

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
АМУРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
(ФГБОУ ВО «АмГУ»)

Факультет международных отношений
Кафедра международного бизнеса и туризма
Направление подготовки 43.03.02 - Туризм

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ
Зав. кафедрой
_____ Л.А. Понкратова
«__» _____ 2016 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему: Велнесс-туризм, как современное направление развития лечебно-оздоровительного туризма в России

Исполнитель
студент группы 234-об _____ Е.В. Твердохлебова

Руководитель
ст. преподаватель _____ О.В. Мирошниченко

Нормоконтроль
инженер _____ О.В. Шпак

Благовещенск 2016

РЕФЕРАТ

Бакалаврская работа содержит 67 с., 15 таблиц, 6 рисунков, 1 приложение, 26 использованных источников.

ТУРИЗМ, ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ, ВЕЛНЕСС-ТУРИЗМ, ЙОГА-ТУРИЗМ, ЙОГА, КУРОРТ, РЕТРИТ, ЙОГА-ТУР, ОЗДОРОВЛЕНИЕ, ЗДОРОВЬЕ.

Лечебно-оздоровительный туризм сегодня в развитых странах формируется на двух составляющих - получения больными медицинской помощи в специализированных учреждениях совместно с туристическими программами и когда здоровые люди совершают поездки в другие города для поддержания физического и психологического здоровья посредством получения определенных услуг в специализированных учреждениях.

Наибольшее распространение и популярность получили курорты, предлагающие несколько лечебно-оздоровительных факторов, особенно SPA-курорты или SPA-отели. Которые могут находиться не только в курортных зонах, но и в крупных мегаполисах, и также предоставлять услуги по оздоровлению и релаксации.

В данной работе рассматриваются теоретические аспекты лечебно-оздоровительного туризма, его классификация и особенности. Выделяется велнесс-туризм, как популярное направление оздоровительного туризма. Рассматривается и анализируется состояние велнесс-туризма в Мире и в России.

Одним из самых развитых направлений велнесс-туризма является йога-туризм. Йога-туризм популярен во всем Мире. В России большинство йога-туров и йога-фестивалей проходят на побережье Черного моря, поэтому необходимо создание нового турпродукта, имеющим отличительные особенности от имеющихся предложений на рынке йога-туризма.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
1 Теоретические аспекты велнесс, как современного направления лечебно-оздоровительного туризма	7
1.1 Лечебно-оздоровительный туризм: анализ понятия, классификация и особенности	7
1.2 Велнесс, как популярное направление оздоровительного туризма	21
1.3 Мировой опыт организации велнесс-туризма	31
2 Современное состояние велнесс-туризма в России	35
2.1 Современное состояние въездного и внутреннего туризма в России	35
2.2 Велнесс-туризм в России: особенности развития	38
3 Перспективы развития велнесс-туризма в России посредством организации йога-фестивалей	45
3.1 Проект оздоровительного йога-тура в рамках йога-фестиваля на о.Ольхон «Baikal Yoga Fest»	45
3.2 Экономическое обоснование предлагаемого туристского продукта	56
Заключение	62
Библиографический список	64
Приложение А «Анкета»	66

ВВЕДЕНИЕ

Одним из наиболее популярных видов туристской деятельности в современных условиях является лечебно-оздоровительный туризм.

По оценкам Всемирной туристской организации лечение и оздоровление относятся к числу важнейших туристских мотиваций. За последние 15 лет количество оздоровительных поездок увеличилось в мире на 10%.¹

Сегодня лечебно-оздоровительный туризм приобретает поистине глобальные масштабы. И можно говорить о том, что процесс формирования мирового рынка лечебного туризма активно продолжается. Спрос на «путешествия за здоровьем» растет из года в год. С одной стороны, появилась возможность выбора, где, в какой клинике, в какой стране лечить то или иное заболевание, а, возможно, и делать операцию. С другой стороны, растет востребованность природных лечебных факторов, SPA процедур и санаторно-курортного лечения.

Сама жизнь все больше заставляет нас думать о хорошей физической форме, а дефицит свободного времени подталкивает человека к тому, чтобы совместить отдых с лечением и профилактикой различных заболеваний.

Развитию лечебно-оздоровительного туризма во всем мире способствуют множество ресурсов, в связи с этим развивается большое количество новых методов лечения. Путешествия с лечебными и оздоровительными целями имеют давнюю историю. Еще древние греки и римляне использовали целебные источники и места с благоприятным климатом для того, чтобы поправить свое здоровье. На курорты прибывали не только больные, но и здоровые люди, желавшие отдохнуть и располагавшие для этого достаточными средствами.

Менялись времена, но мотивация путешествий оставалась прежней. Целебные свойства природных факторов, как и раньше, привлекают туристов в курортные местности.

¹ Сычева В. О. Теоретические подходы к определению SPA-туризма и моделей организации SPA-услуг // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 33. – С. 1–5.

Внимание к здоровью – это не просто забота о своем будущем, но и стиль жизни, определенная философия. Стройным и спортивным, красивым и здоровым, радостным и живущим в гармонии с окружающим миром сегодня быть модно. Способов держать себя в форме предостаточно: бегать по утрам, ходить в фитнес-центр, следить за диетой и бороться с вредными привычками. Технологии и оборудование постоянно совершенствуются, а на базе всеобщего увлечения здоровьем возникают целые индустрии. Одна из таких индустрий – Велнесс.

В целом, «wellness» движение подчеркивает активную позицию, с помощью которой люди пытаются выявить потенциальные проблемы и предотвратить их дальнейшее развитие с тем, чтобы оставаться в форме. Так как люди принимают участие в развлекательных мероприятиях, находясь в отпуске, туризм является идеальным средством для содействия поддержанию здоровью.

К привычным спортзалам и СПА-процедурам прибавляются новые сервисы, мотивирующие путешественников проводить отпуск или командировку с отрывом от смартфона и барной стойки. Отели и спа-курорты заводят партнёрство с фитнес-клубами и даже ипподромами и нанимают на постоянную работу тренеров по модным видам спорта – от йоги до кикбоксинга и фехтования. Появляется всё больше молодых инициатив, готовых оживить формат велнесс-путешествий и сделать спортивный досуг по всему миру более доступным. Спорт доказал свой мощный потенциал по части социализации: он способен объединить самых разных людей, жаждущих здорового и нескучного образа жизни. Сегодня крупные компании регулярно отправляют своих сотрудников на тимбилдинг в сноуборд-лагеря и на горные спа-курорты.

По данным статистики, к 2017 году мировой рынок велнесс-туризма будет расти на 50 % быстрее, чем общие показатели отрасли в целом, а на текущий год World Travel Guide прогнозирует серьёзный бум велнесс-туризма.

Тема выпускной квалификационной работы «Велнесс-туризм, как современное направление развития лечебно-оздоровительного туризма в РФ».

Актуальность данной бакалаврской работы заключается в том, что велнесс-туризм - это популярное, новое направление в современном оздоровительном туризме. Это весьма удачный вариант совмещать в путешествии активный отдых и оздоровление.

Объект исследования – велнесс-туризм.

Предмет исследования – развитие велнесс-туризма в России, как современного направления лечебно-оздоровительного туризма..

Цель выпускной квалификационной работы: создание нового турпродукта в одном из направлений велнесс-туризма в РФ.

Задачи бакалаврской работы:

- 1) проанализировать теоретические аспекты лечебно-оздоровительного туризма: понятия, особенности;
- 2) изучить велнесс-туризма, как одно из направлений лечебно-оздоровительного;
- 3) рассмотреть мировой опыт организации велнесс-туризма;
- 4) проанализировать современное состояние въездного и внутреннего туризма в России;
- 5) рассмотреть и проанализировать состояние велнесс-туризма в России;
- 6) разработать турпродукт в одном из направлений велнесс-туризма для развития внутреннего туризма в РФ;
- 7) дать экономическое обоснование разработанного турпродукта.

1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЕЛНЕСС, КАК СОВРЕМЕННОГО НАПРАВЛЕНИЯ ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

Теоретически и практически важным вопросом в курортно-рекреационной сфере является определение дефиниций и четкое разграничение понятий «санаторно-курортная помощь» и «лечебно-оздоровительный туризм».

Терминологическая путаница объясняется, во-первых, своеобразием отечественной санаторно-курортной системы, сохранившейся в своих основных проявлениях еще с советского периода, а во-вторых, отсутствием единого понимания туристской терминологии в сфере лечебно-оздоровительных услуг в глобальном масштабе.

1.1 Лечебно-оздоровительный туризм: анализ понятия, классификация и особенности

Касаемо лечебно-оздоровительного туризма, нет единого мнения как в отношении самого термина (лечебный, лечебно-оздоровительный, спортивно-оздоровительный, реабилитационный, рекреационный и др.), так и содержания данного понятия.

Большинство специалистов склоняются к тому, что лечебно-оздоровительный туризм необходимо определять исходя из выделения трех его основных составляющих:

- 1) лечебно-реабилитационной;
- 2) валеологической (оздоровительной);
- 3) рекреационной.

Первые две составляющие – по своей сущности медицинские, третью составляющую образуют отдых и досугово-развлекательные услуги.

Вопросы терминологии лечебно-оздоровительного туризма широко раскрыты в работах Ветитнева А.М., Кускова А.С., Драчевой Е.Л., а также многих зарубежных авторов.

Исходя из особенностей моделей в организации лечебно-

оздоровительного туризма в нашей стране и за рубежом, существуют некоторые различия в понятийном аппарате. В мировой практике авторы выделяют два основных направления – это лечебный (медицинский) туризм и оздоровительный (велнесс) туризм (таблица 1).

Таблица 1 - Анализ понятий лечебного туризма в зарубежной литературе

Определение	Источник
1	2
<i>Медицинский туризм (medical tourism)</i>	
Лечебный (медицинский) туризм – это путешествие жителей одной страны в другую страну (или город) с целью получения медицинской, стоматологической или хирургической помощи по более доступным ценам, и более высокого уровня и качества обслуживания, чем в месте своего постоянного проживания.	Medical Tourism Association
Лечебный (медицинский) туризм представляет собой деятельность, связанную с путешествием зачастую на длительные расстояния, включая заграничные поездки, для получения медицинских услуг в сочетании с отдыхом, развлечением, бизнесом и иными целями.	Прем Яджаси (Prem Jagyasi, 2008)
Традиционная модель лечебного туризма предполагает поездки пациентов с развивающихся стран в медицинские центры высокоразвитых стран. Однако в последнее время наблюдается быстро нарастающая тенденция поездок туристов из индустриальных стран в поиске услуг здравоохранения в менее развитые страны, пренебрегающих медицинским сервисом собственной страны. Хотя в целом понятие лечебного туризма используется в отношении любых путешествий с целью получения медицинской помощи.	Росенсвейг (Rosensweig 2008)
Лечебный (медицинский) туризм - это не просто поездки с целью улучшения здоровья, но также экономическая деятельность, представляющую собой торговлю услугами и объединяющая в себе, по крайней мере, два сектора: медицинский и туристический.	Милица Букман (Bookman, 2007)
<i>Оздоровительный туризм (wellness tourism)</i>	
Велнесс-туризм – совокупность отношений и явлений, возникающих в процессе путешествия людей, чья главная цель заключается в сохранении или улучшении здоровья. При этом туристы проживают в специализированных отелях и получают помощь на высоком профессиональном уровне в соответствии с последними достижениями науки и технологий. Туристам предоставляется комплексный турпакет, включающий разнообразные программы оздоровления: фитнес/омолаживающие процедуры, здоровое питание и диета, релаксация и медитация, а также образовательные программы, направленные на активизацию умственной деятельности	Мюллер, Кауфман, (Muller, Kauffman, 2001)

1	2
Велнесс-туризм - путешествия с первостепенными целями поддержания и сохранения здоровья и духовного благосостояния. Велнесс-туризм способствует открытию новых путей ведения здорового образа жизни, минимизации стрессовой нагрузкой и поиску жизненного баланса. Велнесс- туризм может включать спа-процедуры, здоровое питание, различные направления фитнеса на открытом воздухе (пешие туры, велоспорт, лыжи по пересеченной местности, йогу, греблю, прогулки на снегоступах), вдохновляющие экскурсии и приключения, способствующие восстановлению духовных сил, а также образовательные программы, обучающие нас как включить здоровый образ жизни в нашу повседневность.	Travel to Wellness (URL: http://www.traveltoowellness.com/)
<i>Лечебно-оздоровительный туризм (health tourism)</i>	
Лечебно-оздоровительный (health) туризм - это организованные поездки за пределы постоянного места жительства для сохранения, восстановления и улучшения духовных и физических сил.	П.Каррера, Бридж (Carrera, P. & Bridges, 2006)
Лечебный туризм - сочетание отдыха и развлечений индивидуальных, направленных на заботу о клиенте, программ здоровья.	Л.К.Рихтер (Драчева,2008)
Лечебно-оздоровительный туризм во всем многообразии форм - это индустрия, которую нельзя описать в нескольких словах. Сочетание медицинского и научного аспектов с холистическим подходом велнесс-туризма составляет ощутимый разрыв в толковании, что вызывает трудности для определения всей отрасли.	Стефано Эразо, (Stephanoand Christian Erazo, 2009)

Как видно из таблицы, в зарубежных источниках также встречается понятие “healthtourism” (дословно «туризм здоровья»), к которому ближе всего категория лечебно-оздоровительного туризма.

При этом одни авторы считают, что лечебно- оздоровительного туризма нет как такового, а более существенны понятия лечебный (медицинский) туризм и велнесс-туризм; другие используют термин лечебно-оздоровительный как синоним медицинского туризма либо как синоним велнесс-туризма, что зачастую вызывает путаницу.

И третья группа предполагает, что лечебно-оздоровительный туризм включает в себя обе категории – лечебный и велнесс-туризм. Стоит отметить, что ключевыми моментами в понятии велнесс-туризм и лечебно-оздоровительного (health) туризма является не только лечение и оздоровление, но также и всевозможные развлекательные программы. Исключением

является только операционный туризм, в котором первостепенное значение имеет медицинская помощь.

Определения велнесс-туризма и медицинского кажутся более определенными и конкретными. За границей существуют сформированный постоянными туристическими потоками рынок медицинского туризма и рынок велнесс туризма, с четким разграничением данных понятий (таблица 2).

Таблица 2 - Особенности и различия лечебного (медицинского) и велнесс-туризма.

Медицинский туризм	Велнесс-туризм
КАТЕГОРИЯ ТУРИСТОВ	
Люди, нуждающиеся в медицинской помощи, либо желающие пройти дорогостоящие процедуры	Здоровые или почти здоровые люди, заботящиеся о своем здоровье
МОТИВ ПУТЕШЕСТВИЯ	
- поездки с целью получения высококвалифицированной медицинской помощи в другие страны, либо регионы своей страны. -люди, ищущие более дешевое медицинское обслуживание	- сохранение и укрепление здоровья, а не лечение проявляющие интерес к здоровому образу жизни -ищущие предложения в услугах отсутствующие в своем месте проживания
МЕСТО ПУТЕШЕСТВИЯ	
Клиники и больницы, лечебные СПА. Обязательно наличие медицинского персонала.	Спа-отели, велнесс-центры, курорты на базе термальных источников, ашрамы, специализированные клиники, круизы.
НАИБОЛЕЕ ЗНАЧИМЫЕ УСЛУГИ И РЕСУРСЫ	
Косметологические, хирургические, стоматологические услуги и др., природные лечебные ресурсы при этом на втором плане или вовсе отсутствуют.	SPA – услуги, программы оздоровления, активное применение природных лечебных ресурсов – термальных вод, лечебных грязей и др.
АНИМАЦИОННАЯ СФЕРА	
Необязательна	Обязательна

Итак, лечебно-оздоровительный туризм, исходя из анализа определений зарубежных авторов, скорее ближе к понятию велнесс-туризма. Обязательной составляющей является присутствие анимационно-развлекательных услуг. С другой стороны, можно рассматривать лечебно-оздоровительный

туризм как обобщающее понятие любых путешествий с целями улучшения здоровья, будь это сложная операция или просто оздоровительные процедуры.



Рисунок 1 – Разновидности лечебно-оздоровительного туризма

В каждой стране существуют свои особенности формирования лечебно-оздоровительного туризма, обусловленные видом системы здравоохранения и уровнем развития государства в целом. Концепция организации лечебно-оздоровительного туризма в России коренным образом отличается от модели организации в других странах. Российская специфика проблематики понятийного аппарата основана на особенностях системы отечественного здравоохранения и заключается, во-первых, в необходимости разграничения понятий «санаторно-курортного лечения» и «лечебно-оздоровительного туризма», и, во-вторых, в определении особенностей в понятиях «лечебный туризм», «оздоровительный туризм» и «лечебно-оздоровительный туризм».²

² Ветитнев А.М. О соотношении понятий «лечебный туризм» и «курортное дело» / Санаторно-курортные

Рассмотрим для начала первый спорный вопрос. Сегодня существуют два подхода к развитию курортного комплекса страны и роли туризма в его функционировании.

По мнению президента Национальной курортной ассоциации Н.А. Стороженко, курортная отрасль вообще не может быть отнесена к туризму, а должна рассматриваться только как часть системы здравоохранения.

Этот подход не совсем соответствует современной социально-экономической ситуации в России, так как основными условиями его реализации следует считать полноценную государственную поддержку, в том числе финансовую, законодательную и налоговую. Санаторно-курортный комплекс должен реально являться частью системы отечественного здравоохранения.

Другая точка зрения состоит в том, что курорты должны функционировать как полноправные участники рыночной системы без государственного обеспечения и поддержки.

С 2001 года санаторно-курортное лечение работающих перестало быть страховым случаем, курорты лишились всех налоговых льгот, из фонда социального страхования была изъята статья расходов на санаторно-курортное лечение и оздоровление детей.³

Социальная функция санаторно-курортного комплекса сузилась до оказания гарантированной государством санаторной помощи только определенной категории граждан (пострадавшим от несчастных случаев на производстве, инвалидам, больным детям и др.).

Действительно, в сознании большинства граждан России лечебно-оздоровительный туризм ассоциируется в первую очередь с санаторно-курортным обслуживанием в специализированных учреждениях, при этом основная часть потребителей - это люди с ослабленным здоровьем, получающие услуги на бесплатной (льготной) основе по различным социальным программам.

Такой отдых не отличается высоким сервисом обслуживания и направлен в первую очередь на лечение и реабилитацию пациентов, отдых и рекреация при этом имеют второстепенное значение.

На основе вышесказанного, становится понятно, что категории лечебно-оздоровительного туризма и санаторно-курортного лечения вовсе не тождественны, не смотря на то, что они тесно связаны (табл. 3).

Таблица 3 - Отличие лечебно-оздоровительного туризма от санаторно-курортного лечения

Санаторно-курортное лечение	Лечебно-оздоровительный туризм
ПОТРЕБИТЕЛИ	
Пациент, больной	Турист, отдыхающий
ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫБОРА	
Выбор места оказания санаторно-курортной помощи и ее объем определяется учреждением, выдавшим путевку	Турист сам выбирает, на какой курорт поехать
МОТИВАЦИЯ	
Только лечение и реабилитация, так как это важный этап лечебных мероприятий	Отдых, лечение и оздоровление по собственной инициативе туриста
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОЕЗДКИ	
Лечение происходит на льготной (либо бесплатной) основе	Поездка осуществляется за свой счет
ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ	
Преимущественно применения природных лечебных факторов и процедур физиотерапии.	Использование лечебных факторов и других туристических ресурсов.

Развитие лечебно-оздоровительного туризма предопределено одновременным развитием и курортного дела, под которым понимается совокупность всех видов научно-практической деятельности по организации и осуществлению профилактики заболеваний, лечению и реабилитации больных, на основе использования природных лечебных ресурсов, изучения их свойств и механизма действия, комплекс мероприятий по организации, строительству, управлению курортами, обеспечению лечения и культурно-бытового обслу-

живания граждан, эксплуатации и охране природных лечебных ресурсов и санитарной охране курортов.⁴

Обратимся ко второму спорному вопросу: разграничение понятий лечебный туризм, оздоровительный туризм и, собственно, лечебно-оздоровительный туризм. В определении лечебно-оздоровительного туризма имеют место различные подходы (табл.4).

Таблица 4 - Анализ подходов в понимании лечебного туризма

Определение	Автор, источник
1	2
Лечебно-оздоровительный туризм предусматривает перемещение резидентов и нерезидентов в пределах государственных границ и за пределы государственных границ на срок не менее 20 ч и не более 6 мес. в оздоровительных целях, целях профилактики различных заболеваний организма человека. Лечебно-оздоровительный туризм основан на курортологии.	Бабкин А.В., 2008
Лечебный туризм – это часть туристской деятельности, предполагающей в качестве главного мотива поездки получение туристами за собственные или корпоративные средства комплекса лечебно-диагностических, реабилитационных, профилактических и рекреационных услуг, предоставляемых в местностях, отличных от места их постоянного проживания и располагающих необходимыми для этого природными, материальными и людскими ресурсами с целью предотвращения заболеваний или реабилитации, лечения различной патологии.	Ветитнев А.М., 2010
Лечебный туризм - это совокупность отношений и явлений, возникающих во время путешествия и пребывания людей, основной мотивацией которых является обследование, лечение и реабилитация организма, а также профилактика заболеваний в местностях, отличных от их постоянного места проживания и располагающих необходимыми для этого природными, материальными и людскими ресурсами.	Набедрик В.А., 2005

Продолжение таблицы 4

1	2
---	---

⁴ Ветитнев, А.М. Лечебный туризм: учебное пособие / А.М. Ветитнев, А.С. Кусков. – М.: ФОРУМ, 2010. – 592с.

<p>Лечебный туризм – это сочетанная форма отдыха и лечения в курортных или санаторных условиях на основе приоритетности (или паритетности) туристических форм отдыха по отношению к санаторно-курортным мероприятиям сугубо медицинского характера при финансировании поездки, как правило, из собственных средств клиента.</p>	<p>Казаков В.Ф., 2002</p>
---	---------------------------

Итак, как видно из определений, не сформировано единой точки зрения на понятие лечебного туризма (лечебно-оздоровительного). Большинство авторов предпочитают использовать термин лечебный туризм, опуская при этом оздоровительную составляющую.

Например, Ветитнев А.М. предлагает не смешивать понятие лечебного и оздоровительного туризма, и выделяют два основных его подвида - лечебный курортный и лечебный клинический туризм.

Более комплексный подход у В.А. Небедрик, которая выделяет в лечебном туризме оздоровительную и медицинскую (лечебную) составляющую, что в принципе совпадает с классификацией зарубежных специалистов, подразделяющих его на «medical» и «wellness» туризм. В свою очередь лечебный туризм подразделен на туризм с целью курортологического обследования и клинического обследования.

Оздоровительный туризм – это довольно обширное понятие, которое может включать в себя элементы спортивного туризма, экологического, пляжного отдыха, а также специализированные оздоровительные программы и досугово-развлекательные аспекты. Под оздоровлением можно подразумевать не только физическое, но и духовное оздоровление, а также поддержание баланса между ними. Поэтому наиболее верно все же использовать термин лечебно-оздоровительный туризм, нельзя исключать оздоровительную составляющую.

Анализируя существующие классификации отечественных и зарубежных авторов, можно условно выделить три основных направления лечебно-оздоровительного туризма:

- 1) велнесс-туризм (путешествия скорее здоровых людей, желающих пройти оздоровительные программы и отдохнуть);

2) курортно-реабилитационный туризм (туристы, желающие пройти лечение или реабилитацию посредством природных лечебных факторов и совместить ее с отдыхом);

3) операционно-диагностический туризм (поездки в клиники для получения высококвалифицированной медицинской помощи) (рисунок 1).

В структуре лечебно-оздоровительного туризма в зависимости от конкретной цели поездки и используемых услуг выделены его подвиды, но все они объединены общей мотивацией туристов к улучшению своего здоровья, и зачастую цели поездки могут совмещаться.

Лечебно-оздоровительный туризм довольно специфичен: он включает в себя различные социально-экономические категории, формируясь на стыке трех сфер: туризма, здравоохранения и курортного дела. Отличается ярко выраженной природно-ресурсной направленностью и требует наличие высоко-развитой материально-технической базы и трудовых ресурсов (рис. 2).



Рисунок 2 - Особенности организации лечебно-оздоровительного туризма

Лечебно-оздоровительный туризм обладает рядом особенностей, что позволяет рассматривать его в качестве самостоятельного сегмента туристического рынка. Конечно же, для каждого подвида лечебно-оздоровительного туризма существуют свои специфические особенности в его организации (например, для операционно-диагностического), но постараемся рассмотреть их в комплексе для всего направления:

- 1) лечение и оздоровление являются главной мотивацией поездки туриста;
- 2) основной туристический продукт, предоставляемый клиенту, имеет преимущественно лечебную составляющую, поэтому при выборе места отдыха очень важен профиль курорта;
- 3) лечебно-оздоровительный туризм в сравнении с другими видами пу-

тешествий имеет жесткий список требований для возникновения и успешного существования:

- наличие природно-ресурсных компонентов и комплексов, пригодных для организации лечения и оздоровления на территории (наличие лечебных ресурсов и экологически чистой местности);

- инфраструктура курорта (СПА-отеля, санатория и пр.) должна соответствовать требованиям для организации лечебных процедур;

- сторона, реализующая лечебный туристический продукт, должна располагать высококвалифицированным медицинским персоналом;

4) лечебно-оздоровительные поездки в большинстве случаев носят индивидуальный характер. Исключение могут составлять, к примеру, организованные группы на курорты Китая, когда группа осуществляет совместный переезд до места пребывания, экономя при этом на стоимости визы и трансферте;

5) потребитель получает продукт не только посредством участия туристических организаций, но чаще всего самостоятельно, напрямую через курорт, или клинику;

6) при осуществлении поездок на лечение (исключая оздоровление) турист обязан иметь выписной эпикриз о заболевании, однако в современных курортных организациях турист может пройти диагностику на месте;

7) чем больше длительность пребывания туриста на месте отдыха, тем выше лечебно-оздоровительный эффект. В идеале продолжительность пребывания на курорте должна быть не менее 21 дня, однако в современных условиях срок лечебно-оздоровительных туров сократился до 15 и даже 10 дней, что объясняется высокой стоимостью поездки и нехваткой времени.

1. Специфическая категория туристов:

1) преобладают люди среднего и старшего возраста с ослабленным здоровьем, либо ведущие здоровый образ жизни.

2) Ввиду довольно высокой стоимости туров основная категория туристов это обеспеченные люди.

2. Необходимость разработки разных вариантов диетологического питания, в зависимости от заболеваний клиентов.

Подводя итог, можно сказать, что в широком смысле лечебно-оздоровительный туризм – вид туризма, включающий в себя лечебный и оздоровительный сегмент, который связан с перемещением туристов в специализированные курортные местности, клиники или оздоровительные центры, обладающие всеми необходимыми ресурсами и факторами. Основной целью поездки при этом являются любые формы улучшения здоровья, посредством лечения и профилактики заболеваний, общего оздоровления и рекреации, в сочетании с отдыхом и развлечениям.

1.2 Велнесс как популярное направление оздоровительного туризма

По оценкам Всемирной туристской организации лечение и оздоровление относятся к числу важнейших туристских мотиваций. За последние 15 лет количество оздоровительных поездок увеличилось в мире на 10%. Сегодня лечебно-оздоровительный туризм приобретает поистине глобальные масштабы. И можно говорить о том, что процесс формирования мирового рынка лечебно-туризма активно продолжается.

Спрос на «путешествия за здоровьем» растет из года в год. С одной стороны, появилась возможность выбора, где, в какой клинике, в какой стране лечить то или иное заболевание, а, возможно, и делать операцию. С другой стороны, растет востребованность природных лечебных факторов, SPA процедур и санаторно-курортного лечения. Сама жизнь все больше заставляет нас думать о хорошей физической форме, а дефицит свободного времени подталкивает человека к тому, чтобы совместить отдых с лечением и профилактикой различных заболеваний.

Внимание к здоровью - это не просто забота о своем будущем, но и стиль жизни, определенная философия. Стройным и спортивным, красивым и здоровым, радостным и живущим в гармонии с окружающим миром сегодня быть модно. Способов держать себя в форме у нас предостаточно: мы бегаем

по утрам, ходим в фитнес-центр, следим за диетой и боремся с вредными привычками. Технологии и оборудование постоянно совершенствуются, а на базе всеобщего увлечения здоровьем возникают целые индустрии. Одна из таких индустрий - велнесс.

Тема велнесс - не новое веяние моды. Во все времена люди хотели себе и своим близким здоровья и долголетия, и нет ничего странного, что стараниями маркетологов появился такой новый стиль жизни.

Термин «wellness tourism» (велнесс-туризм), наиболее часто переводимый как оздоровительный туризм, достаточно четко определен. В основе такого туризма лежит велнесс-концепция, хотя следует отметить, что путешествия с целью оздоровления далеко не всегда совершаются людьми, придерживающимся данной концепции в полном виде.

Впервые понятие "wellness" было введено американским доктором Хэлбертом Даном в 1959 году путем присоединения частей из слов «wellbeing» и «fitness». Так доктор назвал особый подход к здоровью человека. В его основе лежало представление о том, что здоровье человека определяется не только благополучием тела, но и состоянием души и разума.

Но ещё гораздо раньше, у античных греков, существовал термин «Kalokagatiá», означающий единство души и тела, когда красивое и полезное должно быть неразрывно рядом. Это доказывает, что с древних времен в человечестве заложено стремление к формированию и сохранению здоровья, как физического, так и духовного.

В целом, «wellness» движение подчеркивает активную позицию, с помощью которой люди пытаются выявить потенциальные проблемы и предотвратить их дальнейшее развитие с тем, чтобы оставаться в форме. Так как люди принимают участие в развлекательных мероприятиях, находясь в отпуске, туризм является идеальным средством для содействия поддержанию здоровью.

По данным статистики, к 2017 году мировой рынок велнесс-туризма будет расти на 50 % быстрее, чем общие показатели отрасли в целом, а на текущий год World Travel Guide прогнозирует серьёзный бум велнесс-туризма.⁵

К привычным спортзалам и СПА-процедурам прибавляются новые сервисы, мотивирующие путешественников проводить отпуск или командировку с отрывом от смартфона и барной стойки. Отели и спа-курорты заводят партнёрство с фитнес-клубами и даже ипподромами и нанимают на постоянную работу тренеров по модным видам спорта — от йоги до кикбоксинга и фехтования.

Появляется всё больше молодых инициатив, готовых оживить формат велнесс-путешествий и сделать спортивный досуг по всему миру более доступным. Спорт доказал свой мощный потенциал по части социализации: он способен объединить самых разных людей, жаждущих здорового и нескучного образа жизни.

Сегодня крупные компании регулярно отправляют своих сотрудников на тимбилдинг в сноуборд-лагеря и на горные СПА-курорты.

В условиях тотального рабочего стресса местом отдыха для успешных и занятых становятся велнесс-ретриты с акцентом на различных видах приятной активности — от йоги и восточных единоборств до пеших прогулок и тенниса.

Как правило, пребывание в ретритах сопровождается лекциями, мастер-классами, а иногда и медитацией. В более продвинутых и, соответственно, дорогостоящих ретритах - внимание уделяют сбалансированному питанию и уходу за телом.

Все большую популярность в велнесс-турах набирают йога ретриты — центры самопознания и поиска гармонии с самим собой. Ретрит - это углубленная практика йоги и медитации. У них много разновидностей, занятия могут проходить несколько часов в день, но быть может на освоение знаний и само совершенствование понадобится несколько лет.

⁵ Сычева В. О. Теоретические подходы к определению SPA-туризма и моделей организации SPA-услуг / Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 33. – С. 1–5

Йога - это система с многовековой историей, никто точно не может обозначить ее возраст, однако доподлинно известно, что первый письменный источник о йоге был написан более 2000 лет назад индийским философом Патанджали. Несмотря на то, что йога существует уже давно, она не потеряла своей актуальности и в настоящее время день. Сейчас йога перестает быть индийской экзотикой, а становится понятной многим современным людям.

Йога туризм - это совершенно новое направление в современном туризме. Это шикарная идея совмещать активный великолепный отдых, различного рода путешествия и занятия йогой. Маршруты выбираются самые разные - и по России, и за рубежом. А идея в том, чтобы не просто посетить интересное место или страну, отдохнуть, но еще и уделить внимание практике под руководством опытного преподавателя. И не раз в неделю, как это происходит в обычной жизни, а день за днем.

И в этом огромная польза. Во-первых, смена обстановки положительно влияет на психологическое состояние. В такой обстановке и занятия йогой проходят намного эффективнее. Не тревожат бытовые проблемы, легче сосредоточиться на выполнении упражнений. Преподаватель во время таких занятий уделяет всем гораздо больше внимания, объясняет, показывает, отвечает на вопросы.

Йога-тур — это туристический пакет, включающий в свою программу серию занятий йогой в месте пребывания. При этом программа турпакета разработана таким образом, чтобы на эти занятия всегда было достаточно времени и они не шли «впритык» к другим элементам поездки.

Впрочем, нельзя сказать, что в туре будут одни лишь занятия йогой, многочасовые и изнуряющие. Подавляющее большинство таких программ предназначено для людей, которые не занимаются йогой профессионально — то есть для начинающих адептов этой древней системы оздоровления или просто людей, заботящихся о своем здоровье. Поэтому йога-пакет — это всегда только часть программы тура.

Если говорить о йога-турах в пляжные страны (например, Индию, ОАЭ, Грецию, Италию, Сейшельские острова, Маврикий или Тунис), то их серьезным достоинством станет возможность сочетать занятия йогой с отдыхом на побережье и разнообразной экскурсионной программой. А в таких странах, как Швейцария или Норвегия приятным дополнением к йога-программам станут красивая природа и мягкий приозерный климат.

Каких-то особых ограничений по состоянию здоровья для занятий йогой нет (исключение — серьезные наследственные заболевания). О любых недомоганиях всегда можно предупредить тренера до начала практики. Также нет ограничений и по возрасту: йогой могут заниматься как дети с 6 лет, так и взрослые — даже самых преклонных лет. К слову, йога-туры весьма популярны у супружеских (и не только) пар, причем нередко на йогу ходит только кто-то один, а второй участник поездки во время этих занятий развлекается на свой лад.

В йога-турах тренеры, как правило, первым делом рассказывают о йоге, о себе, как о тренере, о своем личном опыте, знакомят с техникой безопасности. Участников группы учат правильно дышать и обучают искусству релаксации. Современный человек очень напряжен, и ему трудно бывает сразу расслабиться. Йога учит тому, как делать это постепенно, шаг за шагом.

Стандартная программа тура включает два практических занятия в день (два часа до завтрака и два часа вечером) и одно теоретическое. Режим построен так, чтобы участники группы днем были свободны для отдыха на море, аюрведических процедур или экскурсий. Но расписание всегда может быть согласовано с тренером и изменено по просьбе всей группы.

Как уже говорилось, практика йоги подходит для людей любого возраста и уровня физической подготовки. Однако если у участника тура есть хронические заболевания, проблемы с позвоночником, либо он недавно перенес операцию или был травмирован, то об этом необходимо предупредить преподавателя еще до начала практики.

Отличия йога-тура от обычного отдыха и занятий йогой:

1) интенсивность. Занятия проводятся каждый день, поэтому можно усвоить на порядок больше материала. Удаленность от дома и отсутствие привычных раздражителей помогают практике йоги. Это пригодится по возвращению: дисциплина в йоге - дисциплина в повседневной жизни;

2) атмосфера. Практика йоги в группе единомышленников, с которыми постоянно находишься вместе, создает приятную и творческую атмосферу. Под конец, как правило, группа функционирует как единый слаженный организм;

3) отдых. Практика йоги и сплоченная группа делают сам отдых активным и веселым - его качество повышается. После поездки у каждого участника группы остается мощный заряд бодрости и ощущение, что отдых длился не 10 дней, а как минимум месяц;

4) внутренний рост. Специальный выбор места плюс теоретическая часть (лекции - то, на что никогда нет времени) и насыщенная экскурсионная программа «работают» на расширение диапазона восприятия и внутреннюю трансформацию. Участник группы получает не только новые знания и впечатления, но и новое мироощущение;

5) здоровье. Заниматься йогой на берегу океана гораздо полезнее (и приятнее), чем в городском зале. «Запас прочности» организма растет очень быстро. Кроме того, новичкам гораздо легче по-настоящему втянуться в йогу именно во время йога-тура.

Уже несколько тысячелетий среди разных систем оздоровления организма упражнения йоги остаются непревзойденными. Йога дает здоровье, причем не только физическое, но и психическое, то есть душевное спокойствие и равновесие.

Психическое здоровье человека — это его способность легко переносить трудности и удары судьбы, спокойно реагировать на эмоциональные всплески других людей, возможность эффективно и творчески работать в течение длительного времени, не уставая.

Йога-туры способствуют здоровому образу жизни: организм начинает

сам отказываться от излишеств и вредных привычек: алкоголя, курения и так далее. Открывают внутренние ресурсы человека, формируется позитивное восприятие действительности и окружающих людей.

Таблица 5 - Виды йога-туров

Вид	Определение
1	2
Йога-тур на море	Продолжительность такого тура составляет от одной недели до двух. Необходимо понимать, что это уже не короткий тур выходного дня и занятия будут проходить, скорее всего, 2 раза в день, рано утром (до наступления жары) и вечером. Остальное время может быть занято экскурсиями, массажем, СПА-процедурами и обычным пляжным отдыхом.
Йога-тур и зимний отдых	Практически ничем не отличается от тура на море, занятия так же будут в среднем проходить 2 раза в день, а остальное время Вы можете потратить на экскурсии или зимние виды спорта (лыжи, сноуборд, коньки, санки).
Познавательный йога-тур	Это может быть поход в горы, поездка по различным Ашрамам, «местам силы». Количество, время и место занятий в таком туре определяют непосредственно преподаватель и организатор.
Оздоровительный йога-тур	Кроме практики йоги в таком туре могут быть различные специальные оздоровительные процедуры и специфическое меню, направленные на улучшение здоровья. В таком туре обязательно должны принимать участие специалисты, имеющие медицинское образование или сертифицированные на применение различных оздоровительных методик.
Семейные йога-туры	Практически в любой из перечисленных туров вам ничто не мешает отправиться вместе со своей второй половинкой или детьми. Но нужно четко понимать, интересна ли Вашим близким практика йоги, и будут ли они принимать в ней участие, если нет, то будет ли им чем заняться, пока вы на занятиях. В любом случае лучше всего совмещать семейный отдых с йогой, если это Ваше общее семейное увлечение.

Лечение йогой практикуется уже многие тысячелетия, но до нашей культуры подобная возможность дошла относительно поздно – в 20 веке.

Существует даже термин «йогатерапия», который означает лечение заболеваний при помощи практики йоги. Речь идет не только об очевидных патологиях и латентных формах, но и об общих эмоциональных недомоганиях и настроениях.

Инструментами лечения йогой выступают различные асаны и пранаямы, варианты медитативных техник (концентрация внимания на аудиальных, визу-

альных и тактильных объектах). В процессе выполнения соответствующих упражнений человек активизирует скрытые и угнетенные силы организма, которые избавляют его от целого ряда заболеваний.

Понять принцип действия йоги несложно: основная идея заключается в том, что в процессе занятий человек меняет свое сознание, убеждения, настроение, задействовав при этом не только умственные ресурсы, но и физические.

При выполнении асан задействуются все группы мышц, которые, то расслабляются, то напрягаются, поочередно или одновременно. Такое лечение йогой воздействует на привычные спазмы, застои крови, нарушение обмена веществ в тканях и клетках. К примеру, люди, часто жалующиеся на боли в суставах или спине, при правильном напряжении избавляются от данных симптомов.

Также в йоге немаловажную роль играют практики дыхания, которые помимо расслабления способствуют изменению химического состава крови. Организм, который обогащается достаточным количеством кислорода и полезных веществ, заметно укрепляется, оздоравливается и омолаживается.

При выполнении медитаций человек тренирует свой разум контролировать свое тело и управлять эмоциями и ощущениями. Известно, что силой мысли можно быстро снять некоторые болевые синдромы и другие сбои в организме.

Следуя правилам занятий йогой, человек улучшает физиологические, духовные и психологические аспекты своей жизни. Очень важно не только снять симптомы заболеваний, но и устранить их корни посредством задействования резервов организма, которыми наделен каждый человек. При этом, лечение йогой не приводит ни к физической, ни к психологической зависимости, а дает свободу выбора и здоровье.

Лечение йогой помогает не только искоренить неправильные установки, но и физически воздействовать на те органы, которые наиболее уязвимы. В результате, комплексный подход, включающий выполнение асан, дыхательных

техник и медитаций, способствует улучшению иммунитета, устранению очагов нарушений и укреплению ослабленных органов.

Первые занятия йогой лучше начинать под руководством опытного мастера. Лечение йогой можно осуществлять практически каждому без половых и возрастных критериев. Стандартное занятие начинается с техники расслабления, после чего участники приступают к выполнению асан. В ходе упражнений задействована также техника дыхания как неотъемлемая часть лечения йогой. В конце занятий необходимо снова хорошо расслабиться, и здесь уже подключается медитация.

Существуют следующие асаны, действие которых направлено на достижение определенных эффектов:

- 1) Поза лотоса (падмасана) создает психологическую и физическую устойчивость, успокаивает нервную систему;
- 2) Йога мудра способствует усмирению гордости;
- 3) Поза для созерцания (сиддхасана), как и падмасана, уравнивает и успокаивает;
- 4) Ардха Матсиендрасана улучшает гибкость позвоночника, внушает уверенность и решительность;
- 5) Супта Ваджрасана действует общеукрепляющее на гипотоников; Матсиасана улучшает гибкость шеи, избавляет от простуды и тонзиллита;
- 6) Вакрасана оказывает общеукрепляющее действие;
- 7) Хастападасана способствует устранению заболеваний брюшной полости, благоприятно действует на мозг;
- 8) Пашимотасана дает энергию и биологическую силу, лечит заболевания органов брюшной полости;
- 9) Уддиянабандха устраняет болезни ЖКТ, вялость кишечника;
- 10) Триконасана благотворно сказывается на организме после инфекционных болезней;
- 11) Наули нормализует работу ЖКТ, развивает психику;
- 12) Ардха Бхуджангасана способствует развитию костной системы,

совершенствованию чувства равновесия;

13) Бхуджангасана помогает при искривлении позвоночника, препятствует образованию камней в почках, развивает чувство уверенности в себе;

14) Салабхасана омолаживает почки, укрепляет мышцы спины;

15) Сарвангасана лечит болезни органов пищеварения, диабет, развивает равновесие;

16) Випарита Карани помогает при зобе, базедовой болезни, слабости, болезнях легких, омолаживает лицо;

17) Халасана эффективно действует при диабете, головной боли, опущении брюшной стенки;

18) Сиршасана улучшает зрение, развивает мозг, омолаживает организм;

19) Симхасана помогает справиться с ангиной.

Конечно, нельзя самостоятельно заниматься лечением йогой и слепо увлекаться занятиями. В идеале практика йоги должна носить профилактический и комбинированный характер.

Но все же, лечение йогой, основанное на правильном и рациональном подходе к данной методике, позволяет избавиться от многих заболеваний системы пищеварения, органов дыхания, эндокринной системы, кровообращения, опорно-двигательного аппарата, мочеполовой системы, нервно-психической системы.

Также йога способствует купированию хронических воспалительных процессов, устранению последствий травм, отравлений, операций, радиоактивного излучения, инфекционных болезней, нарушений иммунной системы, аллергии и так далее.

Возвращаясь к вопросу о том, обеспечивает ли йога лечение, доказано, что регулярные занятия йогой (не менее 3 раз в неделю) уже за 1 -2 месяца укрепляют мышцы верхней части туловища на 20 %, нижней - на 50 %. Кроме того, общая гибкость тела увеличивается на 24 %.

Эффект асан определяется их многосторонним комплексным воздействием на организм. Первостепенным классическая йога считает воздействие на позвоночник и суставы. Подобный эффект достигается чередованием динамических (подвижных) и статических (на поддержание равновесия) асан.

Разнообразные, порой причудливые или смешные, на взгляд европейского человека, асаны оказывают воздействие на самые мелкие и глубоко расположенные мышцы: межпозвоночные, диафрагмальные, брюшные. За счет этого во время йоги предотвращаются зажимы позвоночных нервов, провоцирующие не только боль непосредственно в области позвоночного столба, но и общее ухудшение самочувствия.

Регулярные тренировки брюшных и диафрагмальных мышц оказывают благоприятное воздействие на работу внутренних органов, гармонизируют работу пищеварительной и выделительной систем. Это приводит к быстрому выводу из организма пищевых токсинов и шлаков. Регулируемое правильное дыхание улучшает снабжение крови кислородом.

Поддержание равновесия при сложных асанах оказывает мягкое стимулирующее воздействие на многие отделы головного мозга. По мнению европейских ученых, такая практика помогает реанимации многих мозговых функций, когда-то доступных нашим предкам, но утраченных в процессе эволюции.

Даже первоначальное постижение практик йоги дает выраженный омолаживающий эффект. Постигание же более высоких ступеней (медитация, визуализация, управление чакрами) позволяет управлять реакциями мозга, регулировать настроение, противостоять ежедневным стрессам.

1.3 Мировой опыт организации велнесс-туризма

Велнесс - это комплекс определенных процедур и методик, которые в своей совокупности оказывают благоприятное влияние на физическое и психоэмоциональное состояние человека. В этот комплекс входят:

- 1) оздоровительные медицинские процедуры;
- 2) СПА-процедуры;
- 3) правильное, экологически-чистое питание;
- 4) различные психологические антистрессовые программы и занятия эмоциональной разгрузки;
- 5) физическая активность;
- 6) специальные программы отелей для своих гостей.

Все это крайне необходимо для поддержания гармоничного состояния духа человека живущего в условиях современного города. Велнесс отлично подойдет тем, кто на работе оставляет последние силы или кто «живет» там.

Велнесс предлагается рядом специализированных клубов и центров, имеющих специальное оборудование, свою программу и специалистов. В роскошных отелях по всему миру, особенно в сетевых отелях, в последнее время все чаще и чаще стали предоставляться услуги по оздоровлению организма.

В дорогих отелях стал появляться специализированный персонал, отдельные центры с необходимым оборудованием и продуманными комплексными велнесс-программами. А некоторые отели и вовсе стали создаваться исключительно для тех, кто хочет подправить свое физическое и психологическое здоровье.

Таблица 6 – Популярные велнесс-курорты мира

Отель/Курорт	Местоположение	Общая информация
1	2	3
The Chateau Spa & Organic Wellness Resort	Малайзия	Первый в мире органический спа-курорт оздоровительной направленности. Лечебные и оздоровительные велнесс процедуры и спортивные программы (йога, конные прогулки, велотуры по горной местности) направлены на улучшение состояния здоровья и самочувствия посетителей.

Продолжение таблицы 6

1	2	3
COMO Shambhala Estate	о. Бали, Индонезия	Оздоровительный велнесс курорт «СОМО ShambhalaEstate» предлагает эффективные оздоровительные туры, после которых словно открывается «второе дыхание». На курорте возможны занятия йогой и пилатесом.
The Farm at San Benito	Филиппины	При разработке оздоровительных процедур, здесь практикуют концепцию полного единения с природой. Уставшим от трудовых будней гостям предлагают детокс-процедуры, питательный и сбалансированный рацион из пищи, не подвергаемой термообработке и эмоциональное сопровождение и поддержку в течение всего курса восстановления.
Ananda in the Himalayas	Индия	Уникальный комплекс, предоставляющий оздоровительные велнесс услуги по принципу приведения в порядок физического и душевного состояния. Ежедневно проводятся занятия по йоге, для каждого гостя индивидуально разрабатывается велнесс программа.
Shanti Maurice A Nira Resort	о. Маврикий	Отель «ShantiMaurice A NiraResort» это не только польза для здоровья, но и роскошная и шикарная обстановка в отеле. Рано утром на пляже проводятся занятия по йоге и силовая ходьба в быстром темпе. Для любителей активного отдыха предусмотрены водные развлечения, теннис и гольф.
SHA WellnessClinic	Испания	В определенных кругах, считается основоположником направления «оздоровительный велнесс-туризм». Здесь разрабатываются профессиональные оздоровительные программы, у гостей вырабатывается интерес к здоровому образу жизни.

Интерес к велнесс-туризму во всем мире растет. Нынешний ритм жизни постоянно ускоряется, и возникает абсолютно естественная потребность в гармонии физического и душевного состояния человека, во избежание подстерегающих стрессов и нервных срывов. Очень актуально и востребовано оказание полного комплекса соответствующих услуг в одном месте. Растет и скорость жизни, и рост благосостояния людей, нуждающихся в этих услугах.

В первой главе были рассмотрены теоретические аспекты лечебно-оздоровительного туризма. Были проанализированы понятия, составлена классификация, а так же были выделены особенности лечебно-оздоровительного

туризма. Было выявлено, что понятие лечебно-оздоровительный туризм имеет множество определений. После анализа определений велнесс-туризма и медицинского туризма, которые имеют четкое разграничение, был сделан вывод, что лечебно-оздоровительный туризм ближе к понятию велнесс-туризма.

Велнесс-туризм является одним из самых популярных направлений лечебно-оздоровительного туризма. Число оздоровительных поездок увеличивается с каждым годом. Поэтому был рассмотрен мировой опыт его организации.

Анализ мирового опыта организации велнесс-туризма показал, что число велнесс-курортов и велнесс-отелей постоянно растет. Современному человеку необходим отдых с оздоровлением.

Далее рассмотрим статистику въездного и внутреннего туризма в РФ, а так же состояние велнесс-туризма.

2 СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ВЕЛНЕСС-ТУРИЗМА В РОССИИ

2.1 Современное состояние въездного и внутреннего туризма в России

В России имеется огромный потенциал для развития не только внутреннего, но и въездного туризма. Уникальные историко-культурные ценности, представленные культурно-историческими объектами и территориями, а также природные достопримечательности позволяют развивать множество видов въездного и внутреннего туризма.

Познавательный, экскурсионный, научный, фестивальный, деловой, религиозный, спортивный, экстремальный, горнолыжный, лечебно-оздоровительный – далеко не полный перечень видов туризма, для которых имеются необходимые туристические ресурсы.

В концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации в перспективе до 2020 года, отмечено, что туризм является существенным звеном в инновационном развитии страны и является экономически выгодной, а также экологически безопасной отраслью национальной экономики.

В 2014 году, по данным Росстата, представленным в табл. 6, в Россию с целью туризма въехало 236 808 тыс. иностранных граждан, на 11,3 % меньше, чем в 2013 году. Тем самым наша страна недосчиталась 27 071 тыс. туристов.

В 2014 г. въездной туризм значительно пострадал от политической напряженности. Однако вырос турпоток в Россию из Китая, в то время как многие европейцы отказались от путешествия в Россию

На самом деле, падение турпотока могло быть значительно больше, если бы не девальвация рубля, произошедшая в начале 2014 года. К тому же в 2014 году снизились бизнес-потоки в страну. В результате произошло падение цен, за счет чего Россия стала очень привлекательной для европейцев. Если бы этого не произошло, снижение турпотока могло бы дойти и до 20%.⁶

⁶ Королева Н.В. Анализ современного состояния туризма в РФ: Научный журнал АГУ / Н.В. Королева.- Май-коп, 2015

Таблица 7 - Въезд иностранных граждан в Россию с целью туризма за 2007–2014 гг., тыс. поездок (Федеральная служба государственной статистики РФ).

Страна	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2014 г. в % к 2013 г.
Австралия	1775	11988	7912	3573	1603	1413	4630	5015	+7,7
Австрия	7446	2271	4747	1401	1037	1241	5704	1378	-313,9
Великобритания	44329	31347	67381	3846	3117	4825	5120	3409	-50,1
Германия	73875	116160	100119	36093	32930	55838	42147	27475	-53,4
Израиль	2436	3112	5379	299	1804	2469	1779	2549	+30,2
Испания	33123	34287	27332	1499	3414	5489	4012	11775	+65,9
Италия	67103	65021	67729	11162	21964	17541	17815	19114	+6,8
Китай	95517	54879	50352	55187	37788	36317	59209	79854	+34,8
Норвегия	6448	4567	1377	586	953	1577	972	911	-6,7
США	97765	127986	100449	12891	7866	10943	13806	9106	-34
Финляндия	68592	50589	16316	12896	7866	13943	10881	11301	+3,7
Франция	40412	32011	29567	18048	16802	17466	18644	7167	-160,1
Швеция	8759	2242	1025	529	448	2284	1213	2029	+40,2
Япония	29314	34177	23164	13072	11315	18408	13035	22767	+42,7
Корея	-	-	-	-	-	226	1278	872	-46,5
Канада	-	-	-	-	-	263	904	490	-84,5
Греция	-	-	-	-	-	422	421	175	-140,6
Всего въехало с целью туризма	678197	657987	580366	198347	178283	225860	263879	236808	-11,3
В% к предыдущему году		-3,1	-13,4	-192,6	-11,2	+21,1	+14,4	-11,3	

Одно из лидирующих мест по спаду занимают Австрия, Великобритания, Германия, Франция, Греция, Канада, США.

Но есть рынки, продемонстрировавшие положительную динамику. В первую очередь, это Испания (+65,9%), что можно объяснить укреплением экономических связей и стремлением Испании к облегчению визового режима с Россией. Так же Израиль показал положительную динамику (+30,2%), что вполне объяснимо: безвизовый режим между нашими странами очень оживил поездки.

Динамика въездного туризма нестабильна, его показатели то растут, то падают. В 2012 году из-за мирового кризиса численность посетивших нашу страну иностранных туристов снизилась по сравнению с прошлыми годами.

Далее следует рассмотреть данные по внутреннему туризму в России за период 2007-2014 гг.

Внутренний туризм имеет положительную динамику. По сравнению с прошлыми годами число желающих отправиться в путешествие по стране возросло.

Таблица 8. Внутренний туристский поток в Российской Федерации в 2007-2014 гг.

Год	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
Турпоток, чел.	1 696 539	2 005 541	2 641 300	1 926 106	1 585 397	1 741 348	1 730 984	1 793 319
Темп прироста, %	-	+15,4	+24,1	-37,1	-21,5	+8,9	-0,6	+3,5

Не смотря на существующие для России проблемы, туристская деятельность реформируется и развивается.

По прогнозам экспертов, в ближайшие годы ожидается рост внутреннего турпотока. Лидером среди российских мест отдыха станет Сочи, который может составить конкуренцию многим зарубежным курортам.

Летом более посещаемы будут курорты Краснодарского края и Крыма, но это будет в случае взвешенной ценовой политики российских объектов разме-

щения. Так же ожидается увеличение туристического потока в Крым на уровне 20 %.⁷

Неразвитости въездного и внутреннего туризма в России способствует множество факторов, среди которых рост цен на услуги, предназначенные туристам; недостаточная реклама за рубежом туристических возможностей России; ограниченное количество гостиниц туркласса в регионах и в столице страны; неразвитость индустрии развлечений.

Также нужно отметить, сложный и долгий процесс оформления виз и их высокая стоимость, что является немаловажным препятствием на пути туристов, желающих посетить Россию.

2.2 Велнесс-туризм в России: особенности развития

Всё чаще мы слышим о планах развития уникальных природных богатств России. Запланировано открытие оздоровительных комплексов на соляных озёрах в Оренбургской области, на термальных источниках в Новгородской области. Это свидетельствует об интересе инвесторов к сфере велнесс-туризма.

Ёмкость рынка «здорового туризма» весьма велика. Велнесс-туризм находится на пересечении двух крупных мировых экономик: мировой объём рынка велнесс-услуг оценивается в 2 триллиона долларов, а рынок туризма и путешествий оценивается в 6 триллионов долларов. Объём туристического рынка России составляет порядка 25 миллиардов долларов, доля внутреннего туризма в общей статье доходов весьма велика, более 40%. Россия, благодаря своей природе может предложить туристам со всего света действительно уникальный отдых. Теперь, когда вектор развития определён, необходимо создавать современную инфраструктуру.⁸

⁷ Дуздибаева А. С. Современное состояние российского туризма / Молодой ученый. — 2015. — №7. — С. 390-393.

⁸ RED* spammanagement. Велнесс тенденции 2016 г., часть 2 / Научно-методический электронный журнал «Red». – 2016. – Т. 21. – С. 5–7

Недавний отчёт SRI International для Международного саммита СПА и велнесс, показал, что велнесс-туризм уже оценивается в 439 миллиардов долларов, что составляет 14% мировых расходов на туризм.

Увеличивающийся спрос на здоровые путешествия всех видов означает, что данная категория будет расти со скоростью в 9 % в год до 2017 года, что на 50% быстрее скорости развития «обычного» туризма. Отели принимают во внимание эти факты и выпускают «программы сохранения здоровья», а кроме того, всем выгодна прибыль от велнесс-туристов, которая в среднем на 130 % выше, чем прибыль от обычных гостей. Эта тенденция нравится как путешественникам, так и предпринимателям.

В отчёте SRI International выделяются два различных типа велнесс-туризма: «основной», когда велнесс является целью поездки, и «вторичный», когда велнесс – только часть путешествия. Гости «вторичной» категории составляют большую долю всего объёма велнесс-туризма (более 85 %). Этот поток путешественников активно подогревает развитие «здоровых» отелей, что вполне соответствует мировым тенденциям отдыха.

Современные люди, работающие всё больше и больше, не просто устают, а буквально выгорают. При этом, с каждым годом они берут всё меньше выходных: американцы отдыхают только 10 дней из положенных 14, японцы 7 из 18, а южнокорейцы всего 7 из 105. В России эта статистика гораздо лучше, однако повышенный ритм жизни, нагрузки и неправильное питание делают своё дело. Нашим согражданам тоже нужно не просто отдыхать, но восстанавливаться.

Меняется отношение отелей к питанию: после многих лет гастрономического изобилия и чрезмерных излишеств сейчас всё больше организаций обращаются к модной теме здорового образа жизни, активно внедряя идею велнесс при брендинге и ребрендинге. Такая мощная тенденция как здоровые отели – уже не просто очередная тема в новостях, а настоящий мегатренд, направленный на удовлетворение основополагающих человеческих потребностей. Всё больше гостиничных сетей позиционируют велнесс как неотъемлемую часть

своего бренда. Аналогично, многие отели проводили ребрендинг с упором на здоровое питание, фитнес и программы здорового сна. С тех пор эта тенденция всё больше набирает обороты.

В 2016 г. эта тенденция ещё более основательно закрепится в качестве туристического тренда. Будет появляться всё больше отелей, которые продвинулись от здоровья в качестве маркетингового ярлыка к более глубокому, усовершенствованному составлению программ. В конечном счёте, здоровый отель будет более вдохновляющим и всеобъемлющим местом, перестанет быть чудесным исключением и займёт долю в индустрии гостеприимства, как во всём мире, так и в России, потому что в наши дни людям, как никогда ранее, необходимы путешествия, восстанавливающие силы и дух.

Как уже отмечалось ранее, велнесс-туризм имеет три направления:

1. СПА - услуги оздоровительного характера;
2. косметологический туризм;
3. йога - медитационный туризм.

Самым развитым направлением велнесс-туризма в нашей стране является йога-туризм.

Йога – туризм, как составляющая велнесс-туризма так же имеет популярность у сторонников здорового образа жизни и активно развивается в нашей стране.

Существует Общероссийская Общественная Организация «Федерация Йоги России», которая состоит из региональных отделений в более чем пятидесяти субъектах Российской Федерации, а также может иметь и нескольких зарубежных отделений.

Отделения федерации йоги бывают:

1. региональные: они объединяют себя членов - физических лиц и клубы - как юридические лица в регионе, например, городе и его области;
2. локальные (местные): это обычно один - два клуба, расположенных в конкретной местности.

Во всех отделениях преподается единая программа, согласованная с руководством и методическим отделом Федерации. Помимо этого отделения могут специализироваться и на других стилях, которые поддерживаются Федерацией.

Основная задача региональных отделений федерации йоги:

- 1) развитие и популяризация йоги в Российской Федерации;
- 2) содействие оздоровлению населения РФ посредством вовлечения в регулярные занятия физкультурой и спортом;
- 3) обучение практикам сохранения здоровья;
- 4) пропаганда здорового образа жизни;
- 5) создание и участие в деятельности школ, секций, групп, институтов, клубов, центров для занятия йогой;
- 6) содействие реализации целевых государственных программ развития физической культуры и спорта.

Региональные отделения Федерации ведут преподавание, проводят семинары, посылают своих последователей на всероссийские и зарубежные семинары, на стажировки в Индию и Европу.

Таблица 9 - Йога-туры, организованные Федерацией йоги России в 2016 г.

Месяц	Сочи	Туапсе	Крым	Абхазия	Цена
1	2	3	4	5	6
Май		16.05 - 22.05 Хатха-йога 23.05 - 29.05 Хатха-йога	01.05 - 09.05 Йога-май 23.05-29.05 Кундалини-йога		От 33 500 руб. до 36 500 руб.
Июнь	10.06 -19.06 "Йога и счастье" 20.06 - 29.06 Женский йога-тур "Гармония"		06.06 - 15.06 "Йога и счастье" 17.06 - 26.06 "Йога для новичков" 27.06 - 06.07 "Йога и медитация"		От 33 300 руб. до 38 500 руб.

Продолжение таблицы 9

1	2	3	4	5	6
Июль	05.07 - 12.07 "Йога и счастье"		01.07 - 08.07 Кундалини йога	11.07 - 20.07 Хатха-йога	От 33 300 руб. до 38 000 руб.
Август	01.08 - 10.08 "Здоровый позвоночник" 11.08 - 20.08 "Антистресс"		08.08 - 17.08 "Йога и медитация" 19.08 - 28.08 "Йога для новичков"	11.08 - 20.08 Хатха-йога	От 32 400 руб. до 38 500 руб.
Сентябрь	30.08 - 09.09 "Антистресс" 11.09 - 20.09 ЙогаТерапия	08.07 - 17.07 "Антистресс" 18.07 - 27.07 "Йога для новичков"	29.08 - 07.09 "Антистресс" 19.09 - 28.09 "Йога для новичков"		От 33 300 руб. до 37 500 руб.

Йога тур - это прекрасная возможность отдохнуть с пользой для здоровья. Этот новый формат отдыха набирает все большую популярность, ведь он сочетает в себе путешествие в потрясающие по своей красоте места с возможностью полноценно заниматься практиками йоги. В основном, йога-туры организуются летом. Большой привлекательностью обладают йога-туры в курортные зоны, с наличием выхода к морю.

Но кроме организованных йога-туров существует и другая форма организации практик йоги – это йога фестивали. Во всем мире йога фестивали пользуются популярностью среди людей, занимающихся йогой.

Таблица 10 - Йога-фестивали в России в 2016 году

Название фестиваля	Место проведения	Дата	Стоимость участия (без проживания и питания)
Йога-Радуга	Мыс Айя (село Резервное, Севастополь, Крым)	12-18 июля 2016	18 000 руб./чел
Ежегодный фестиваль кундалини йоги	Абрау-Дюрсо	21-26 августа 2016	12 000 руб./чел.
Международный фестиваль YogaArt	Санкт-Петербург	15-21 июля 2016	17 000 руб./чел.
Международный семейный фестиваль развития и творчества Квамманга	Абрау-Дюрсо	11-17 июня 2016	15 000 руб./чел.
Surf Yoga Fest	Сочи	25-27 сентября 2016	5 000 руб./чел.

В России йога фестивали еще не столь популярны, к тому же организовываются они не часто. В основном фестивали проводятся на побережье Черного моря, следовательно, они обладают одинаковой привлекательностью.

Для каждого практика и просто интересующегося йогой – фестиваль это не только отличный способ отдыха, но и возможность расширять кругозор, выходить за грани своего йога-коврика и встречать много интересных людей.

Плюсы йога фестивалей:

1. этот опыт углубит вашу практику.

Обычно на фестивалях учителя проводят минимум по две практики в день, а то и больше. И вам будет не так просто улизнуть от этих занятий, потому что все ваши соседи по комнате, и не только, будут фанатично заниматься, несмотря на мышечную боль;

2. выездные мероприятия расширят ваше восприятие и сознание, заставят выйти за грани рутинной практики и дадут возможность заняться только собой.

Скорее всего вы будете практиковать вдали от мирской суеты, в специальном пространстве, со специальным режимом дня и питания. А всё это — прекрасный способ максимально уделить внимание только себе, отвлечься от рутины;

3. Во время фестиваля вас будут окружать люди со схожими взглядами и интересами;

4. Вы сможете познакомиться с другими культурами, побывать в новых местах страны или мира.

Выездные семинары могут проводиться в самых необычных местах, о которых вы не знали ранее. Это могут быть разнообразные места силы, ашрамы в горах, уединенные нетуристические места на берегу моря или океана, палаточные городки и прочие нестандартные варианты. Это позволит вам выйти за рамки привычных отелей, которые очень часто несут с собой тот вид туристического отдыха, что не приносит никакой пользы.;

5. Отдых с двойной пользой.

Выездной йога фестиваль может обойтись вам даже дешевле, чем обычный ваш отпуск. И эффект от него можно удвоить, практикуя йогу по утрам на рассвете на берегу моря или в горах с опьяняющим воздухом, пробуя всевозможные техники детоксикации и непроизвольно ограничивая себя от тех соблазнов, которые окружают нас на обычных курортах и отелях с системами all in clusive;

6. Вы сможете обзавестись новыми друзьями – как в своей стране, так и за рубежом;

Во второй главе выпускной квалификационной работы была рассмотрена и проанализирована статистика въездного и внутреннего туризма РФ в 2007 – 2014 гг. Анализ статистических данных показал, что в 2014 году въездной туристский поток таких стран, как: Австрия, Великобритания, Германия, Франция, Канада, Греция, США упал на 50 и более процентов, что можно объяснить напряженной политической обстановкой и санкциями против России.

Среди стран, показавших положительную динамику въездного туристского потока можно отметить такие страны, как Испания и Израиль. Увеличение турпотока с данных стран можно объяснить укреплением экономических связей и смягчением визового режима между нашими странами.

Анализ внутреннего туристского потока показал, что внутренний туризм имеет положительную динамику. Был сделан вывод, что туристская отрасль в России интенсивно развивается, не смотря на существующие проблемы. В ближайшее время ожидается еще больший рост внутреннего туризма.

Россия, благодаря своим ресурсам может предложить уникальный отдых. При рассмотрении велнесс-туризма в России, было отмечено, что все больше отелей внедряют идею велнесс, так как сейчас это является трендом. Благодаря развитию «здоровых» отелей велнесс становится частью путешествия.

Далее следует отметить, что одним из самых развитых направлений велнесс-туризма является йога-туризм. Проанализировав предложения в сфере йога-туризма и йога-фестивалей было отмечено, что в основном они сосредото-

точены на побережье Черного моря и тем самым, являются привлекательными для потребителей.

3 ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ВЕЛНЕСС-ТУРИЗМА В РОССИИ ПОСРЕДСТВОМ ОРГАНИЗАЦИИ ЙОГА-ФЕСТИВАЛЕЙ

3.1 Проект оздоровительного йога-тура в рамках йога-фестиваля на о. Ольхон «Baikal Yoga Fest»

Проанализировав предложения на туристском рынке относительно йога-туров и йога фестивалей, был сделан вывод, что в основном все предложения сосредоточены в районах Краснодарского края, Крыма и Абхазии. Данные йога-туры привлекательны из-за приморского расположения и благоприятного климата.

Местом проведения разработанного для выпускной квалификационной работы йога-тура было выбрано привлекательное для многих туристов место – остров Ольхон, который является «сердцем» Байкала.

Никакое озеро в мире не сравнится с Байкалом по глубине, чистоте и запасам пресной воды. От красоты и масштабов этого уникального памятника природы захватывает дух. Байкал включен в список Всемирного природного наследия ЮНЕСКО, а еще это одно из красивейших и чистейших мест на Земле. Отдых на озере Байкал в любое время года оставляет только самые хорошие впечатления и вдохновляет на то, чтобы вернуться сюда снова.

Среди трех десятков байкальских островов, остров Ольхон, окруженный множеством древних мифов и легенд, выделяется особо - величиной, разнообразием ландшафтов, величию памятников природы. Ольхон по достоинству считается одним из красивейших мест Байкала.

Это идеальное место для занятий йогой, поиску себя, практики здорового образа жизни.

Основой тура является йога-фестиваль. Основная идея - организовать фестиваль для всех: начинающих и любопытных, учителей йоги и специалистов, опытных и менее опытных практиков в рамках многих направлений йоги, а также для всех, кто хочет улучшить свое здоровье и обрести гармонию в душе и теле.

В программу фестиваля входят:

- медитации на рассвете;
- ежедневные классы по йоге различных стилей;
- лекции и психологические тренинги;
- танцевальные направления (контактная импровизация, латина, модерн, восточные танцы)
- вечерние посиделки с пением мантр и чаепитием;
- мастер классы по кулинарии и детоксу.

Продолжительность фестиваля: 10 дней

Возраст: не менее 18 лет (Дети только в сопровождении родителей).

Данный фестиваль проводится на о. Ольхон с пребыванием на базе туристического комплекса «Ольхон парк». Трансферт из г. Иркутск до туристического комплекса на комфортабельном автобусе. Время в пути- 3 часа.

В стоимость включены:

- доставка участников до места размещения на комфортабельном автобусе;
- проживание в двухместном комфортабельном номере;
- завтрак, обед и ужин;
- занятия йогой с опытными инструкторами;
- лекции по йоге;
- мастер-классы;
- возвращение в г. Иркутск на комфортабельном автобусе.

С собой необходимо взять:

Коврик, одежду для практики.

Для проведения занятий по йоге будут приглашены 2 опытных инструктора от Федерации йоги России (г. Москва). Так же будут приглашены для проведения мастер-классов тренер по танцам и инструктор по правильному питанию и детоксу.

Таблица 11 - Программа фестиваля «Baikal Yoga Fest»

<p>День 1 12.00 – Заезд 14.00 - 15.00 – Обед 16.00 – Знакомство, концерт 18.30 – Йога 20.00 – Ужин 22.00 – Отбой</p>
<p>День 2 7.00-9.30 – Йога на свежем воздухе 10.00 – Завтрак 11.00 - 13.00 – Мастер-класс по кулинарии 14.00-15.00 – Обед 15.00-17.00 – Свободное время 17.00-19.00 – Лекции, йога 20.00 – Ужин 22.00 – Отбой</p>
<p>День 3 7.00 – 9.30 – Йога на свежем воздухе 10.00 – Завтрак 11.00 – 12.30 – Свободное время 12.30 – 14.00 – Мастер-класс по восточным танцам 14.00-15.00- Обед 16.00-19.00 – Лекции, йога 20.00 – Ужин 21.00 – Пение мантр у костра и чай 22.00- Отбой</p>
<p>День 4 7.00-9.30 – Йога на свежем воздухе 10.00 – Завтрак 11.00 - 13.00 – Мастер-класс по детоксу и правильному питанию 14.00-15.00 – Обед 15.00-17.00 – Свободное время 17.00-19.00 – Лекции, йога 20.00 – Ужин 22.00 – Отбой</p>
<p>День 5 4.30-6.00 – Йога на рассвете 7.00 – Завтрак 8.00 – 12.00 – Лекции по йоге 12.00-13.00 – Обед 13.00-15.00 15.00-18.00 – Йога на берегу Байкала 20.00 – Ужин 21.00 – Пение мантр у костра и чай 22.00- Отбой</p>
<p>День 6 7.00-9.30 – Йога на свежем воздухе 10.00 – Завтрак 11.00 - 13.00 – Мастер-класс по танцам 14.00-15.00 – Обед 15.00-17.00 – Свободное время 17.00-19.00 – Лекции, йога 20.00 – Ужин 22.00 – Отбой</p>

<p>День 7 7.00 – 9.30 – Йога на свежем воздухе 10.00 – Завтрак 11.00 – 12.30 – Свободное время 12.30 – 14.00 – Лекции по йоге 14.00-15.00- Обед 16.00-19.00 – Йога на берегу Байкала 20.00 – Ужин 21.00 – Пение мантр у костра и чай 22.00- Отбой</p>
<p>День 8 4.30-6.00 – Йога на рассвете 7.00 – Завтрак 8.00 – 12.00 – Лекции по йоге 12.00-13.00 – Обед 13.00-15.00 15.00-18.00 –Йога на берегу Байкала 20.00 – Ужин 22.00- Отбой</p>
<p>День 9 7.00 – 9.30 – Йога на свежем воздухе 10.00 – Завтрак 11.00 – 12.30 – Свободное время 12.30 – 14.00 – Йога на берегу Байкала 14.00-15.00- Обед 16.00-19.00 – Концерт закрытия 20.00 – Ужин 21.00 – Прощальные посиделки у костра 22.00- Отбой</p>
<p>День 10 7.00 – 9.30 – Йога на свежем воздухе 10.00 – Завтрак 12.00 – Отправление в г. Иркутск</p>

Проживание в благоустроенном корпусе, в комфортабельных двухместных номерах.

На территории: пляж, баня с бассейном, лесные прогулки.

Питание - на выбор два вида меню:

- традиционное (с мясом, с рыбой, курицей и т.п.);
- вегетарианское (овощи, каши, фрукты, бобовые, пророщенные зёрна, молочные продукты, и т.п.).

Проезд до г. Иркутск оплачивается отдельно, в зависимости от выбранного вида транспорта.

Конкуренты

Конкуренты - это те организации и лица, которые производят и реализуют продукт, аналогичный продукту данной фирмы на конкретном

рынке (прямые конкуренты), либо совершенно другой продукт, который удовлетворяет те же потребности, что и продукт данной фирмы.

По отношению к данному туристическому продукту прямых конкурентов нет, на туристическом рынке г. Благовещенска не представлены аналогичные туры. Конкурентами являются центры и школы йоги, которые предлагают занятия йогой с опытными инструкторами.

Озеро Байкал — одно из красивейших мест не только России, но и всей планеты. Оно завораживает своей первозданной природой и загадочностью.

Байкал — это источник благоприятного действия природных сил и энергии на сознание человека. Это место является идеальным для йога-практики, отдыха.

Здесь ощущается приятная энергия, приносящая спокойствие и вдохновение, которая помогает убрать суету и приблизиться к своей истинной природе.

Именно поэтому берега «священного озера» Байкал, как неиссякаемого источника силы, мудрости и первозданной красоты являются идеальным местом для обновления жизненной силы, создания энергии своей мечты и познания самого себя.

Этому способствует уникальный мир природы Байкала, золотые пески байкальских бухт, лечебные грязевые озёра, экологически чистая вода, святые минеральные источники, жаркое солнце, звуки природы, пьянящий воздух, аромат лечебных трав, бездонное синее небо, ночью усыпанное россыпью звезд, оставят незабываемые состояния гармонии и единства с собой.

Предлагаемый тур – продукт удачного сочетания замечательного оздоровительного отдыха с комфортом туристического комплекса «Ольхон парк».

Тур рассчитан на мужчин и женщин от 18 лет, желающих погрузится в покой и безмятежность, уединиться с природой.

Пользы и выгоды для потребителей:

- восстановление тела и духа;

- занятия йогой с опытными инструкторами;
- наслаждение прекрасной природой;
- общение с новыми людьми;
- приобретение новых друзей;
- незабываемый отдых

Суммарная выгода для потребителей:

- отдых на Родине;
- отсутствие языкового барьера;
- чистый воздух и отличная экология;
- опытные инструкторы по йоге;
- размещение с комфортом;
- хороший сервис.

Потребители и их предпочтения

Для выявления портрета потребителя йога-тура был проведен опрос в сети интернет, а так же в СОК «Колизей».

Опрашиваемым был предложен ряд вопросов, как общего, так и специального характера (Приложение А). Целью данного опроса было выяснить:

- 1) контингент основных покупателей йога-тура;
- 2) желаемую продолжительность и стоимость йога-тура.

Всего было опрошено 520 человек. Разделение опрошенных по возрасту и полу представлено в таблице 12.

Таблица 12 - Возрастная структура респондентов

Опрошенные	Мужчины (чел.)	Женщины (чел.)
1	2	3
18-25 лет	64	87
26-35 лет	81	109
36-45 лет	56	75
46 лет и старше	23	25

В ходе опроса было выявлено, что 57% опрошенных - женщины, а 43% - мужчины. Большинство опрошенных (37%) – это люди в возрасте от 26 до 35

лет. При этом большинство из них (41%) работающие люди, а 23 % опрошенных – студенты. Остальные опрошенные – люди, не имеющие постоянной занятости.

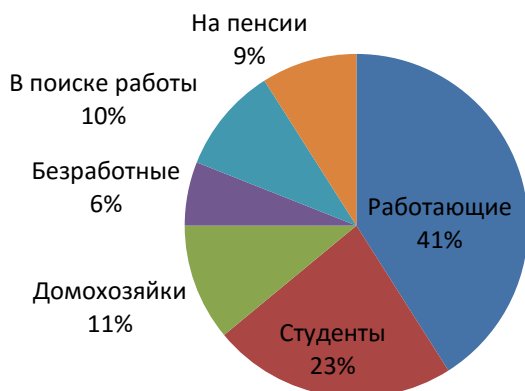


Рисунок 3 - Род деятельности респондентов

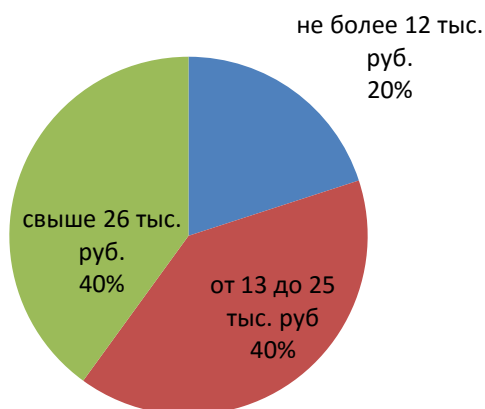


Рисунок 4 - Уровень доходов респондентов

Уровень доходов респондентов распределился следующим образом: соотношение людей с высоким и средним уровнем доходов одинаково – 40%. 20% опрошенных имеют низкий уровень дохода.

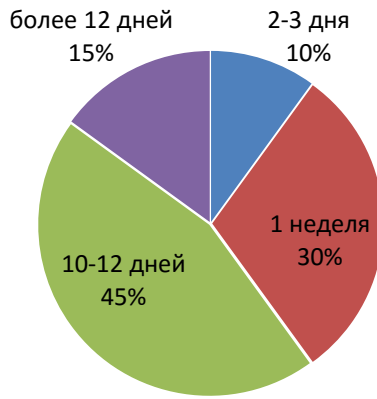


Рисунок 5 - Желаемая продолжительность тура

На вопрос, касаемо продолжительности тура, большинство опрошенных (45%) ответили, что хотели бы провести в туре от 10 до 12 дней. 30 % опрошенных хотят провести на отдыхе 1 неделю.

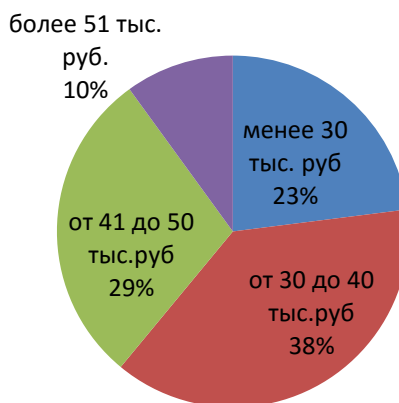


Рисунок 6 - Цена, которую респонденты готовы заплатить за тур

Большинство респондентов (38 %) готовы заплатить за тур от 30 до 40 тыс. руб..От 41 до 50 тыс. руб. готовы заплатить 29% респондентов.

Исходя из результатов опроса, можно составить портрет потребителя. Потребителями данного тура являются работающие женщины 26-35 лет, ведущие здоровый образ жизни, занимающиеся йогой, со средним и высоким уровнем дохода. Желаемая продолжительность тура составляет 10-12 дней.

Предлагаемый йога-тур удовлетворяет следующие потребности потребителей:

- потребность в восстановлении сил;
- потребность в отдыхе и развлечении;
- потребность в общении (приобретение новых знакомств, общение с новыми людьми);
- удовлетворение духовных потребностей;
- потребность в пище (питание на базе отдыха).

Для выявления сильных и слабых сторон, возможностей и угроз, а так же преимуществ и недостатков был проведен Swot-анализ турпродукта «Baikal Yoga Fest»

Таблица 13 – Swot – анализ турпродукта «Baikal Yoga Fest»

	Сильные стороны	Слабые стороны
	Возможности	Угрозы
В Н Е Ш Н Я Я С Р Е Д А	<ul style="list-style-type: none"> - выход на новые региональные рынки; - возможность участия в финансовой поддержке государства; - рост уровня дохода населения. 	<ul style="list-style-type: none"> - наличие большого числа конкурентов; - сезонные ограничения (погодные условия); - низкая платежеспособность населения.
	Преимущества	Недостатки
В Н У Т Р Е Н Н Я Я С Р Е Д А	<ul style="list-style-type: none"> - уникальное предложение на туристическом рынке; - нахождение базы отдыха, где расположатся участники тура, в экологически чистом, привлекательном для туристов районе 	<ul style="list-style-type: none"> - слабая система продвижения тура на внутреннем рынке; - нехватка квалифицированного персонала с опытом работы; - влияние фактора сезонности на прибыль

При наличии угроз необходимо их устранение: во-первых, при наличии большого числа конкурентов возможно снижение цены на тур, изменение программы тура, составление тура, учитывая предложения и рекомендации потребителей; во-вторых, в связи с сезонными ограничениями возможно как средства размещения использовать базы отдыха со специальными залами и комнатами для занятий йогой; в-третьих, если клиент не способен полностью за один раз оплатить тур, то возможна рассрочка.

3.2 Экономическое обоснование разработанного тура

Для исчисления себестоимости турпродукта используют калькулирование. Калькулирование полной себестоимости туристского продукта включает в себя расчет всех издержек, которые связаны с формированием и реализацией данного турпродукта. Калькуляция же представляет собой документ, в котором рассчитывается и которым оформляется продажная цена турпродукта при затратном методе ценообразования.

Калькулирование турпродукта начинается с вычисления прямых затрат, которые связаны с производством определенного вида продукции и могут быть прямо и непосредственно отнесены на его себестоимость. Они включают в себя страховку, транспортные расходы, расходы на проживание, питание и экскурсионное обслуживание. В свою очередь транспортные расходы состоят из стоимости авиа или железнодорожных билетов, аренды автобуса. Проживание предполагает оплату гостиничных номеров (из расчета стоимости в сутки), пансионатов, комнат на базах отдыха. Расходы на питание – это оплата ужинов обедов и завтраков, а также сухих пайков (если они предполагаются программой). И наконец затраты экскурсионное обслуживание включает в себя оплату экскурсовода и входные билеты.

После подсчета прямых затрат рассчитываются косвенные затраты – это расходы на содержание туристской организации. Это и амортизационные отчисления, аренда помещения, оплата услуг банка и связи, содержание офиса и зара-

ботная плата. Косвенные расходы представлены в виде 10 % соотношения к итоговой величине прямых затрат.

Сумма прямых и косвенных затрат образуют полную себестоимость. В итоге все вышеперечисленные статьи затрат складываются в продажную цену, которая рассчитывается как на группу в целом, так и на одного человека отдельно.

Таким образом, для расчета стоимости нового туристского продукта «Йога-тур на остров Ольхон» необходимо учесть основные статьи калькуляции.

Страховка. Стоимость страховки от несчастных случаев в страховой компании «РЕСО-Гарантия» на 10 дней составляет 367 руб./чел. На группу 40 человек + 5 организаторов = $367 \times 45 = 16515$ руб. Итого на 1 человека: $16515 \div 40 = 413$ руб./чел.

Транспортные расходы. В стоимость тура входит:

- трансферт Иркутск-Ольхон-Иркутск: аренда автобуса на 45 мест в обе стороны 18000 руб. На группу 40 человек + 5 организаторов = $18000 \div 40 = 450$ руб./чел.

- перелет 5 организаторов фестиваля Москва-Иркутск-Москва: 24382 руб./чел, $24382 \times 5 = 121910$ руб. $121910 \div 40 = 3048$ руб./чел.

Итого транспортные расходы на группу составляют: $18000 + 121910 = 139910$ руб. На человека: $139910 \div 40 = 3498$ рублей.

Расходы на проживание. В стоимость тура входит проживание на базе отдыха «Ольхон парк» в 2-х местных комфортабельных номерах. В стоимость проживания включено 3-х разовое питание.

Проживание на базе отдыха «Ольхон парк» (1 день) составляет: 2500 руб./чел. Продолжительность тура 10 дней. $2500 \times 10 = 25000$ руб/чел. На группу 40 человек + 5 организаторов = $25000 \times 45 = 1125000$ руб./группу. Итого: $1125000 \div 40 = 28125$ руб./чел.

Вознаграждение организаторам: сумма денежного вознаграждения организаторам составляет 30000 руб./чел. $30000 \times 5 = 150000$ руб. Итого: $200000 \div 40 = 3750$ руб./чел.

Всего прямых затрат: $16515+139910+1125000+150000=1431425$ руб./группа или **35786 руб./чел.**

Косвенные затраты (10%): $1431425 \times 0,1 = 143142,5$ руб.

Полная себестоимость: $1431425 + 143142,5 = 1574567,5$ руб.

Прибыль (20%) = $1574567,5 \times 0,2 = 314913,5$ руб.

Таким образом, продажная цена тура равна: $1574567,5 + 314913,5 = 1889481$ руб./группа или $1889481 \div 40 = 47237,025$ руб./чел.

Расчет продажной цены нового турпродукта (таблица 14)

Таблица 14 – Калькуляция турпродукта «Baikal Yoga Fest»

Наименование калькуляционных статей	Показатели		
	в %	в стоимостном выражении, руб.	
		на группу 40 чел.	на 1 чел.
1. Транспортные расходы		139910	3498
2. Расходы на проживание		1125000	28125
3. Вознаграждение организаторам		150000	3750
Итого прямых затрат		1431425	35786
Косвенные затраты	10 %	143142,5	
Полная себестоимость		1574567,5	37742
Прибыль	20 %	314913,5	7872,8
Продажная цена		1889481	47237,025

В стоимость тура не входит проезд до г. Иркутск. В стоимость входит только трансферт с г. Иркутск до о. Ольхон и обратно.

Немаловажным аспектом туристического продукта является стоимость постоянных затрат.

К постоянным затратам относится реклама для нового турпродукта.

Современный туризм невозможно представить без рекламы. Реклама – самый действенный инструмент для того чтобы донести информацию до потре-

бителя, модифицировать его поведение, привлечь внимание к предлагаемым услугам. Поэтому эффективная рекламная деятельность является важнейшим средством распространения туристского продукта.

Для нового туристского продукта наиболее подходящей является информативная реклама. Основной задачей информативной рекламы является доведение до потенциальных клиентов информации о турпродукте.

Каналом продвижения информативной рекламы о новом турпродукте будет являться Social media marketing (SMM) – один из самых популярных и эффективных видов рекламы.

Информативная реклама, с информацией о йога-туре, на котором будет проходить йога-фестиваль будет размещена на сайте Федерации йоги России и в популярных социальных сетях (Instagram, В контакте). Так же будет использована печатная реклама: буклеты с информацией о йога-туре и фестивале будут распространены по йога-школам.

После проведения йога-фестиваля путем SMM будет размещена напоминающая реклама в социальных сетях, где будут добавлены фото и видео материалы с фестиваля. Помимо этого напоминающей рекламой будет служить сувенирная продукция, которая будет выдаваться всем участникам фестиваля (бандана, футболка, эко-сумка с символикой фестиваля).

Стоимость ведения профилей в 2-х социальных сетях фирмой SMM-Plus составляет **11000 руб./мес.**

Размещение рекламы на сайте Федерации йоги России. Федерация Йоги России (ФЙР) – это некоммерческая Общероссийская Общественная Организация, объединяющая последователей традиционных и других методов практики йоги самых различных школ и направлений. Это сообщество людей, идущих по пути физического самосовершенствования, овладения традициями саморазвития и духовной практики. Сайт Федерации йоги России в большинстве случаев посещают люди, ведущие здоровый образ жизни и занимающиеся йогой на любительском или профессиональном уровне, что является важным для продвижения нового йога-тура.

Таблица 15 – Сетка рекламы на сайте «Федерация йоги России».

Позиция	Формат	Вид размещения	Единица измерения	Цена (руб.)
Главная страница	300x400	Динамика	1000 показов	19,50

Стоимость 1000 показов в день – 19,5 руб. Планируется, что реклама на сайте будет появляться в течение месяца. Итого: $30 \times 19,5 = 585$ руб./мес

Помимо этого, планируется рассылка брошюр по региональным отделениям Федерации йоги России. При заказе оптом стоимость одной брошюры составляет 5 руб./шт. Необходимо изготовить тираж 1000 шт. Итого: $5 \times 1000 = 5000$ тыс. руб.

Кроме того, будет выпущена сувенирная продукция с символикой фестиваля: банданы, футболки, эко-сумки в количестве 50 шт. каждый.

Стоимость банданы при заказе оптом более 40 шт. составляет 84 руб./шт. $84 \times 50 = 4200$ руб.

Стоимость футболки составляет 200 руб./шт. $200 \times 50 = 10000$ руб.

Стоимость эко-сумки составляет 250 руб./шт. $250 \times 50 = 12500$ руб.

Итого на сувенирную продукцию: $4200 + 10000 + 12500 = 26700$ руб.

Таблица 16 – Стоимость сувенирной продукции.

Вид продукции	Цена оптом за 1 шт.	50 шт.
Бандана	84 руб.	4200 руб.
Футболка	200 руб.	10000 руб.
Эко-сумка	250 руб.	12500 руб.
Итого		26 700 руб.

Всего затраты на рекламу составляют: $11000 + 585 + 5000 + 26700 = 38785$ руб.

Поскольку не известно для какой туристической фирмы разрабатывается турпродукт, то остальные постоянные затраты не берутся во внимание.

Подсчитав постоянные затраты можем выяснить после продажи скольких путевок фирма их покроет (точка безубыточности).

Формула для расчета:

$$Q=Z_{\text{const}}/ (P-Z_{\text{var}}), \quad (1)$$

$$Q=38785/(47237,025-35786)=4$$

Отсюда следует, что после продажи 4 турпакетов фирма покроет постоянные затраты на реализацию данного турпродукта.

Так как йога-тур разрабатывался с целью проведения в его рамках йога-фестиваля, можно говорить, что он носит единовременный характер. Основная задача от такого тура – получение максимальной прибыли.

Поэтому следует рассчитать, какая будет прибыль от продажи всех 40 турпакетов.

Формула для расчета:

$$R = (Q \times (P - Z_{\text{var}})) - Z_{\text{const}}, \quad (2)$$

$$R = (40 \times (47237,025 - 35786)) - 38785 = 419255,025 \text{ руб.}$$

После продажи 40 туров фирма получит прибыль в размере 419255,025 рублей.

Таким образом, была показана целесообразность создания данного турпродукта и его рентабельность. При сравнительно малых постоянных затратах турфирма в состоянии получить приемлемую выгоду от реализации турпродукта, даже несмотря на то, что тур является разовым.

Следует отметить его уникальность и новизну для г. Благовещенска – ни одна туристическая фирма города не предлагает подобных туров. Особенностью тура является его место проведения – о. Ольхон, с его уникальной природой. Большинство йога-туров и йога-фестивалей в нашей стране проводятся на побережье Черного моря.

Несмотря на сравнительно высокую стоимость тура, она вполне оправдана и не отпугнет потенциальных туристов. Потому что для людей занимающихся и интересующихся йогой и ведущим здоровый образ жизни, данный йога-тур с проведением в его рамках йога-фестиваля будет интересен.

В третьей главе выпускной квалификационной работы на основе проанализированных предложений в сфере йога-туризма и йога-фестивалей был разработан йога-тур на о. Ольхон, с проведением в рамках тура йога-фестиваля.

Было проведено маркетинговое исследование, на основе которого был составлен портрет потребителя. Потребителями данного тура являются работающие женщины 26-35 лет, ведущие здоровый образ жизни, занимающиеся йогой, со средним и высоким уровнем дохода, желающие провести на отдыхе 10-12 дней.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Велнесс-туризм стал достаточно популярным в современное время. Это шикарная идея совмещать путешествие, оздоровление и активный отдых. В первой главе выпускной квалификационной были рассмотрены теоретические аспекты лечебно-оздоровительного туризма, проанализированы понятия, составлена классификация, а так же выделены особенности лечебно-оздоровительного туризма.

Было установлено, что понятие лечебно-оздоровительный туризм имеет множество определений. После анализа определений велнесс-туризма и медицинского туризма, которые имеют четкое разграничение, был сделан вывод, что лечебно-оздоровительный туризм ближе к понятию велнесс-туризма.

Велнесс-туризм является одним из самых популярных направлений лечебно-оздоровительного туризма. Число оздоровительных поездок увеличивается с каждым годом. Поэтому был рассмотрен мировой опыт его организации.

Анализ мирового опыта организации велнесс-туризма показал, что число велнесс-курортов и велнесс-отелей постоянно растет. Современному человеку необходим отдых с оздоровлением.

Во второй главе выпускной квалификационной работы была рассмотрена и проанализирована статистика въездного и внутреннего туризма РФ в 2007 – 2014 гг. Анализ статистических данных показал, что в 2014 году въездной туристский поток таких стран, как: Австрия, Великобритания, Германия, Франция, Канада, Греция, США упал на 50 и более процентов, что можно объяснить напряженной политической обстановкой и санкциями против России.

Среди стран, показавших положительную динамику въездного туристского потока можно отметить такие страны, как Испания и Израиль. Увеличение турпотока с данных стран можно объяснить укреплением экономических связей и смягчением визового режима между нашими странами.

Анализ внутреннего туристского потока показал, что внутренний туризм имеет положительную динамику. Был сделан вывод, что туристская отрасль в

России интенсивно развивается, не смотря на существующие проблемы. В ближайшее время ожидается еще больший рост внутреннего туризма.

Россия, благодаря своим ресурсам может предложить уникальный отдых. При рассмотрении велнесс-туризма в России, было отмечено, что все больше отелей внедряют идею велнесс, так как сейчас это является трендом. Благодаря развитию «здоровых» отелей велнесс становится частью путешествия.

Целью выпускной квалификационной работы являлось создание конкурентоспособного на рынке велнесс-туризма тура. Так как одним из самых развитых направлений велнесс-туризма является йога-туризм, проанализировав предложения на рынке йога-туризма в России, был разработан йога-тур, на котором пройдет йога-фестиваль.

Калькуляция тура позволила установить продажную цену 47237,025 руб. Расчет точки безубыточности показал, что для того, чтобы покрыть расходы на данный тур, необходимо реализовать 4 турпакета.

После продажи запланированных 40 туров фирма получит прибыль в размере 419255,025 рублей.

В ходе написания бакалаврской работы была достигнута цель: создание нового турпродукта в одном из направлений велнесс-туризма в РФ.

Были решены, поставленные задачи:

- 1) проанализированы теоретические аспекты лечебно-оздоровительного туризма: понятия, особенности;
- 2) рассмотрен и проанализирован мировой опыт организации велнесс-туризма;
- 3) проанализировано современное состояние въездного и внутреннего туризма в России;
- 4) рассмотрено и проанализировано состояние велнесс-туризма в России;
- 5) разработан турпродукт в одном из направлений велнесс-туризма для развития внутреннего туризма в РФ;
- 6) дано экономическое обоснование разработанного турпродукта.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1 Александрова, А.Ю. География мировой индустрии туризма / А.Ю.Александрова. – М.: Изд-во МГУ, 2008. – 86с.
- 2 Ветитнев А.М. О соотношении понятий «лечебный туризм» и «курортное дело» / А.М. Вититнев. – М., 2011. – 56 с.
- 3 Ветитнев А.М. А был ли случай или еще раз к вопросу о лечебном туризме// Курортные ведомости / А.М. Вититнев. – 2010. – №5 (62). – С.5-7.
- 4 Ветитнев А.М. К вопросу о лечебном туризме // Вестник Национальной академии туризма / А.М. Вититнев. – 2007. –№3. –С.33-35.
- 5 Ветитнев А.М., А.В. Дзюбина: Санаторно-курортные и SPA- услуги: противопоставление или совместное развитие? // Вестник национальной академии туризма / А.М. Вититнев . – 2012 – №2(22) апрель-июнь. – С.48-52.
- 6 Ветитнев, А.М. Лечебный туризм: учебное пособие / А.М. Ветитнев, А.С. Кусков. – М.: ФОРУМ, 2010. – 592с.
- 7 Драчева Е.Л. Специальные виды туризма. Лечебный туризм / Е.Л. Драчева. – М.: Кнорус, 2008. – 152с.
- 8 Егоров Е.В. Актуальные проблемы развития санаторно-курортного обслуживания// Вестник Национальной академии туризма / Е.В. Егоров. – 2007. – №3. –С.32-34.
- 9 Журавлева Л.Б. Курортное дело с основами курортологии / Л.Б. Журавлева. – Сочи: изд-во СГУТ, 2008. – 628с.
- 10 Завгорудбко В.Н. Здоровье после курорта / В.Н.Завгорудбко. – Хабаровск, 2009. – 125с.
- 11 Зорин И.В., Квартальнов В. А. Энциклопедия туризма: Справочник / И.В.Зорин, В.А. Квартальнов. – М.: Финансы и статистика, 2004. – 234 с.
- 12 Кусков А. С., Лысикова О. В. Курортология и оздоровительный туризм: Учебное пособие / А.С.Кусков, О.В.Лысикова. – М.: Высшее образование, 2004 г. – 320 с.
- 13 Набедрик В.А. География лечебного туризма в Европе: модели разви-

тия и трансформационные процессы: Учебное пособие / В.А.Набедрик. – Москва, 2005. – 160 с.

14 Разумова А.Н. Лечебный туризм как современное направление курортной медицины / А.Н. Разумова. – 2009. – №3. – С.23-39.

15 Разумова А.Н. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры / А.Н. Разумова.- М, 2008.- 235 с

16 Федякин А.А. Теоретико-методические основы оздоровительного туризма / А.А. Федякин.- Майкоп, 2001. 279 с.

17 Muller H, and Lanz Kauffman E. Wellness tourism: market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry // Journal of Vacation Marketing, 2001. № 7 (1). P. 5-17.

18 Сычева В. О. Теоретические подходы к определению SPA-туризма и моделей организации SPA-услуг // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 33. – С. 1–5

19 Wellness lifestyle [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.sanus.ru>. – 14.03.2016

20 Маврина Н.Ф. Перспективы развития оздоровительного туризма в России и за рубежом / Н.Ф. Марвина.- М., 2010. 321 с.

21 Бабкин А.В. Специальные виды туризма / А.В. Бабкин. – СПб., 2009. 451 с.

22 Величко В.В. Организация рекреационных услуг: Научное пособие / В.В. Величко. – М., 2011. 338 с.

23 Фоменко Н.В. Рекреационные ресурсы и курортология: Учебное пособие / Н.В. Фоменко. – М., 2010. 351 с.

24 Николаенко Т.В. Рекреационное освоение региона: Учебное пособие / Т.В. Николаенко. – М., 2012. 276 с.

25 Лукьянова Л.Г. Рекреационные комплексы: Учебное пособие / Л.Г. Лукьянова. – М., 2010. 413 с.

26 Войнова Я.А. Организация санаторно-курортной деятельности: Учебное пособие / Я.А. Войнова. – М., 2011. 316 с

ПРИЛОЖЕНИЕ А

«Анкета»

1. Ваш пол

- женский
- мужской

2. Ваш возраст

- 18-25
- 26-35
- 36-45
- 46 и старше

3. Семейное положение

- женат/замужем
- холост/не замужем

4. Род деятельности

- Работающий(ая)(полная занятость)
- В поиске работы
- На пенсии
- Безработный(ая)
- Домохозяин/домохозяйка
- Студент(ка)

5. Ваш уровень дохода

- низкий (не более 12 тыс. руб.)
- средний (от 13 до 25 тыс. руб.)
- высокий (свыше 26 тыс. руб.)

6. Как вы относитесь к здоровому образу жизни?

- Положительно
- Нейтрально

7. Занимались или занимаетесь ли вы йогой?

- да
- нет

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ А

8. Если, занимаетесь, то как долго?

- несколько месяцев
- 1-2 года
- более 2 лет

9. Как вы узнаете о различных турах?

- По телевизору или радио
- В журнале или газете
- В Интернете
- От знакомого
- Другой вариант ответа _____

10. Хотели бы вы отправиться в йога-тур?

- Да
- Нет

11. Сколько времени вы бы хотели провести в туре?

- не более 2-3 дней
- 1 неделю
- 10-12 дней
- Более 12 дней

12. С кем бы вы хотели отправиться в йога-тур?

- Один/одна
- С супругом/ой
- С детьми
- С друзьями
- Другой вариант ответа _____

13. Сколько вы готовы заплатить за йога-тур?

- Менее 20 тыс. руб.
- от 20 до 30 тыс. руб.
- от 30 до 40 тыс. руб.
- от 40 тыс. руб. и выше

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ А

14. На что Вы обращаете внимание в первую очередь при выборе тура?

- на стоимость
- на средства размещения
- на программу тура
- другой вариант ответа

Спасибо за внимание!

