

共享健身房多数面积较小但器材齐全

/晨报记者 李晓明

晨报记者 李晓明

花数千元办张健身年卡,却躺在家里“休眠”,还要担心会所会不会关门跑路;好不容易去了健身房,却又遭遇各种花式推销,私教价格也贵到天际……有别于传统健身,上海新出现了一种共享健身房,不办卡、按次收费,随到随走,轻松自在的模式受到了不少消费者的青睐。

共享健身房究竟如何运作?与传统健身会所有何区别?安全卫生状况又怎么样?记者选取普陀共享健身房、洛川东路市民健身房、大宁路街道共享健身房这三个共享健身房进行了全面测评。

共享健身房清晨时段收费最低

■按时按次收费,最低2元一小时 ■设备器械较齐全,有的还有浴室厕所

测评 1:

健身设施如何? 器械设备较全,有浴室有战绳

记者走访发现,3家共享健身房均位于市区,距离居民区也较近,周边居民健身比较方便。而且各类健身设施都比较齐全,基本能满足正常的健身需求。

普陀共享健身房位于普陀体育馆M层,不过记者进入体育馆后发现,馆内并无相关明确指引,询问工作人员才得知M层就是地下一层,今年年初刚开张。整个健身房场地面积约200㎡,设有有氧训练区和力量训练区,跑步机、哑铃架、力量器械,甚至还有最近颇为流行的战绳,可谓一应俱全。不过受限于面积,所有器材都是一字排开,如果人多的话会比较拥挤,而且更衣柜比较小,只能放小件。

静安区洛川东路市民健身房位于洛川东路352弄7号。记者根据地址寻找,发现在洛川东路上也没有相关指引,询问门卫后才得知健身房开在小区里面,如果是第一次去寻找起来还有些不便。工作人员告诉记者,这家健身房开了好几年了,也是静安区首家共享健身

房。这里的面积较大,分别有体能测试区、力量训练区、有氧训练区、综合训练区、单车区、康复区等,设备也比较齐全。难得可贵的是,健身房还设有男女厕所,并有配套浴室。不过,因为时间比较久,目前一些健身设备看上去已经有些陈旧,甚至有损坏的情况,浴室目前也暂不可用。

与洛川东路市民健身房相比,今年8月刚开业的大宁路街道共享健身房就显得新了很多。这家共享健身房位于汶水路和云照路交汇处,在汶水路上专门立起一块指引的牌子,找起来也比较方便。该健身房是面积约400余平方米,分为有氧训练区、力量训练区、动感单车区。健身器材也一应俱全,包括跑步机、椭圆机、划船器、动感单车等有氧器械,史密斯机、哑铃组等各类自由力量训练器械,总计30余套。健身房内还配有男、女更衣室,储物间以及休息室。可以说,这家共享健身房的条件算是非常不错了,就算与一些健身会所相比也毫不逊色。

测评 2:

健身费用如何? 最高9元一小时,计费精确到分

健身费用也是消费者最为关心的问题之一。与动辄花费数千元办卡相比,共享健身房最大的优势就是按次按时收费,随到随走,无需办卡。

记者走访发现,3家共享健身房均不办卡,在健身房门口,市民只需要用手机扫描二维码进入微信小程序,完成注册充值并支付押金16元,再对准闸机处扫码进入,运动结束后再扫码结算,费用从手机端自动扣除,押金则会在出门后1-2小时原路退回。全程自助,非常方便。

尤其难得可贵的是,3家共享健身房开放的时间均从早上7点开到晚上10点,而且基本全年无休,周末、节假日也是正常开放。在计费标准上,3家均采用按时段收费,标准略有差别。

其中,普陀共享健身房分为三个时段,7:00-9:00为3元/小时;9:00-17:00为6元/小时;17:00-22:00为9元/小时。洛

川东路市民健身房和大宁路街道共享健身房收费标准一致,也分为三个时段:7:00-10:00为2元/小时;10:00-18:00为5元/小时;18:00-22:00为8元/小时。

而且,3家共享健身房在计费方式上也并非是按照整点计费,而是采取了更为人性化的方式。普陀共享健身房按照每20分钟收费,也就是说,如果你从入场到离开在20分钟内,如果是上午时段的话,只需支付1元钱。洛川东路市民健身房和大宁路街道共享健身房的计费同样精确到分钟,1元起步。

除了正常锻炼按照时间收费外,3家共享健身房均提供私教服务,需要在小程序上提前预约。页面上还清晰列出了各位教练的课程优势、自身资历,消费者可以根据自己需求预约。每位私教课程按小时收费,每小时从200多元到400多元不等。工作人员表示,这些私教也都是“共享”的,每位教练在每个共享健身房每周开的课程不一样,在预约时需要注意。

测评 3:

安全卫生如何? 入场亮码登记,每天擦拭设备

疫情时期,对于人来人往的共享健身房,卫生安全问题尤其受到关注。记者探访发现,3家共享健身房均设有专人值班,入场需要亮码登记。值班人员表示,每天都会打扫卫生,擦拭设备,保持环境整洁卫生。

“尤其是夏天的时候,市民健身完毕后,很多设备上都是汗津津的,我就会用毛巾擦干净,方便下一个健身者使用。”大宁路街道共享健身房工作人员向记者表示,每天早上健身房开门前,她到岗后也会用酒精擦拭,给设备消毒。

为避免人群聚集,在“九回共享运动场”微信小程序上,还可以查看共享健身房的实时在场人数。“一般早晚时段的人数会比较多,有附近居民会一大早来锻炼个1小时,这个时段也最便宜。”工作人员表示,最

高峰的是晚上七八点的黄金时段,市民下班后来锻炼一波,高峰期有20多人,基本上跑步机全满。相对而言,工作日的白天时段则比较空闲。

而在设备的更新和维护上,各家因为开放时间的早晚关系而存在着差异。其中,开放时间最早的洛川东路市民健身房,设备显得较为陈旧,甚至有个别设备已经损坏不能用。工作人员表示,已经向上报备并提出了维修申请,不过目前尚未上门进行维修。相比之下,刚开业3个多月的大宁路街道共享健身房,无论是设备的保养维护,还是响应速度,都做得比较好。

健身房 测评项目	普陀 共享健身房	洛川东路 市民健身房	大宁路街道 共享健身房
周边环境	体育馆 地下一层	小区内 比较难找	指示明确 比较好找
设施状况	200平方米 设备全 更衣柜较小	面积较大 设备分区域摆放 有厕所	400多平方米 30多套器材 有更衣室、 储物间、休息室
卫生维护	入场登记 每天打扫	入场登记 设备较陈旧	入场登记 设备新、响应及时
收费标准	3-9元/小时	2-8元/小时	2-8元/小时