

**ЛАТИШЕВ Микола**

Київський університет імені Бориса Грінченка  
<https://orcid.org/0000-0001-9345-2759>  
 e-mail: [nlatyshev.dn@gmail.com](mailto:nlatyshev.dn@gmail.com)

**ПЕТРОВА Наталія**

Київський університет імені Бориса Грінченка  
<https://orcid.org/0000-0001-7765-481X>  
 e-mail: [n.petrova@kubg.edu.ua](mailto:n.petrova@kubg.edu.ua)

**ГАВРИЛОВА Наталія**

Київський університет імені Бориса Грінченка  
<https://orcid.org/0000-0001-6983-6170>  
 e-mail: [n.havrylova@kubg.edu.ua](mailto:n.havrylova@kubg.edu.ua)

**ЛЕНЬ Юрій**

Київський університет імені Бориса Грінченка  
 Borys Grinchenko Kyiv University  
<https://orcid.org/0009-0009-2056-4878>  
 e-mail: [y.len@kubg.edu.ua](mailto:y.len@kubg.edu.ua)

**КВАСНИЦЯ Ірина**

Хмельницький національний університет  
<https://orcid.org/0000-0003-1718-3301>  
 e-mail: [irishakvas@gmail.com](mailto:irishakvas@gmail.com)

**ВПЛИВ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ФІТНЕС ІНДУСТРІЮ**

*В сучасному технологічному світі інформаційні технології стають невід'ємною складовою повсякденного життя людей; вони перетворюють шляхи, як ми спілкуємося, працюємо та, важливо, дбаємо про своє здоров'я. Новітні технології фітнесу з оздоровчо-рекреаційною спрямованістю є природним наслідком пошуку ефективних способів забезпечення доступної для широких верств населення організованої фізичної активності для зміцнення здоров'я. Мета дослідження – визначити сучасні тенденції впровадження інформаційних технологій у фітнес індустрію.*

*Аналіз публікацій та даних стосовно сучасних технологій в галузі фітнесу показав, що життя стає все більш технологічним. Отримані результати показують, що загальні тенденції зберігаються, але вплив пандемії COVID-19 на стан галузі здоров'я та фітнесу зменшується. У зв'язку з цим, після зверх стрімкого підйому популярності інформаційних технологій, відбувається невеличкий спад популярності, але вони залишаються в топ популярних трендів. В цілому, серед найбільш популярних напрямків наступні: онлайн фітнес-плани; фітнес-обладнання для дому; портативні носії; віртуальна реальність; тренажери та програми для відстеження відновлення; штучний інтелект; застосунки для поєднання фізичного та психічного здоров'я (wellness технології). У світі за останні роки спостерігається зростання кількості користувачів застосунків, пов'язаних з рекреаційною та оздоровчу індустрією*

*Ключові слова: сучасні технології, фітнес, інновації, тенденції, застосунок, фізична активність.*

<http://doi.org/10.31891/pcs.2023.4.4>

## **1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ**

Фітнес – одна з найпопулярніших у всьому світі систем оздоровлення, яка дозволяє задовольнити сучасні потреби різних вікових груп населення. Фітнес – це напрямок масової, спортивної й оздоровчої фізичної культури, який націлений на покращення загального стану організму людини, підвищення рівня підготовленості та здатності опиратись негативним впливам зовнішнього середовища шляхом виконання

простих та комплексних вправ, допомагає в корекції форм та ваги тіла, а також дозволяє закріпити досягнуті результати [1, 6].

В сучасному технологічному світі інформаційні технології стають невід'ємною складовою повсякденного життя людей; вони перетворюють шляхи, як ми спілкуємося, працюємо та, важливо, дбаємо про своє здоров'я. Розгортання цифрових рішень формує значний вплив на сфери, які безпосередньо пов'язані із забезпеченням нашого фізичного та психічного здоров'я. Однією з таких галузей є фітнес індустрія, яка під впливом сучасних технологій розкриває

нові можливості. Важливим є роль інформаційних технологій у формуванні сучасного обличчя фітнесу та їхній внесок у підтримку здорового способу життя в цілому [4, 15, 18].

## 2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Фітнес-програми є популярною формою рухової активності, яка має різноманітні компоненти, такі як фізична активність, особиста гігієна, функціональне тренування, раціональне харчування, профілактика захворювань, соціальна активність, психоемоційна регуляція, боротьба зі стресами та шкідливими звичками, та інші фактори здорового способу життя. Вони створюються з метою задоволення потреб різних фізкультурно-спортивних та оздоровчих інтересів широких верств населення [2, 5]. Крім того, існують інтеграційні програми, які спеціально орієнтовані на певні групи населення, такі як діти, люди похилого віку, жінки у до- і післяпологовий період, особи з високим ризиком захворювань, та програми корекції маси тіла. Фітнес-програми повинні відповідати основним принципам фізичного виховання та дидактичним принципам, і можуть бути розроблені як для окремих учасників, так і для цільової аудиторії [3, 16].

Новітні технології фітнесу з оздоровчо-рекреаційною спрямованістю є природним наслідком пошуку ефективних способів забезпечення доступної для широких верств населення організованої фізичної активності для зміцнення здоров'я. Аналіз світового досвіду та результатів наукових досліджень переконує, що створення та впровадження різноманітних популярних фітнес-програм оздоровчого, кондиційного та спортивного напрямків може стати ефективним шляхом підвищення рівня рухової активності різних верств населення в світі та Україні [5, 7, 8].

Швидкий розвиток комп'ютерно-інформаційних технологій впливає на оздоровчі та фітнес послуги. Вибух застосунків, переносних пристроїв і цифрового обладнання дозволяє людям відстежувати свою ефективність, вагу та рівень фізичної підготовки. Сьогодні люди не лише очікують, що їхній місцевий тренажерний зал матиме нове та чисте обладнання, а й найновіше розумне

обладнання. Розробка нових технологій у цій галузі приводить до необхідності зміни змісту роботи фахівців також [8, 9].

Зі стрімким розвитком технологій пристроїв та екіпірування, штучного інтелекту та навіть змішаної реальності, ринок технологій для здоров'я та фітнесу стрімко розвивається, що робить цей час захоплюючим як для користувачів, так і для розробників [10, 11].

Часи змінюються, і технології створюють значні зміни в галузі. Споживачі тепер мають набагато більше варіантів щодо того, як вони досягають оздоровлення. Тому відстежування впливу сучасних технологій на фітнес індустрію розширює розуміння сучасних тенденцій, які рухають галузь в цілому.

## 3. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета дослідження – визначити сучасні тенденції впровадження інформаційних технологій у фітнес індустрію.

Матеріали та методи дослідження. У дослідженні використовувалися наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури та джерел Інтернет, аналіз даних з відкритих інформаційних систем, методи математичної статистики.

## 4. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБґРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Проведений аналіз опитувань стосовно визначення найпопулярніших фітнес-трендів для різних регіонів та світу в цілому показав наступні тенденції. Після аналізу результатів у всіх різних світових регіонах, які були оглянуті фахівцями у 2022 році, підкреслені чотири основні висновки [11, 12]: пандемію COVID-19 відчули всі; життя в технологічному світі; розумні поєднання; рух заради схуднення. Слід зауважити, що порівнюючи с дослідженнями 2021 року, пандемія та технології не були настільки в фокусі фахівців.

Більш детальний аналіз впливу технологій на фітнес індустрію 2022 року показав, що технологічні пристрої, які носяться домінують в галузі фітнесу вже тривалий час та все більше впроваджуються в повсякденну практику тренувань людей. Цей тренд входить до топ-20 трендів для Сполучених Штатів, Європи, Австралії,

Мексика та Бразилії. Хоча Китай єдиний регіон, де ці технології не увійшли до топ-20 трендів, вони піднялися на 22-е місце з 36-м місцем минулого року. За допомогою цих технологій, у споживачів відкриваються нові можливості для досягнення своїх фітнес та оздоровчих цілей [11, 12].

Порівнюючи з результатами, які отримані наприкінці 2023 року показують, що загальні тенденції зберігаються, але вплив пандемії COVID-19 на стан галузі здоров'я та фітнесу зменшується. У зв'язку з цим, після зверхстрімкого підйому популярності інформаційних технологій, відбувається невеличкий спад популярності, але вони залишаються в топ популярних трендів. Як зазначили фахівці [11, 12]: «тренди, спрямовані в онлайн та цифрові послуги, зменшилися як в Європі, так і в Сполучених Штатах у 2023 рік. Це дає перспективні можливості для фітнес-професіоналів розробляти цікаві програми та контент та особисту взаємодію. Але зацікавленість технологіями залишається».

Взагалом ці результати опитування підтверджуються іншими дослідженнями, які були проведені в різних державах та регіонах, звісно кожен регіон має свою особливість, але загальна тенденція до інформаційних технологій зберігається [13, 17, 18].

Розглянемо основні напрямки, як сучасні технології перетворюють фітнес індустрію. В цілому, технології спрощують процес тренування для багатьох людей. Багато використовують фітнес застосунки та користуються фітнес-трекерами для моніторингу, це дозволяє отримувати результати швидше. Зрозуміло, що фітнес-технології ніколи не замінять необхідність у фізичній активності. Але їхня основна користь полягає в тому, що вони допомагають забезпечити ефективні та результативні тренування, так щоб зроблені жодні вправи не були марні (і тем паче не нанесли шкоди).

Серед найбільш популярних та стрімко зростаючих напрямків слід підкреслити наступні [3, 9, 11, 12]:

1. Онлайн фітнес-плани: індивідуальні програми тренувань, розроблені особистим

тренером, визначають довгострокові звички та результати. Це відмінність між одноразовим заходом та структурованим планом.

2. Фітнес-обладнання для дому: обладнання для фітнесу вдома надає можливість людям тренуватися в той час, який їм найбільше підходить. Під час карантину COVID-19 бренди, такі як Peloton та NordicTrack, відзначили великий попит, і багато людей продовжують користуватися ними вдома.

3. Портативні носії: портативна технологія на сьогоднішній день є повсюди. Бренди, такі як Fitbit, Apple Watch та Garmin, дозволяють кожному відстежувати свої показники фітнесу так, як це було доступно лише професіональним спортсменам десять років тому.

4. Віртуальна реальність: віртуальна реальність та гейміфікація стали дуже популярними в останні роки. Вони поєднують фітнес і розваги, надаючи захоплюючий досвід, який високо цінується. Основними брендами у цьому секторі є Oculus, Omni by Virtuix та Holofit

5. Тренажери та програми для відстеження відновлення: застосунки та треки, такі як Recover Athletics і Athlytic, можуть відслідковувати ваш прийом води, серцебиття та дихання, а також шаблони сну. Розумне відновлення покращить вашу тренувальну ефективність взагалі.

6. Штучний інтелект: цю технологію можна розглядати, як особистого тренера. Але якісні інструменти штучного інтелекту не є дешевими, і це стосується і галузі фітнесу.

7. Застосунки для поєднання фізичного та психічного здоров'я (wellness технології): з середнього 2010-х років зростає розуміння взаємозв'язку фізичного і психічного здоров'я.

Розглянемо тенденції інвестиції у галузь оздоровлення та фітнесу, які пов'язані з сучасними технологіями. Це також показує загальну динаміку напрямку. На рис. 1. зображено сума інвестицій з 2019 по 2022 роки [12].

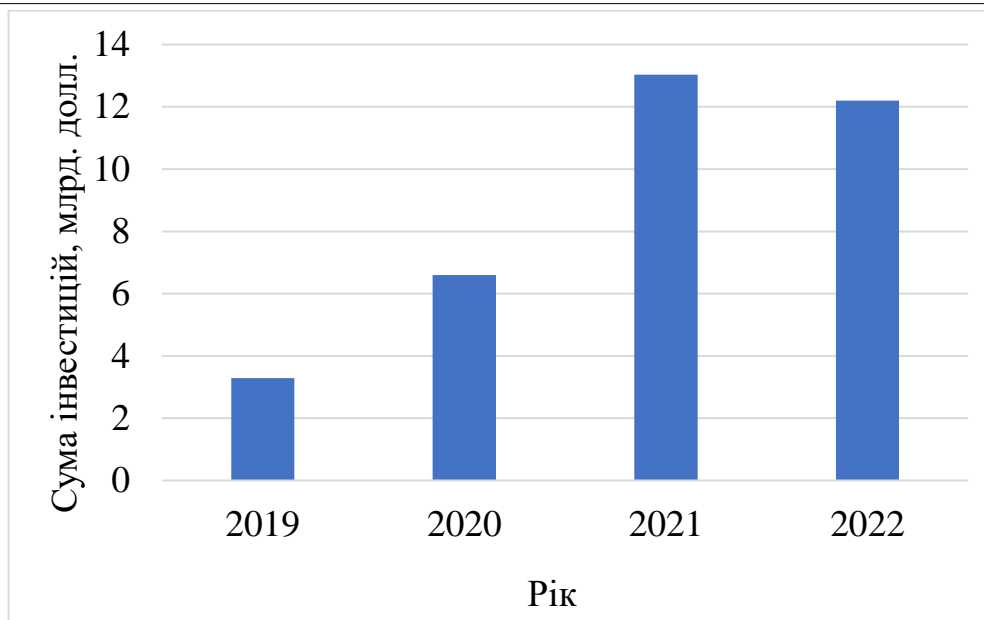


Рис. 1. Сума інвестицій у стартапи пов'язані з оздоровчою та фітнес індустрією у світі

З початку пандемії COVID-19 фінансування у галузі фітнесу та оздоровлення значно зросло: починаючи з 2021 року (включаючи початок 2023 року) збиралося в середньому 11,9 мільйонів доларів США на рік. По міру того як у світ надходили хвиля за хвилею варіанти COVID, люди були змушені залишатися вдома та шукати нові способи залишатися активними та здоровими. Як наслідок, багато нових компаній увійшло у сферу фітнесу та оздоровлення, причому велика кількість із них збирала гроші на приватних онлайн-ринках.

У світі за останні роки спостерігається зростання кількості користувачів застосунків, пов'язаних з рекреаційною та оздоровчою індустрією. За даними, у 2015 році кількість користувачів таких застосунків становила 150 мільйонів, а вже у 2021 році ця кількість зросла до 385 мільйонів. Розглядаючи сучасний стан (у березні 2023 року): MyFitnessPal був провідним додатком для фітнесу та спорту, який приніс дохід у розмірі майже 12 мільйонів доларів США. Strava посіла друге місце з приблизно 7,31 мільйонами доларів США сукупного доходу через Google Play і Apple App Store. WeightWatchers накопичив близько 4,7 мільйона доларів США доходу, тоді як Peloton, мобільний додаток, що є однойменною назвою популярних стаціонарних велосипедів і бігових доріжок, згенерував доходи IAP у розмірі приблизно

3,8 мільйона доларів США протягом місяця [6, 7, 8, 9].

В Україні найбільш популярні застосунки це [1, 6, 7]: Zepp Life (Formerly MiFit), Mi Fitness (Xiaomi Wear Lite) Таблиця калорійності – калорії, Wearfit Pro, Wearfit ProCalorie Counter by FatSecret, ProFit: Workout Planner, Zepp (formerly Amazfit), YAZIO Fasting & Food Tracker, Strava: Run, Ride, Hike, WOWBODY – спорт, фітнес.

## 5. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Аналіз публікацій та даних стосовно сучасних технологій в галузі фітнесу показав, що життя стає все більш технологічним. Отримані результати показують, що загальні тенденції зберігаються, але вплив пандемії COVID-19 на стан галузі здоров'я та фітнесу зменшується. У зв'язку з цим, після зверх стрімкого підйому популярності інформаційних технологій, відбувається невеличкий спад популярності, але вони залишаються в топ популярних трендів. Також, з початку пандемії COVID-19 фінансування у галузі фітнесу та оздоровлення значно зросло: починаючи з 2021 року (включаючи початок 2023 року) збиралося в середньому 11,9 мільйонів доларів США на рік. В цілому, серед найбільш популярних напрямків наступні: онлайн фітнес-плани; фітнес-обладнання для дому; портативні носії; віртуальна реальність;

тренажери та програми для відстеження відновлення; штучний інтелект; застосунки для поєднання фізичного та психічного здоров'я (wellness технології). У світі за останні роки спостерігається зростання кількості користувачів застосунків, пов'язаних з рекреаційною та оздоровчу

індустрією. За даними, у 2015 році кількість користувачів таких застосунків становила 150 мільйонів, а вже у 2021 році ця кількість зросла до 385 мільйонів. Українські користувачі також активно залучаються до цих технологій, що відображається у популярності застосунків.

### Література

1. Білецька, В. В., & Магомедов, Р. С. (2023). Features of using Internet Marketing tools in Fitness Industry. *Спортивна наука та здоров'я людини: наукове електронне періодичне видання*, (2 (10)), 142-253.
2. Благій, О., & Лисакова, Н. (2013). Тенденції розвитку групових фітнес-програм. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, (2), 54-58.
3. Воробйова, А., Ковальова, Н., Юрченко, О., & Ковальов, В. (2019). Фітнес-тренди 2020. *Спортивний вісник Придніпров'я*, (1), 230-237. DOI: 10.32540/2071-1476-2019-1-230
4. Латишев М., Квасниця О., Спесивих О., Квасниця І. Прогнозування: методи, критерії та спортивний результат. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 1. С. 39-47.
5. Латишев, М., Тропін, Ю., Ференчук, Б., & Юшина, О. (2023) Популярність спорту в Україні: сучасні тенденції. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, 1. 98-103. DOI: doi.org/10.31891/pcs.2023.1.15
6. Ліганенко, М., Шепелева, О., & Мішкевич, К. (2021). Аналіз можливостей фітнес-турів в Україні та одеській області. *Наукові перспективи (Наукові перспективи)*, (5 (11)).
7. Abdul Kahar, A. F., Mohd Aznan, E. A., & Mohd Kassim, A. F. (2021). An investigation of fitness analysis and risk analysis: a systematic review. *Jurnal Intelek*, 16(2), 194-205.
8. Ceci L. Most popular fitness and sport apps worldwide 2022, by revenue. [Електронний ресурс]. Режим доступу <https://www.statista.com/statistics/1239716/top-fitness-and-sport-apps-by-revenue/> (дата звернення: 16.11.2023).
9. Connor L. How Fitness Technology is Transforming the Industry. [Електронний ресурс]. Режим доступу <https://www.glofox.com/blog/fitness-technology/> (дата звернення: 17.11.2023).
10. Kercher, V. M. M., Kercher, K., Levy, P., Bennion, T., Alexander, C., Amaral, P. C., ... & Romero-Caballero, A. (2023). 2023 Fitness Trends from around the Globe. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 27(1), 19-30.
11. Kercher, V. M., Kercher, K., Bennion, T., Levy, P., Alexander, C., Amaral, P. C., ... & Romero-Caballero, A. (2022). 2022 Fitness Trends from around the Globe. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 26(1), 21-37.
12. Lyons T. Healthy Boost: Fitness & Wellness Startup Funding by the Numbers. [Електронний ресурс]. Режим доступу <https://kingscrowd.com/healthy-boost-fitness-wellness-startup-funding-by-the-numbers/> (дата звернення: 18.11.2023).
13. Mathew, L., & George, S. (2022). The Indian Fitness Industry: Impact of Digitalisation. In *The Digital Transformation of the Fitness Sector: A Global Perspective* (pp. 97-109). Emerald Publishing Limited.
14. Murray, D., Williams, K., & Zacharko, M. (2022). Digitalisation of the Fitness Industry in Australia: Disruption, Adoption and Opportunities. In *The Digital Transformation of the Fitness Sector: A Global Perspective* (pp. 111-117). Emerald Publishing Limited.
15. Prasad, S. S., & Nandi, S. (2021). Innovation in Fitness Industry: A Case of Cure. *Fit. IBA JOURNAL OF MANAGEMENT & LEADERSHIP*, 12(2), 70.
16. Rada, A., & Szabó, Á. (2022). The impact of the pandemic on the fitness sector—The general international situation and a Hungarian example. *Society and Economy*, 44(4), 477-497.
17. Sandanski, I., & Girginov, V. (2020). Bulgarian fitness industry: policies, processes and providers. *The Rise and Size of the Fitness Industry in Europe: Fit for the Future?*, 95-115.
18. Xiao, T., & YongKang, L. (2023). The Present Situation and Future Prospect of Online Fitness in the Post-Epidemic Era. *International Journal of Physical Activity and Health*, 2(1), 31.

### References

- Abdul Kahar, A. F., Mohd Aznan, E. A., & Mohd Kassim, A. F. (2021). An investigation of fitness analysis and risk analysis: a systematic review. *Jurnal Intelek*, 16(2), 194-205.
- Biletska, V. V., & Magomedov, R. S. (2023). Features of using Internet Marketing tools in Fitness Industry. *Sports Science and Human Health: Scientific Electronic Periodical*, (2 (10)), 142-253.
- Blahiy, O., & Lysakova, N. (2013). Trends in the development of group fitness programs. Theory and methods of physical education and sports, (2), 54-58.
- Ceci L. Most popular fitness and sport apps worldwide 2022, by revenue. [Електронний ресурс]. Режим доступу <https://www.statista.com/statistics/1239716/top-fitness-and-sport-apps-by-revenue/> (дата звернення: 18.11.2023).
- Connor L. How Fitness Technology is Transforming the Industry. [Електронний ресурс]. Режим доступу <https://www.glofox.com/blog/fitness-technology/> (дата звернення: 18.11.2023).
- Kercher, V. M. M., Kercher, K., Levy, P., Bennion, T., Alexander, C., Amaral, P. C., ... & Romero-Caballero, A. (2023). 2023 Fitness Trends from around the Globe. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 27(1), 19-30.
- Kercher, V. M., Kercher, K., Bennion, T., Levy, P., Alexander, C., Amaral, P. C., ... & Romero-Caballero, A. (2022). 2022 Fitness Trends from around the Globe. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 26(1), 21-37.

- Latyshev M., Kvasnytsia O., Spesyvykh O., Kvasnytsia I. Forecasting: methods, criteria and sports results. *Sports Bulletin of the Dnieper Region*. 2019. No. 1. P. 39-47.
- Latyshev, M., Tropin, Yu., Ferenchuk, B., & Yushina, O. (2023) Popularity of sports in Ukraine: current trends. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, 1. 98-103. DOI: doi.org/10.31891/pcs.2023.1.15
- Liganenko, M., Shepeleva, O., & Mishkevich, K. (2021). Analysis of the possibilities of fitness tours in Ukraine and Odesa region. *Scientific perspectives (Naukovi perspektivi)*, (5 (11)).
- Lyons T. Healthy Boost: Fitness & Wellness Startup Funding by the Numbers. [Електронний ресурс]. Режим доступу <https://kingscrowd.com/healthy-boost-fitness-wellness-startup-funding-by-the-numbers/> (дата звернення: 18.11.2023).
- Mathew, L., & George, S. (2022). The Indian Fitness Industry: Impact of Digitalisation. In *The Digital Transformation of the Fitness Sector: A Global Perspective* (pp. 97-109). Emerald Publishing Limited.
- Murray, D., Williams, K., & Zacharko, M. (2022). Digitalisation of the Fitness Industry in Australia: Disruption, Adoption and Opportunities. In *The Digital Transformation of the Fitness Sector: A Global Perspective* (pp. 111-117). Emerald Publishing Limited.
- Prasad, S. S., & Nandi, S. (2021). Innovation in Fitness Industry: A Case of Cure. Fit. *IBA JOURNAL OF MANAGEMENT & LEADERSHIP*, 12(2), 70.
- Rada, A., & Szabó, Á. (2022). The impact of the pandemic on the fitness sector—The general international situation and a Hungarian example. *Society and Economy*, 44(4), 477-497.
- Sandanski, I., & Girginov, V. (2020). Bulgarian fitness industry: policies, processes and providers. *The Rise and Size of the Fitness Industry in Europe: Fit for the Future?*, 95-115.
- Vorobyova, A., Kovaleva, N., Yurchenko, O., & Kovalev, V. (2019). Fitness trends 2020. *Sports Bulletin of the Dnipro region*, (1), 230-237. DOI: 10.32540/2071-1476-2019-1-230
- Xiao, T., & YongKang, L. (2023). The Present Situation and Future Prospect of Online Fitness in the Post-Epidemic Era. *International Journal of Physical Activity and Health*, 2(1), 31.

### Abstract

**LATISHEV Mykola, PETROVA Nataliia, GAVRYLOVA Nataliia, LEN Yuriy, KVASNYTSYA Iryna**

#### THE INFLUENCE OF MODERN TECHNOLOGIES ON THE FITNESS INDUSTRY

*In the modern technological world, information technologies are becoming an integral part of people's everyday life; they are transforming the way we communicate, work and, importantly, take care of our health. The latest fitness technologies with a health and recreational orientation are a natural consequence of the search for effective ways to provide organized physical activity for health improvement that is accessible to the general population. The rapid development of computer and information technologies affects health and fitness services. An explosion of apps, wearable devices and digital equipment allows people to track their performance, weight and fitness level. The purpose of the research is to determine the current trends in the introduction of information technologies in the fitness industry.*

*Analysis of publications and data related to modern technologies in the field of fitness showed that life is becoming more and more technological. The obtained results show that the general trends persist, but the impact of the COVID-19 pandemic on the state of the health and fitness industry is decreasing. In this regard, after the rapid rise in the popularity of information technologies, there is a slight decline in popularity, but they remain in the top of popular trends. Since the start of the COVID-19 pandemic, funding in the fitness and wellness industry has grown significantly, with an average of \$11.9 million raised annually starting in 2021 (and including early 2023). As wave after wave of COVID variants hit the world, people were forced to stay at home and find new ways to stay active and healthy. As a result, many new companies have entered the fitness and wellness space, with a large number of them raising money in private online marketplaces. In general, among the most popular directions are the following: online fitness plans; fitness equipment for the home; portable media; virtual reality; exercise machines and recovery tracking programs; Artificial Intelligence; applications for combining physical and mental health (wellness technology). In recent years, the world has seen an increase in the number of users of applications related to the recreation and health industry. According to data, in 2015 the number of users of such applications was 150 million, and already in 2021 this number has increased to 385 million. Ukrainian users are also actively involved in these technologies, which is reflected in the popularity of applications.*

**Keywords:** *modern technologies, fitness, innovations, trends, application, physical activity.*

**Стаття надійшла до редакції 13.11.2023 р.**

#### Бібліографічний опис статті:

ЛАТИШЕВ, М. ., ПЕТРОВА, Н. . ., ГАВРИЛОВА, Н. ., ЛЕНЬ, Ю. ., & КВАСНИЦЯ, І. . (2023). ВПЛИВ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ФІТНЕС ІНДУСТРІЮ. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, (4), 31–36. <https://doi.org/10.31891/pcs.2023.4.4>

LATISHEV M. ., PETROVA H. . ., GAVRYLOVA H. ., LEN Yu. ., & KVASNYTSYA I. . (2023). THE INFLUENCE OF MODERN TECHNOLOGIES ON THE FITNESS INDUSTRY. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, (4), 31–36. <https://doi.org/10.31891/pcs.2023.4.4>