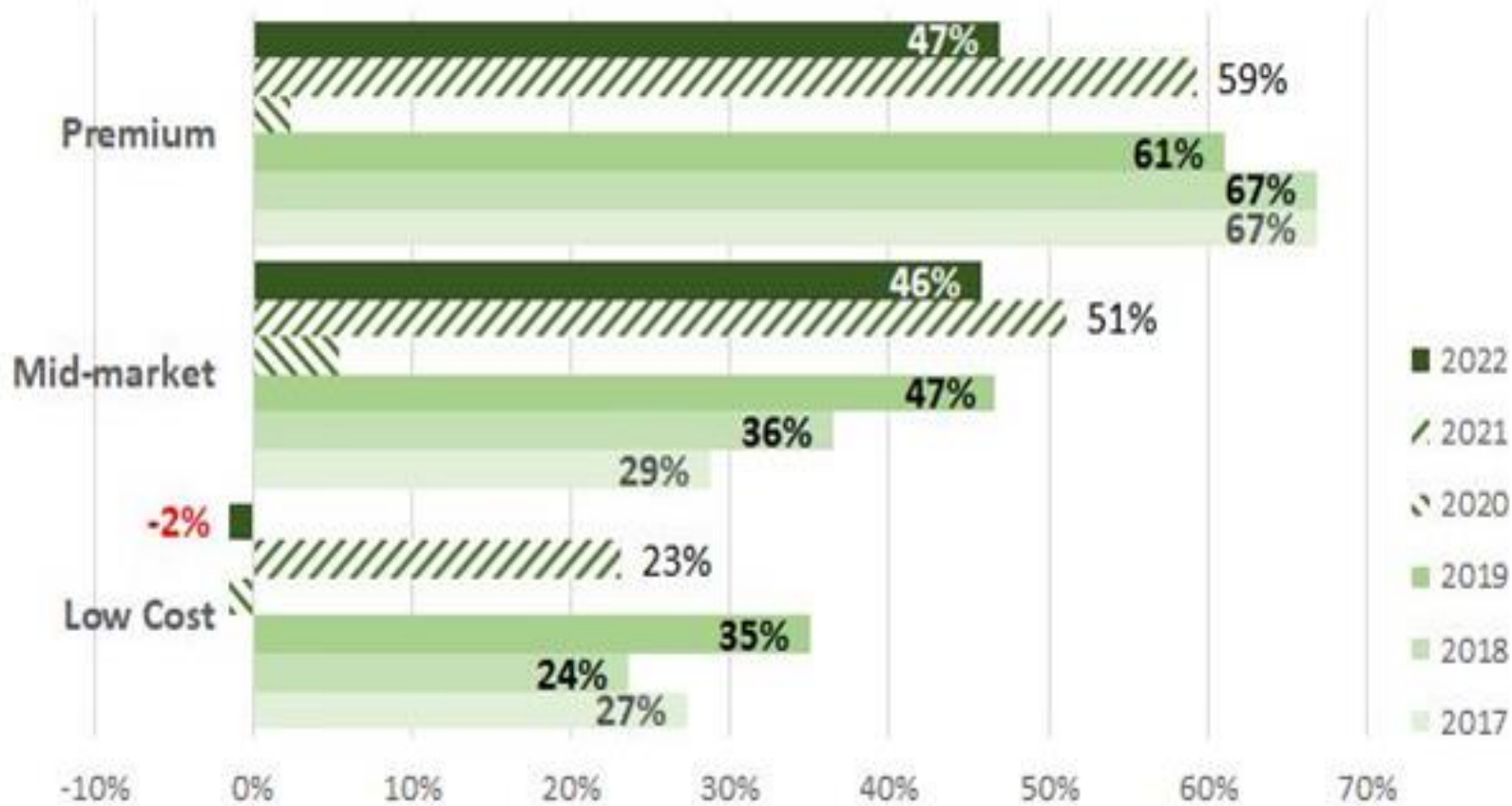
309 881 cancelamentos

= 111 962 contributo líquido positivo

Nº sócios	n.º sócios angariados ou reativações		Média sócios ang./clube	n.º desistências		Média desist./club	Contributo líquido	
<250 sócios	16 661	4%	162	8 366	3%	81	8 295	7%
250-499 sócios	18 470	4%	342	12 129	4%	225	6 341	6%
500-999 sócios	48 833	12%	626	34 929	11%	448	13 904	12%
1.000-1.999 sócios	92 449	22%	1266	67 642	22%	926	24 807	22%
2.000-2.999 sócios	203 256	48%	2747	158 789	51%	2146	44 467	40%
>=3.000 sócios	42 174	10%	282	28 026	9%	1868	14 148	13%
Todas as unidades	421 843	100%	904	309 881	100%	949	111 962	100%

2022	Tx Cancelamento	Tx Retenção	2021	Tx Cancelamento	Tx Retenção
Individual	52%	48%	Individual	70%	30%
Cadeia	80%	20%	Cadeia	61%	39%
Total	75%	25%	Total	63%	37%

7. Taxa de retenção por segmento de preço



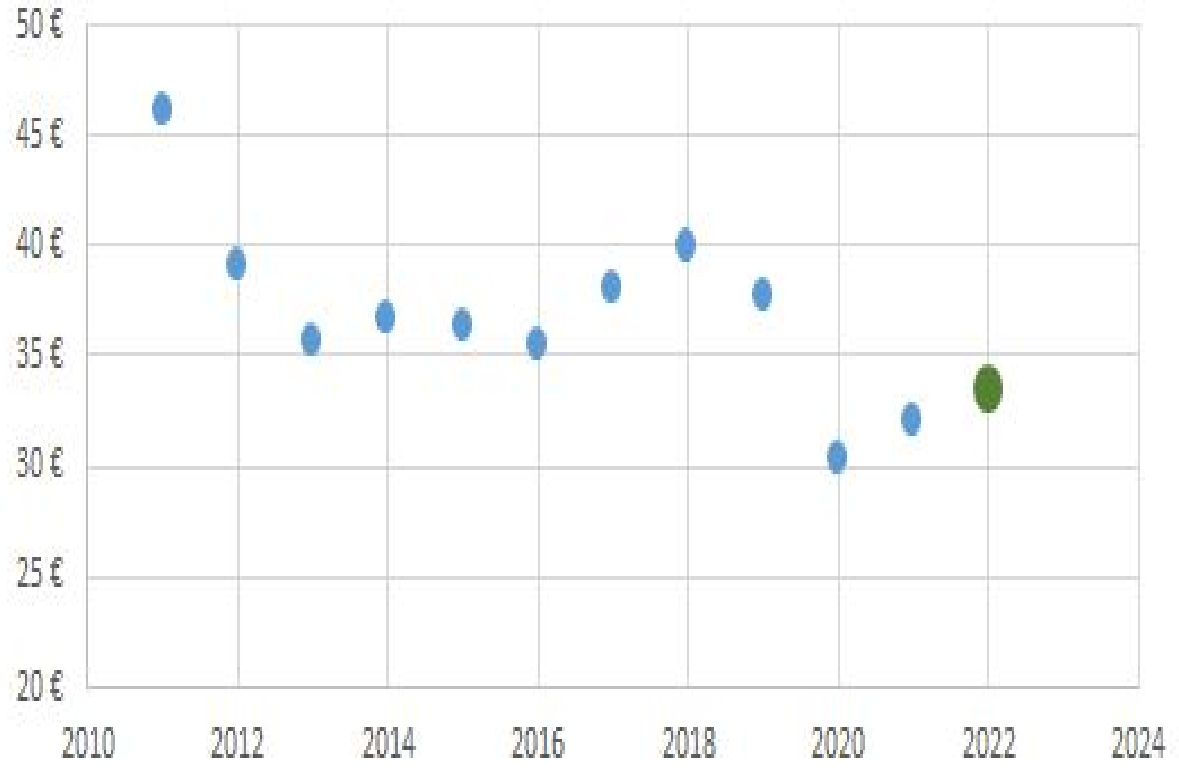
8. Mensalidade média

Mensalidade média (com Iva) – **33,47€**

Máx. – **52,77€**

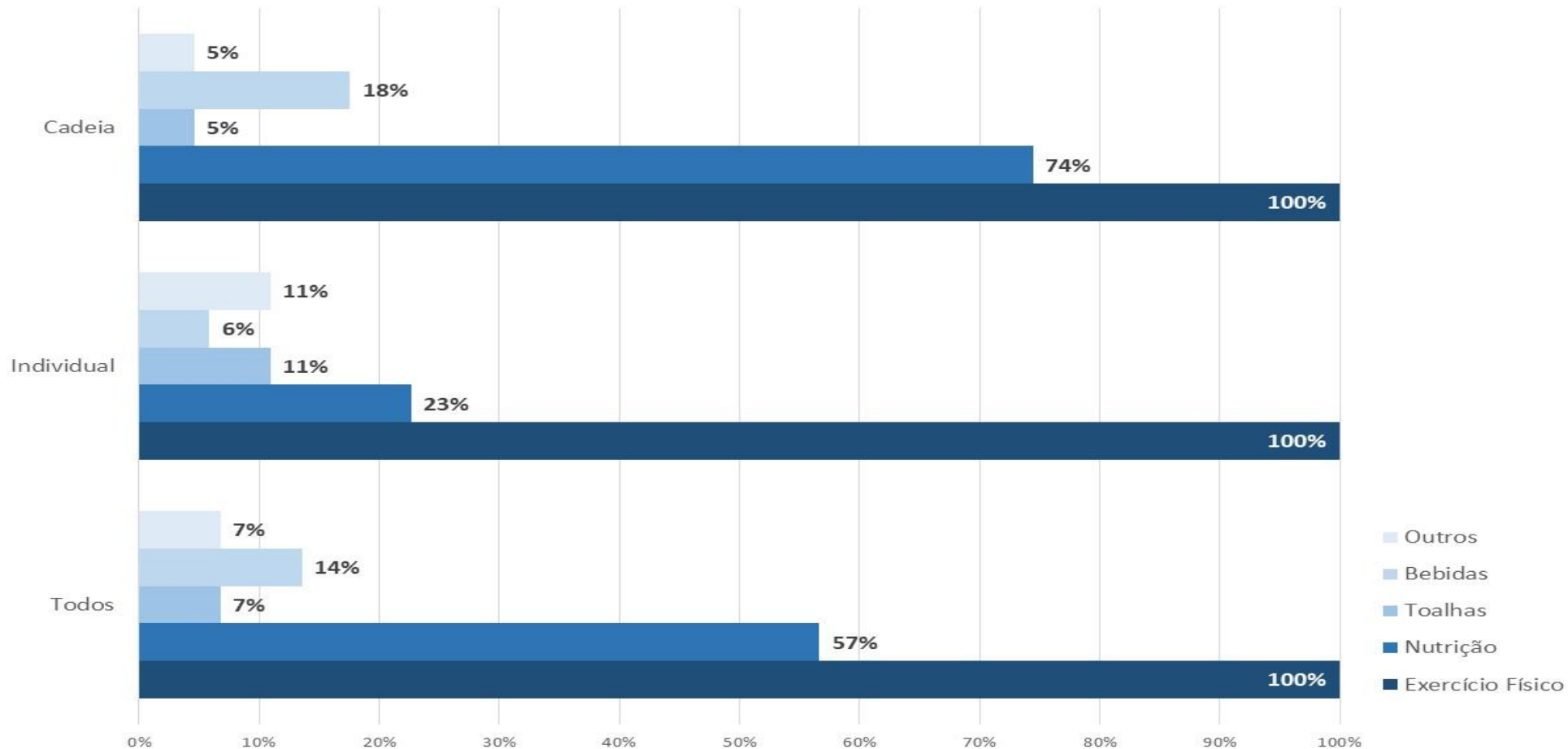
Min. – **26,11€**

Crescimento de 3,4% em relação a 2021



Segmento	Amostra					Tx. média de cresc. anual
	2018	2019	2020	2021	2022	
Low Cost	24,41 €	25,83 €	23,27 €	25,54 €	25,65 €	1,2%
Mid Market	36,33 €	38,04 €	34,36 €	42,48 €	38,07 €	1,2%
Premium	110,77 €	100,55 €	71,52 €	94,69 €	74,13 €	-9,6%
Todos	39,96 €	37,71 €	30,25 €	32,37 €	33,47 €	-4,3%

8. Produtos e serviços incluídos na mensalidade média



9. Faturação mensal

Geral (sem Iva)

- 11%** fatura mais e = a 75 mil €
- 17%** entre 50 mil e 74,9 mil €
- 22%** fatura entre 25 mil e 49,9 mil €

Decréscimo da faturação nos patamares superiores deste 2019.

Individuais (sem Iva)

45% fatura menos de 7,5 mil €

Cadeias (sem Iva)

27% fatura entre 25 mil e 44,9 mil €

Escalão de faturação mensal	Individuais	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018
< €7.500	45%	9%	22%	36%	26%	24%	27%
€7.500 a €12.499	17%	15%	16%	10%	13%	9%	11%
€12.500 a €24.999	18%	11%	13%	22%	15%	16%	14%
€25.000 a €49.999	11%	27%	22%	20%	28%	15%	19%
€50.000 a €74.999	3%	24%	17%	7%	14%	9%	7%
≥ €75.000	7%	13%	11%	4%	4%	27%	23%
Todos	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

10. Evolução da faturação em 2022/2021

Geral:

2 % faturou menos 7,5%

71 % faturou mais de 7,5%.

Individuais

42 % faturou mais de 7,5%.

Cadeias

86 % faturou mais de 7,5%.

Evolução da faturação em 2022	Individuais	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018	Amostra 2017	Amostra 2016
< -7,5%	2%	2%	2%	46%	89%	2%	3%	5%	6%
-7,5% a -2,5%	4%	2%	2%	8%	4%	3%	10%	10%	7%
-2,5% a +2,5%	31%	3%	13%	25%	4%	42%	27%	36%	23%
+2,5% a +7,5%	21%	7%	12%	11%	2%	35%	29%	36%	27%
> +7,5%	42%	86%	71%	10%	0%	19%	31%	14%	37%
Todas as unidades	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

10. Expectativa da faturação 2023

Geral:

Expectativa positiva:

2% espera faturar menos 7,5%

59% espera faturar mais de 7,5%

Individuais

39% espera faturar entre 2,5% e mais de 7,5%

Cadeias

73% espera faturar mais de 7,5%

Expectativa de evolução para 2023	Individuais	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018	Amostra 2017	Amostra 2016
<-7,5%	1%	2%	2%	2%	35%	0%	0%	1%	1%
-7,5% a -2,5%	2%	0%	1%	1%	6%	1%	2%	5%	3%
-2,5% a +2,5%	25%	11%	16%	22%	19%	14%	16%	18%	18%
+2,5% a +7,5%	39%	15%	23%	24%	22%	52%	55%	64%	43%
>+7,5%	33%	73%	59%	50%	18%	33%	27%	12%	35%
Todas as unidades	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

11. EBIT

Geral:
 21% dos clubes - 5% a 9% EBIT
 23% dos clubes - 10% a 14% EBIT
 21% dos clubes - 20% a 24% EBIT

Drástica redução de EBIT's superiores a 30%

Individuais
 30 % dos clubes - 5% a 9% EBIT

Cadeias
 27 % dos clubes - 20% a 24% EBIT

EBIT em % da faturação	Individuais	Cadeias	Amostra 2022	Amostra 2021	Amostra 2020	Amostra 2019	Amostra 2018
< 5%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
5% a 9%	30%	17%	21%	28%	31%	29%	34%
10% a 14%	24%	23%	23%	15%	31%	11%	28%
15% a 19%	24%	10%	15%	33%	8%	16%	8%
20% a 24%	9%	27%	21%	11%	3%	5%	5%
25% a 29%	1%	13%	9%	6%	20%	14%	8%
>=30%	11%	9%	10%	7%	7%	24%	17%
Todos	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

12. Recursos humanos – por vínculo

Instrutores:

48 % dos instrutores pertence ao quadro

52% dos instrutores em *outsourcing*

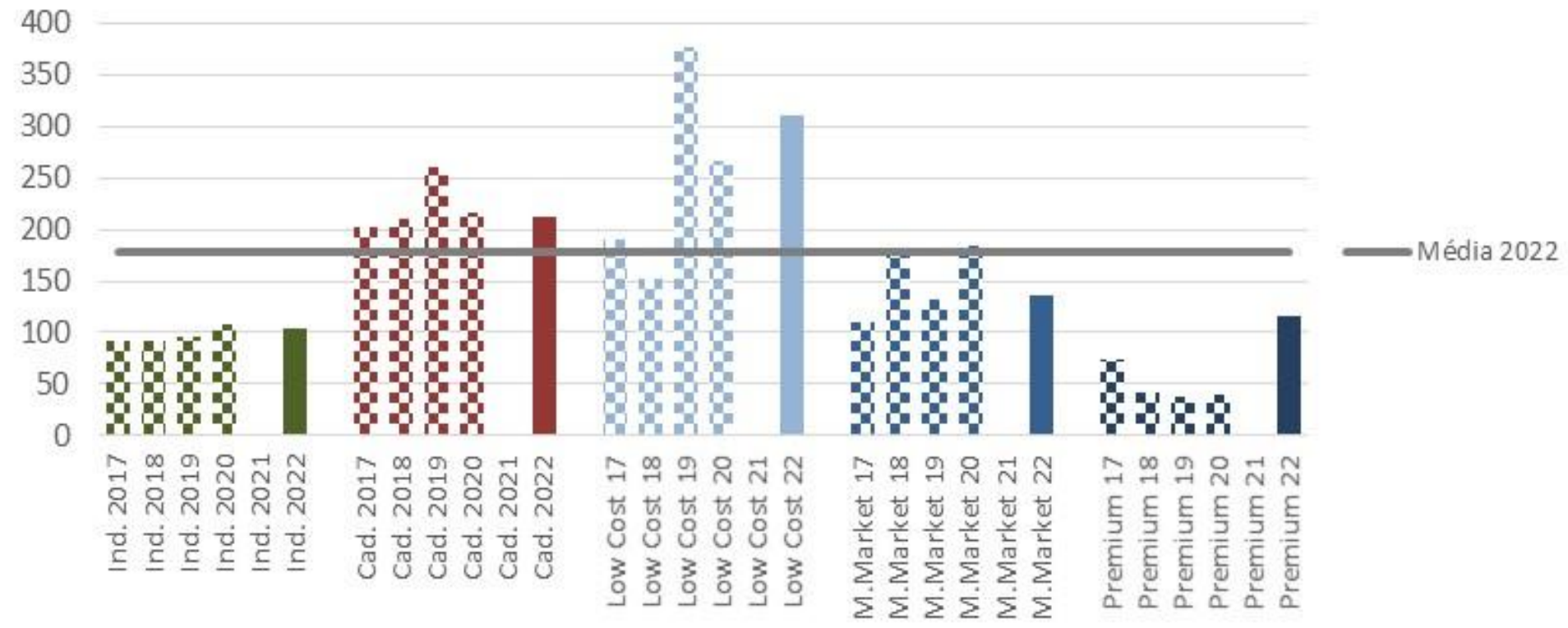
Staff:

82% do *staff* pertence ao quadro

18% do *staff* em *outsourcing*

Tipo de vinculo		Tempo inteiro >= 40/sem	30h a 39h	20h a 29h	< 20h	Amostra 2022
Instrutores	Pessoal do Quadro	79%	20%	18%	37%	48%
	<i>Outsourcing</i>	21%	80%	82%	63%	52%
	Todos	100%	100%	100%	100%	100%
Staff	Pessoal do Quadro	87%	63%	73%	37%	82%
	<i>Outsourcing</i>	13%	37%	27%	63%	18%
	Todos	100%	100%	100%	100%	100%

12. Recursos humanos





Estimativas



1. Número de clubes;
2. Praticantes;
3. Faturação;
4. Trabalhadores.

Estimativas

	2022	2021	2020	2019	2018
Número de ginásios	880	800	800	1100	1000
Praticantes	691 656	465 600	491 355	688 210	592 834
Faturação global (sem IVA)	229 218 mil €	165 364 mil €	167 408 mil €	289 371 mil €	264 170 mil €
Taxa de penetração na população	6.7%	4.5%	4.8%	6.7%	5.8%
Número de instrutores FTE	9 061	9 652	9 822	12 086	12 872
Número de staff	7 471	7 284	7 130	7 926	9 082
1 - 10,3 milhões de habitantes	16532	16936	16952	20012	21954

FTE – Full Time Equivalent

Verifica-se, de 2021 para 2022 uma retoma da indústria:

- Número de clubes aumentado 10%;
- o número de praticantes aumentou 49%;
- o volume de faturação aumentou 39%;
- taxa de penetração aumentou 2,2 pontos percentuais;
- o emprego decresceu 2,4% refletindo uma queda de 6,1% nos instrutores, não totalmente compensada pelo aumento de 2,6% no emprego do staff.

Obrigada pela atenção e participação no Barómetro!

vpdragosa@autonoma.pt