

휘트니스센터의 실내 환경계획에 관한 연구

Research on the Interior Circumstance Planning of a Fitness Center

조영연* / Cho, Young-Youn

Abstract

The factors to limit interior circumstance and the expression of the space start in the point how to provide the order in the interior space according to the intention of design. The controlling of the natural and artificial surroundings should be focused by synthesizing and analyzing the condition of circumstance, function, and emotion to provide the comfortable room to a customer in a fitness center. A fitness center aiming at the future requires various function according to it's role depending on the change of the social values. In addition, the fitness center reflecting the various regional culture according to the change of values requires the expansion of the cultural and life space. The characteristics of fitness space like this affects the mental effect of a customer with the color and quality of the materials suitable for the characteristics of grouping, continuity, symbolism, and generation as well as the unification in the total design and the simplicity of maintenance and management. The paper aims to extract factors related to the circumstance plan of the interior and to suggest it's application in the interior design. The design applicable to the circumstance plan of the interior will keep changing according to the social change and the change of the understanding along with the factors. The continuous research on the interior circumstance planning of a fitness center could be approach to develop in a systematic method and the paper will be expected to be a little step toward it.

키워드 : 휘트니스센터, 실내 환경계획

1. 서론

1.1. 연구의 목적

현대사회에 이르러 경제와 문화의 발전과 더불어 레저와 건강에 대한 관심이 부쩍 커지고 있다. 이러한 시대적 욕구에 부응하듯 건강과 레저 산업이 우리 주변에 눈에 띄게 많이 나타나고 있으며, 그 형태 또한 과거의 단순 기능적 형태로부터 복합 부가적 형태로 전환되는 경향을 띄고 있다. 이는 산업의 발전을 바탕으로 보다 높은 서비스를 제공하기 위한 경쟁적 운영에서 파생되어, 이용자들이 하여금 만족의 극대치를 누릴 수 있는 노력의 결과로 보여 진다. 모든 서비스 산업이 그렇듯, 상대적 우위의 서비스를 지속적으로 제공하고 보다 발전된 서비스를 개발하는 것만이 현대의 경쟁사회에서 살아남 수 있는 유일한 방법일 것이다. 이러한 노력은 고객의 관심과 욕구에 그 초점을 맞추게 되고, 욕구에 부응할 새로운 것을 찾아 매진한다. 일반적으로 휘트니스 센터는, 주로 체력단련을 목적으로 제

한된 운동기능을 위주로 하는 여타 스포츠클럽에 비해, 건강과 함께 즐거움을 추구할 수 있는 포괄적 공간을 제공하며, 이를 위하여 현대화된 운동장비와 차별화 된 프로그램, 그리고 쾌적하고 고급화된 공간을 추구한다. 특히, 삶의 질에 대한 관심이 부쩍 높아지고, 주5일 근무제의 정착 등으로 시간적 여유가 많아짐에 따라 여가와 레저에 대한 욕구가 확산되면서, 건강과 운동에 대한 관심이 '양(量)적 추구'에서 '질(質)적 추구'로 바뀌어가는 추세이다. 이러한 '질(質)적 추구'는, 운동의 의미를 단순히 신체적 가치나 정서적 가치 추구에 머물지 않고 교제나 유대를 위한 사회적 가치 추구에까지 미치도록 하는 것이다,

이를 위하여 가장 우선적으로 조성되고, 변화되어야 할 것이 시설환경이다. 이제는, 단순히 운동과 체육만을 하기 위한 공간에서 벗어나, 느끼고, 어울리고, 즐길 수 있는 환경이 만들어져야 한다. 이는 운동시설의 다변화, 부가적 기능의 도입과 더불어 친근한 분위기, 적절한 동선체계를 필요로 한다.¹⁾

본 연구는 이러한 배경 하에 휘트니스 센터 계획 시 고려해

* 정회원, 주성대학 실내디자인과 교수

1)조영연, 휘트니스센터의 시설규모와 배치에 관한 연구, 한국실내디자인학회 논문집, 제35호, 2002, p.115.

야 할 실내 환경에 대한 기준과 적용방법을 도출하여, 미래지향적인 휘트니스 센터의 차별화 된 실내디자인을 개발하는 토대를 만드는 데에 그 목적을 둔다.

12. 연구의 범위 및 방법

연구자는 정보수집 결과를 종합하여 특정 공간에서 반드시 충족되어야 할 프로그램을 설정하게 되는데, 여기서 디자인 세부사항은 명시되지 않으며, 사용자를 위한 공간면적, 공간형태, 특정재료나 설비 등에 대한 최소한의 조건을 프로그램으로 제시하게 된다.²⁾ 본 연구에서는 직전에 연구자에 의해 수집 분석된 결과와 공간의 개념 및 기능을 토대로, 차별화된 실내 환경 계획의 방향과 디자인의 적용방법을 제시하고자 한다. 이를 위하여 다음과 같은 다섯 가지의 기본개념을 설정하고 이를 바탕으로 연구를 진행한다.

첫째, 각 영역에서의 활동 및 업무의 편의를 위한 기능성
둘째, 합리적인 시설투자과 관리·유지 및 운영을 위한 경제성
셋째, 일관성 있는 디자인을 통하여 각 영역간의 이미지 통일성을 위한 조화성

넷째, 신기술, 신공법을 도입, 시설이용의 최적조건을 만들기 위한 창의성

다섯째, 브랜드 이미지를 도입하여 상업성 강화를 위한 상징성
위와 같은 기본개념을 토대로, 휘트니스 센터의 개념과 기능을 재조명하고, 이에 부응할 수 있는 적합한 디자인 컨셉과 요소를 설정한 후, 구체적인 공간형태·컬러·재료의 전개방법과 적용을 제시하고자 한다.

2. 휘트니스센터의 개념과 기능

2.1. 휘트니스센터의 개념

휘트니스(fitness)란 “적당”, “적합”, “신체나 건강상태가 양호한 상태”, “건강”이라는 사전적 의미를 갖고 있다. 또한, 휘트니스 센터에 대한 법령에 의한 개념으로 '실내수영장을 포함한 2가지 이상의 체육시설(체력장, 에어로빅장 등)을 동일인이 한 장소에 설치하여 하나의 단위체육시설로 경영하는 업(業)³⁾ 이라고 규정되어 있다.

그러나 현대적 의미로서의 휘트니스에 대한 정의는 <표 1> 휘트니스의 5가지요소⁴⁾에서 보듯 신체적 건강요소 외에 정신적 건강요소와 관련된 모든 영역을 포괄적으로 수용할 뿐만 아니라, 각개인의 기호와 취향에 따라 운동시설의 다양함이 요구

된다. 또한 꾸준한 건강관리를 위한 적극적 관리개념의 유인체계도 중요한 요소로 받아 들여 지고 있다.

이러한 점들을 포괄적으로 수용하여 볼 때, 건강한 삶을 누리기 위해 정신적, 육체적으로 계속 관리, 유지할 수 있도록 통합적인 스포츠 시설을 갖추고 개인에게 맞게끔 규칙적인 운동을 단계적으로 할 수 있도록 하는 신체적인 운동의 중심 역할을 하며, 전문성의 특성에 맞는 다양한 서비스를 제공하는 시설과 설비를 갖추고 있는 장소를 휘트니스 센터라 할 수 있다.⁵⁾

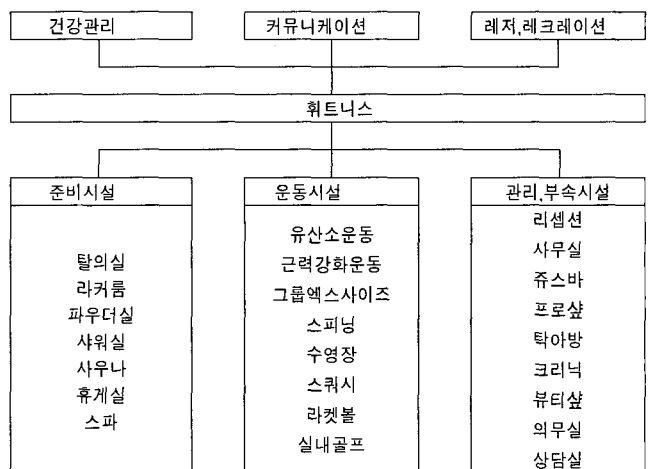
<표 1> 휘트니스의 5가지요소

휘트니스의 5가지 기본요소	심폐기능	심장과 폐의 건강 체지방 감소, 피로감소, 스트레스감소
	근력	최대치의 근력 신진대사 증대, 근육강화에 따른 칼로리 연소 증가
	근육지구력	활동력 유지를 위한 근력 성취도 개선, 지구력 증대, 근육탄력 유지
	유연성	각 관절의 운동 범위 부상의 위험 제거, 자세 교정, 기동성 유지
	신체 구성	체지방 비율 체형 향상, 체지방 감소 근육 증대

2.2. 휘트니스 센터의 기능⁶⁾

휘트니스센터의 기능은 크게 건강관리, 커뮤니케이션, 레저·레크레이션으로 구분할 수 있다. 첫째, 건강관리의 기능은 센터기능의 근간으로, 육체적·정신적 건강의 증진은 물론이고 체형관리 및 운동감각을 키우는 목적으로 활용된다. 둘째, 커뮤니케이션 기능은 동 시간대의 이용객들로 하여금 친밀감과 상호 유대관계를 증진시키는 매개체 역할을 기대할 수 있다. 셋째, 레저·레크레이션 기능으로는 다양한 프로그램과 부속시설을 통하여 현대인의 레저욕구에 부응하는 것이다. 이밖에, 행사 교류 등을 통한 지역사회에의 기여를 바탕으로 폭 넓은 커뮤니티를 형성할 수 있는 구심점 역할의 기능을 기대할 수 있다.

<표 2> 휘트니스의 기능과 시설



2)John Zeisel, Inquiry by Design, New York, NY : Cambridge University Press, 1984, p.36.

3)체육시설의 설치·이용에 관한 법률(1989. 3. 31) 및 시행령(1989. 7. 1) - 종합체육시설업(제10조 제1항 제2호)

4)www.roxywellness.com, 휘트니스의 5가지요소

5)이지나, 호텔 휘트니스 회원들의 이용동기와 서비스 만족에 관한 연구, 연세대 석사논문, 2002, p.6.

6)조영연, op.cit., p.116

2.3. 휘트니스센터의 기능별 시설분류

휘트니스센터 시설을 기능별로 분류하면, 준비공간, 운동공간, 부속공간, 이 3가지로 구성된다. 준비공간은 운동을 시작하거나 마칠 때 이용하는 곳으로 탈의 및 샤워, 그밖에 사우나시설 등이 배치되고, 운동공간은 개별운동 공간과 집단운동 공간으로 분류할 수 있으며 운동의 종류별로, 유산소운동, 체력단련, 근육단련 등으로 구성되고, 부속공간은 휴식시설, 체력측정시설, 관련체육시설등과 관리시설로 구성된다.

(1) 준비시설

운동을 전후로 쉼의 와 샤워, 휴식을 위한 공간을 말한다. 그러나 현대적 관점에서 해석해 보면, 이 시설도 휘트니스 본연의 의미에 가깝도록 적극적으로 개입 시키는 추세이다.

탈의실은 이용자의 센터 내 평균 체류시간을 감안하여 동시 체류할 최대 인원을 수용할 수 있는 충분한 라커가 구비된다. 또한 시설 사양에 대한 고급화 욕구의 확산에 따라, 샤워시설과 파우더실의 시설과 집기의 질적 수준을 높이는 추세이다. 아울러, 사우나, 스파와 같은 고급화된 편의 시설을 함께 갖춘 휴게공간을 통해 안락한 휴식을 동시에 제공하여 시설의 고급화를 이룬다.

(2) 운동시설

① 유산소운동

심장 혈관계 기능강화운동으로, 요즘 들어 가장 대두되는 운동으로, 운동기구는 흔히 '런닝머신'이라고 불리는 트레드밀(treadmill)을 비롯하여 스테퍼(stepper), 바이크(bike), 로워(rouer), 스키머신(ski-machine), 스카이워커(sky-walker) 등으로 갖춰지며, 개별적 운동의 지루함을 덜어주기 위하여 공간 내에 시각·청각적인 흥미요소를 제공하는 추세로, A/V시스템과 개별모니터 등을 갖추고 있다. 1회 이용 시 평균 소요시간은 20-30분정도이다.

② 근력강화운동

신체 각 부위의 근육강화운동으로, 고른 근육 발달을 목표로 하며, 체형관리에도 도움을 준다. 주로 텐셔닝(tensioning)을 이용한 스트렝스 트레이닝(strength-training) 과정과 덤벨(dumbell)등을 이용한 프리웨이트(free-weight) 과정으로 구성되며, 각 근육부위별로 적용되는 다양한 장비가 갖춰진다. 스트렝스 트레이닝 과정에는 레그프레스(leg press), 체스트프레스(chest press)등을 비롯하여 20-30가지 유형의 장비가 갖춰지고, 프리웨이트 과정에는 벤치프레스(bench press), 인클라인벤치(incline bench)등 20가지 유형의 장비가 갖춰진다. 이 공간은 각 장비 및 이용자의 동작한계가 감안되어야 하며, 특히 프리웨이트 과정은 장비무게와 무리한 동작으로 인한 위험성을 감안하여 구성 되어야 한다.

③ 그룹엑사사이즈(group exercises)

일반적으로 에어로빅장으로 알려진 공간으로, 에어로빅외에

도 스포츠댄스, 요가, 스트레칭등 다양한 프로그램이 진행된다. 특히, 공이나 후프, 스탬퍼 등의 간단한 기구를 이용한 프로그램을 감안하여 별도의 수납공간도 필요하다. 이공간은 운동 시 신체에 미칠 수 있는 진동이나 충격을 완화시켜줄 수 있도록 방진 바닥이 요구되며, 다른 공간으로부터 독립되어 차음 및 별도의 공조가 필요하다.

④ 스피닝(spinning)

그룹엑사사이즈와 마찬가지로 그룹별로 운영된다. 다만, 바이크 같은 장비를 갖추고 대형화면을 이용하여 간접적인 체험 운동을 즐길 수 있다. 일정한 시간동안 프로그램을 통하여 온로드(on-load), 오프로드(off-load) 등의 시청각을 동반한 체험 운동과 특정신체부위 보강을 위한 단련운동 등이 진행된다. 이곳 또한 독립된 차음구조와 공조가 필요하다.

⑤ 실내 골프연습장

필수 시설은 아니나, 현대인의 기호에 따라 점차 대중화 되어가는 추세로, 많은 센터에서 적용 하고 있다. 자동 골프공 서빙기와 네트 등이 구비되며, 부가적으로 골프채 보관함, 스윙 교정시스템, 퍼팅연습장 등이 구비된다. 골프연습장은 타구의 위험성을 고려하여 타겟, 네트 등이 견고하게 설치되어야 하며, 스윙 시 골프클럽의 회전반경에 의한 타석간의 사고를 방지하기 위하여 충분한 간격⁷⁾이 유지 되어야 하며, 볼의 회수 방법과 타이밍을 적극 관리 하여야 함. 이 밖에 최신 기술로 개발된 시뮬레이션 시스템이나 전자동 볼 회수시스템 등도 적용되고 있다.

⑥ 기타 운동시설

이 밖에 수영장, 스쿼시, 라켓볼 등 전문체육 시설이 적용될 수 있으며, 각 시설별로 필요한 기준과 공간을 준비하여야 한다.

(3) 관리 및 부속시설

시설을 관리하고 이용자를 지원하기 위한 관리시설과, 건강과 직간접적으로 연관된 다양한 기능 제공을 통하여 휘트니스 개념의 한계를 보다 넓힐 수 있는 부속시설이 여기에 속한다.

관리시설에는 리셉션 및 라운지, 고객센터와 관리를 위한 사무실, 상담 카운터 등이 배치된다. 요즘과 같이 산업화 된 센터에서는 고객에 대한 질 높은 서비스를 영업의 최우선으로 생각하는 만큼, 관리시설을 궁극적인 마케팅의 수단으로 여긴다. 이런 이유로 하여, 센터의 최전방에 배치되어 고객들에게 적극적으로 다가설 수 있도록 하는 추세이다.

부속시설에는 이용자들에게 또 다른 즐거움을 줄 수 있는, 쥬스바, 프로샷 등과, 체형이나 미용과 관련한 편의 시설(클리닉 이나 뷰티샷), 그밖에 탁아방 등이 있다. 경우에 따라서는 오히려 부속시설 기능 때문에 센터를 찾는 이용자가 있을 정도로, 이용자에게는 센터를 선택하는 데에 있어 중요한 요소가 될 수 있다.

7)관계법령(체육시설의 설치 이용에 관한 법률, 시행규칙, 제8조 시설기준, 별표4)상 타석간 간격은 최소 2.5M이상을 유지하여야 함.

3. 휘트니스 센터의 실내 환경계획

3.1. 디자인 컨셉(Design Concept)

본 연구를 통해 추구하고자 하는 실내 환경계획은 “For a Pleasant Life”이라는 컨셉 아래 ‘simple & dynamic’과 ‘clean & crisp’를 디자인요소로 설정하고, 센터 내의 모든 환경을 디자인 컨셉과 그 요소들을 일관성 있게 적용하여 기대치를 극대화한다.

이를 위하여, 공간과 기본구조를 최대한 이용, 열린 공간을 극대화함으로써 기존의 답답하고 일정한 틀에 박힌 관념적 요소들을 없애는 반면, 산업적인 요소와 하이테크한 요소들을 첨가하여 역동성을 부각시키고, 절제된 컬러사용을 통해 깨끗하고 상쾌한 공간 이미지를 유도한다.

또한, 이 모든 요소들이 센터내의 모든 공간에 적용되기에 적절하지 않더라도, 센터 내에 전반적으로 설치되는 음향 및 영상장비(A/V system) 과 바닥 레벨의 변화, 간결하고 강조된 조명, 액센트 컬러를 이용한 이미지 배너(image-banner)등이 시정각적인 요소로서 공간내의 활동과 어우러져, 이용자들로부터 지속적인 호응을 받을 수 있는 성공적인 센터가 되도록 한다.

3.2. 브랜드 이미지(Brand Image)의 전개

센터의 환경을 발전시키는 과정에는, 해당 센터의 브랜드를 정착시키는 몇 가지의 고유요소들이 경영자의 전망과 조직화된 공간에서 나타난다. 또한 이 요소들은 새롭게 계획되는 센터에 적용하게 될 발전적요소를 창출하는 잠재성을 가지고 있으며, 더 나아가 고유한 브랜드이미지를 계속적으로 만들고 점차적으로 발전시킨다.

유산소운동 영역은 이용자나 방문객이 바로 그 센터가 활동적이라는 느낌을 줄 수 있도록 센터의 입구에 설치되어야 한다. 유산소운동 영역과 모니터의 위치는 입구와 가까운 곳에 위치하며 모니터를 통해 하이테크하고 활동적인 이미지를 주어 에너지와 활력을 얻을 수 있도록 한다. 또한, 센터외부나 입구에서도 센터의 활동을 볼 수 있도록 돕는다.

체형관리 영역은 특별한 계획안으로 구성된 프리웨이트 영역과 PT.(private training) 영역으로 연결되어지며, 유산소운동 영역과 근력강화운동 영역으로부터 독립화 하여 계획 센터만의 독특한 요소로 변화, 발전시킨다. 예를 들면, 바닥 레벨의 차이 또는 금속 울타리 칸막이 설치 등으로 구분 시키고 상대적으로 어두운 조명과 특수조명등을 이용한다.

비디오 월(wall)과 모니터는 센터의 영상홍보물과 실제의 운동 환경을 연결해주기 위한 고리으로써 출입 로비나 리셉션에 적당하게 설치한다. 또한 이 모니터는 신규 회원들에게 워크아웃(work-out)방법을 습득하도록 도와주며, 회원제 판매

(membership promotion)이나 건강관련 상품 판매(product sales) 또는 다른 회사들과 조인트마케팅(joint marketing)의 잠재적 판촉역할에 도움을 준다.

모니터-랙(monitor rack)은 3-5개의 모니터를 같이 배열함으로써 유산소운동 영역과 워크아웃 공간에서의 공연적인 비디오 서비스를 창조하도록 이용한다, 이 모니터-랙은 ‘브랜드 로고’ 현수막과 함께 천정고가 높은 곳에 설치되어, 센터의 강한 액센트 적인 면으로 강조하는데 도움을 줄 수 있도록 한다. 일반적으로 이 랙은 센터 전체의 건축 구조체 들과 연계되도록 설치되어야 하므로 기둥사이나 런닝머신 데크라인을 따라 설치하거나, 천정에서 연결되는 패던처럼 제작되어, 강하고 역동적인 디자인 요소로서 표현될 수 있도록 한다.

엑스사이즈 장비나 기구는 센터의 첨단적이며 조직화된 이미지를 부각시켜 준다는 면에서 아주 중요한 요소이다. 적절한 운동장비의 선택과 각 기구들의 재질의 선택은, 심플하고 깨끗한 신규 센터의 이미지를 만들어 가는 필수 요건이다.

3.3. 벽체 및 천장의 마감 전개

(1) 벽체 및 천장에 대한 색채기준

센터를 이루는 컬러는 크게 두 가지 계열로 분류 한다. 주조 색으로 쓰일 베이스 컬러는 센터 내 전체 공간의 대부분과 운동기구의 배경색으로 이용되도록 하고, 보조적으로 쓰일 액센트 컬러는 필요한 벽체에 드물게 이용한다. 색상기준의 적절한 적용을 통하여 시설의 배경과 환경을 좀더 자연스럽게 차별하게 하여주며, 아울러 영상모니터, 노출천장, 배너등의 시각적 요소와 운동장비 그리고 회원들의 운동모습이 부각될 수 있도록 한다.

<표 3> 색채 적용 기준 (BM-Benjamin Moore Paints. 기준)

컬러	적용	컬러	적용	컬러	적용
Off Grey BM-873	공간의 벽 사무실 놀이방	Light Grey BM-1597	주요 벽면	Medium Grey BM-1600	교차되는 벽 Highlight 밑면 두톤의 액센트
Dark grey BM-1602	기둥 건축요소 노출형 천정	Charcoal Grey BM-1603	메탈 레일링 걸레받이 모서리 HVAC 설비		
White		Red BM-1315		Black	

벽체에 쓰일 주조색 즉, 베이스컬러는 그레이(Grey)계열로 한다. 컬러톤(Color-tone)의 전개는 칸막이벽체, 각종 틀, 기둥에 따라 같은 계열 내에서 명도의 차이를 주거나, 높이에 따른 명도의 변화를 통하여 조화와 강조를 함께 이끌어 내도록 한다. 액센트컬러는 브랜드이미지를 반영하여 레드(Red)와 블랙(Black), 화이트(White)로 한다. 블랙과 화이트는 베이스컬러와 같은 무채색 계열 내에서 가장 대비성이 높은 색상이며, 레드는 강조를 위한 색상으로, 주로 브랜드 로고와 연계하여 사용한다. 액센트컬러는 베이스컬러와는 달리 명도의 조정 없이 순수한 색상만으로 사용한다.

경제적 및 물리적으로 가능할 경우 천장을 노출시켜서 보다 넓은 느낌을 주고 내부의 구조물을 노출시킴으로써 시각적인 흥미를 끄는 효과와 산업적 이미지의 효과를 얻는다. 노출형 천정은 먼지나 더러움을 획석시키기 위해 베이스 컬러인 그레이톤을 적용한다. 바닥이 밝은 색으로 마감되는 경우에는 천정을 진한 톤으로 마감하고, 바닥이 어두운 색깔로 마감되는 경우에는 천정을 밝은 톤으로 마감한다.

① 베이스컬러의 적용기준

케이스별 그에 맞는 마무리와 액센트 기호가 생긴다. 일반적으로 열린 회색인 BM 1597이 전체적으로 사용되는 것이 좋고 일부분에 이에 대비되는 약간 짙은 회색인 BM 1600을 사용하는 것도 좋은데 예를 들면 사무실의 한 벽면, 에어로빅실의 수평 되는 벽면, 사무실의 박스 등에 적용한다. 화이트룸은 대부분의 경우 보다 어두운 색을 사용해서 전체적으로 어두운 회색인 BM 1600을 사용하고 짙은 회색인 BM 1602를 사용해서 대비시킨다.

② 액센트컬러의 적용기준

벽면에 액센트를 주기위한 다른 색상 : 벽면의 주요강조면, 트랙코너, 엘리베이터 통로 벽면, 특수실 또는 영상실 등. 대비되는 회색 또는 적색을 사용.

③ 거울의 마감

끝없이 거울이 있는 듯한 분위기를 피하기 위해 클럽 내부에 거울의 사용은 자제한다. 전체적으로 근력강화운동 영역이나 그룹엑스사이즈 룸에는 대부분의 벽면을 2,100mm 높이까지 거울을 사용한다. 이때 근력강화운동 영역에서는 바닥마감에서 700mm 올라간 부분에서 시작하고 그룹엑스사이즈 룸은 바닥으로부터 100mm 올라간 부분에서 시작한다. 오픈 스페이스 및 유산소운동 영역에는 주로 거울이 필요 없으나 지주 사이와 같이 특수한 부분에는 사용할 수 있고, 알루미늄 볼드 또는 금속제 모서리로 모든 면에 프레임처리를 해줘야 한다. 로비에는 거울을 걸지 않는다.

④ 타일의 마감

석고판으로 만들어진 라커룸의 벽면은 대체로 열린 회색으로 칠해야 한다. 라커룸 지역에 페인트로 벽면에 액센트를 줄

수 있는데 이때 사용할 색상은 대비되는 어두운 회색을 사용한다.

벽면에 타일을 재시공하면 가격이 올라가기 때문에 기존에 타일이 있는 벽면은 타일의 상태가 양호하다면 타일을 남겨둔다. 경우에 따라서는 습기 많은 지역에 상당량의 재처리가 필요하고 새로운 타일을 사용하게 될 경우에는 같은 종의 색상을 사용해서 회색계의 타일을 사용하고 부분적으로 주홍색과 남색에 액센트를 가미한다. 새로운 타일을 벽면에 적용할 경우 벽면 천장 접합부의 타일의 색상은 바닥이 아닌 벽면 색상에 맞춘다.

3.4. 바닥의 마감전개

일반적으로, 목적은 기능성과 쾌적함을 겸비하며 센터 내 오픈 스페이스를 일관성 있게 만들어 내고 또한, 유지관리가 용이해야 한다는 것이다. 유산소운동 영역과 근력강화운동 영역 등 대부분의 오픈스페이스에는 러버페이빙(rubber paving)을 기준으로 한다. 제품으로는 시트와 타일이 있는데, 재생고무로 만들어진 제품을 사용하면 비용 절감에 효과적이고 설치 및 유지보수가 간편하다. 또한 사선으로 배열된 타일은 디자인적이고 포장된 느낌을 만들어 낼 수 있으며, 청소하기가 쉽고 부서진 타일이나 얼룩진 곳은 쉽게 새로운 타일로 교체할 수도 있다. 이 타일은 주변에 접착제를 사용하고 사이사이를 약간 헐겁게 한다. 영역의 구분이나 동선 유도를 위해 복도 부분은 카펫타일과 같이 사용된다. 러버페이빙이나 카펫타일은 공히 그레이 컬러로 통일하되 카펫타일의 경우 일부 액센트컬러를 패턴식으로 적용하여 동선유도의 인지에 도움을 줄 수 있다.

에어로빅등 단체운동이 이루어지는 그룹엑스사이즈 장소는 탄성과 소음방지 기능이 있는 나무마루로 마감 한다. 이를 위하여 바닥 하부구조는 '레이즈드 플로어 씨스템(raised floor system)⁸⁾으로 설치되어야 하며 마감 판은 강화마루판을 사용하여 표면 손상을 최소화 한다. 컬러는 맑고 밝은 계통의 수종인 단풍나무 등을 사용하여 깨끗한 이미지를 만들도록 한다.

프리웨이트 장소는 웨이트트레이닝(weight training)을 위한 중량의 기구들이 주로 사용되는 점을 감안하여 탄력 있는 바닥이 요구된다. 따라서 쿠션의 정도가 높은 고무제품을 사용하는데, 제품으로는 '머슬매트(muscle mat)'와 같은 20mm 이상의 두께를 가진 고무매트를 사용한다. 컬러는 그레이 컬러 혹은 블랙에 화이트나 그레이 칩이 들어간 것을 쓴다.

사무실, 리셉션, 스트레칭 영역 등은 공공성의 배려를 위한 상대적 우위의 마감을 위하여 고급스런 카펫타일을 사용한다. 재질은 커트(cut)타입으로 사용하고 컬러는 마찬가지로 짙은 그레이 계열로 하되 단색보다는 여러 가지 색이 섞인 것을 쓴다.

8)Roland Ashcroft, Construction of Interiors, Rhodoc International, 1994, p.96.

라커룸의 바닥마감은 오픈스페이스 바닥마감과 변화를 주어 야 하며, 청결한 유지관리를 위하여 자기타일을 사용한다. 특히 미끄럼으로 인한 부상을 방지하기 위하여 논슬립 가공이 된 제품을 사용하고, 깔리는 질은 그레이 계열로 한다.

3.5. 조명의 적용기준

조명은 이용자들의 고감도 활동에 도움이 될 수 있도록 깨끗하고 흥미를 유발할 수 있는 아이템이 되어야 한다. 디자인 컨셉("For a Pleasant Life")과 디자인 요소에 부응할 수 있는 최신의 조명 기구들로서, 센터의 성격을 증진시킬 수 있는 조명이 되어야 한다.

센터내부의 다양한 영역별로 구분되어 각 영역에 적합한 조명을 선택한다. 일반적으로 조명은 공간의 크기에 따라, 그리고 각기 다른 공간의 용도에 따라 명시된다. 특히 각 단계별 조도의 조정을 필요로 하는 그룹엑스사이즈 룸이나 다용도실의 조명에 특별한 주의를 요하며, 트랙을 설치하여 필요시 위치이동이 가능하도록 해야 한다. 또 프라이빗 공간에서는 직접적인 조명을 하여서는 안 되며 반사조명을 이용하거나 간접 조명기구가 설치되어야 한다.

<표 4> 조명 적용 기준

적용	유산소운동 zone	Reception	GX, Spinning
조명			
SIZE	∅300 • H330	W703 • H122	W270 • H175
SPEC.	Lamp : AR70	Lamp : AR70	J-70w 싸이키
적용	Fundamental A.	Office	Powder Room
조명			
SIZE	∅125 • H52	∅175 • H230	W180 • H60
SPEC.	Lamp : jc50w	Lamp : 13w*2	Lamp : 1L60w
적용	Spinning Room	근력강화운동 zone	Multi Purpose
조명			
SIZE	∅220 • H350	W450 • H100	Track
SPEC.	Multi-color	G53 -50w	PAR - 30, PIN

적용	Retail	GX, Locker R.	Retail
조명			
SIZE	W108 • H195	W1,200 • H50	∅75 • H52
SPEC.	Lamp : E-26	Lamp : PL55w*2	Hallogen 75w
적용	Wet Area	Free Weight	
조명			
SIZE	W282 • H182	W215 • H100	
SPEC.	1L60w	G53 -75w	

3.6. A/V system(Audio & Video system)

(1) 비디오 월(video walls)

비디오 월 또는 비디오 모니터 그룹은 실질적인 워크아웃의 환경과 센터 홍보영상의 연결을 위해 주동선 구역과 출입로키에 사용된다. 조명은 비디오 월과 모니터의 위치를 정하는 데 주목해야 할 문제이기도 하다. 기존 조명과 외부 창에 의하여 비디오 월과 모니터가 출입로키에 위치할 수 없다면, 대치할 만한 장소는 주동선 구역, 그 끝 부분이나 눈에 떨 만한 장소여야 한다. 비디오 월이 주 출입로키에 위치할 경우, 스피커의 위치는 전실 안이나 출입문 근처에 위치하며 출입문 전면 쪽으로 향하여 센터의 회원들이 출입할 때 그들의 청각이 주목되도록 배치한다. 또, 이 장치들은 안내데스크의 역할 감각에 도움을 줄 수 있다.

(2) 비디오 모니터

유산소운동 영역의 모니터는 3-5개의 세트와 함께 그룹이 되어 개별적으로 매달리거나 일정한 간격으로 벽에 부착된다. 높은 천정의 센터 내부에는 모니터 랙과 대형 브랜드 로고가 쓰여진 현수막이 강조된 로고와 함께 어우러져 설치될 수 있다. 일반적으로 랙은 강하고 활동적인 면의 요소로써 유산소운동 공간의 앞쪽에 위치하고 건축적인 구조물과 연계되어 설치된다.(예를 들면 기둥, 기둥과 기둥사이, 두 기둥의 둘레, 전면 벽을 따라서 리듬 있게, 또는 런닝머신 데크 라인을 따라서) 모니터 랙은 좀 더 하이테크한 면을 부각시킬 수 있으며, 유산소운동 안에서의 활동적인 배경을 체계화하고, 또한 남은 공간을 강조하고 활동성 있게 한다.

(3) 오디오

센터 내부 전체와 제한된 일부 외부 쪽으로 지속적인 음향

효과를 주어 센터의 브랜드 이미지를 청각 체험할 수 있게 한다. 주 출입구에 비디오 월이나 비디오 모니터 시스템을 사용할 경우 오디오의 주 스피커 시스템은 소리의 부조화를 피하기 위하여 주 출입구에 배치하지 않도록 한다. 센터 내부의 다른 위치에 비디오 월을 설치했을 경우, 그 주변의 스피커는 비디오 월의 음향만 방송될 수 있도록 하거나, 센터 전체에 비디오 월 음향이 방송되도록 한다. 그룹엑스사이즈 룸과 다용도 운동 공간은 수업과 별도의 프로그램을 위해 개별적인 오디오 시스템이 요구된다.

3.7. 시설 및 영역의 배치기준

휘트니스 시설에서의 동선은 매우 중요한 역할을 한다. 동선의 결정에 있어서 고려해야 할 점은 첫째로 고객의 이용에 편리해야 한다는 것이고, 두 번째는 관리 및 통제가 편리해야 한다는 점이고 세 번째는 매출전표의 처리에 편리해야 한다는 점이다.⁹⁾ 이러한 점을 바탕으로 시설간의 이동 동선을 최소화 할 수 있는 배치구조를 갖도록 계획한다. 특히 운동시설과 준비시설은 각 시설내의 연계성은 물론이고, 두 시설사이의 빈번한 동선빈도가 감안되어야 할 것이다. 관리시설 및 부속시설은 대부분 센터의 입구 쪽에 배치하여 이용자들이 출입하면서 쉽게 인지가 가능토록 하는 것이 필요하다.

또한, 센터내의 모든 시설들은 최대한 개방적인 구조를 갖는 것이 좋다. 시각적 개방감과 함께 모든 이용자들이 한 공간 내에서의 공감대를 가질 수 있도록 해주는 것이 중요하다. 특히 독립적 구조를 가질 수밖에 없는 그룹운동 공간, 수영장, 골프장의 경우도 홀 쪽의 벽면을 유리 등으로 처리하여 시각적 개방감을 주는 것이 중요하다.¹⁰⁾

(1) 유산소운동 영역

유산소운동 영역과 근력강화운동 영역은 운동 영역 중 가장 비중이 높은 영역으로 센터의 주축을 이룬다. 특히 유산소운동 영역은 계속적인 활동의 영역이기 때문에 센터의 전면으로 배치하여 주 출입구를 통해 입장하는 회원들에게 활동적인 체험과 활력을 주도록 한다. 또한 이 영역에서의 활동이 자연스럽게 보여 지도록 개방적 구조가 되도록 한다.

(2) 근력강화운동 영역

근력강화운동 영역은 일반적으로 유산소운동 영역에 인접하여 있거나 뒤쪽에 위치하며, 두 기능 사이에는 여타 건축적이거나 디자인적인 요소의 구별이 없도록 한다. 각 기능적인 차이에 불구하고 기구들의 배치, 구성과 추후 프로그램의 변경에 따른 기구들의 이동에, 최대한 유연성을 가지고 순환 될 수 있는 하나의 연결된 공간으로 인식되어야 한다.

9)정충근외1인, 휘트니스 센터의 구성 및 면적체계에 관한 연구, 서울산업대 논문집, 제50집, 1999, p.159.

10)조영연, op.cit., p.121

(3) 프리웨이트 영역

프리웨이트 영역은 근력강화운동 영역에서 일반적으로 약간 떨어진 위치이며 부분적으로 구별되도록 하되, 시각적으로는 연결된 공간에 위치한다.

(4) 그룹엑스사이즈 룸

그룹엑스사이즈 룸은 제한된 용도의 공간이기에, 일반적으로 정문과 외부 창으로부터 떨어진 곳에 위치하며, 최소한의 독립적 공간이 되게 한다. 공간의 소리의 전달을 최소화 하기위해서 차음시설을 완벽하게 한다. 가능하다면 다른 공간으로부터 현저하게 다른 곳에 위치하도록 한다. 그룹엑스사이즈 룸은 일반적으로 프리웨이트 영역으로부터 떨어진 곳에 위치하며, 여성 라커룸이나 의무실과는 근접한 곳에 위치한다.

(5) 라커룸

라커룸은 일반적으로 번잡한 곳의 뒤에 위치하고, 그룹엑스사이즈 룸과 인접하게 위치하며, 주 동선에서 시야 안에 들어오는 곳에 위치한다. 내부적으로는 라커의 개수를 최대한으로 배치하고 물을 쓰는 공간과 쓰지 않는 공간에서 필요한 프로그램을 융통성 있게 할 수 있도록 배열해야 한다. 라커의 배치는 보안상 모든 라커룸이 시야 안에 들어올 수 있게 레이아웃 하며 가능하다면, 가려지는 시야가 없도록 한다.

(6) 프로샷

일반적으로 센터의 입구에 위치하며 가장 좋은 위치는 출입문에 가깝게 위치하고 센터를 향해 오픈 되면서 외부와 연결된 외부 창문을 가진 곳이다. 프로샷은 적절한 기계설비(급배수 배관 등)를 갖추어 쥬스바와 같은 식음료 기능을 겸할 수 있도록 배치하여 회원들의 구매와 휴식의 편의성을 제공한다.

(7) 다용도운동 / 스피닝(spining) 룸

새로운 다용도운동 / 스피닝 룸은 예전처럼 그룹엑스사이즈 룸에 의존하지 않고 독립적인 프로그램(스피닝, 요가, 다이어트 복싱 등)을 제공할 수 있도록 한 장소이다. 일반적으로 그룹엑스사이즈 룸 근처에 위치하나 완전하게 분리 및 폐쇄되어 독립적인 오디오시스템이 방송장치와 함께 구비된다. 그룹엑스사이즈 룸과 비슷하게 유리벽을 통하여 센터 전반을 볼 수 있게 한다.

4. 결론

새로운 방법을 추구하기 위한, 휘트니스 센터의 실내 환경계획에 적용할 수 있는 환경인자들을 이용하여, 개념과 기능의 분석 결과들과 함께 계획의 개념과 요소, 인자들 간의 관계성과 적용방법을 제안하는 본 연구에서는 다음과 같은 내용의 결론에 도달할 수 있었다.

1. 휘트니스 센터의 실내 환경계획은 확실한 정체성을 부여

할 수 있는 디자인적 요소를 적용함으로써 자신의 위치를 명확하게 인식할 수 있는 환경적 근거를 제공해야 한다.

2. 실내공간에서의 시인성은 공간의 형태 외에도, 실내 환경 요소인 색채, 마감재료, 조명등으로부터 우선 기인한다. 따라서 논리적이고 단순하며 직접적인 표현으로 자연스럽게 절제된 분위기 연출이 필요하고 특히 마감 재료는 형태의 강조와 정갈함, 그리고 개방감을 가질 수 있어야 한다.

3. 휘트니스 센터와 같은 중대형 공간에서의 진로인식은 각 공간들의 관계와 전체적인 배치상황에 따라 그 용이성이 드러나는 평면적 특성이 있다. 따라서 보행경험이나 시각적 경험을 통하여 인지되는 공간의 관계나 흐름의 특성을 통하여 공간배치의 형태를 이해할 수 있도록 계획되어야 한다. 즉, 인지가 용이한 평면적 특성을 위해서는 추론이 가능한 단순 기능적 동선체계와 공간흐름의 패턴 및 리듬감 등이 고려되어야 하며, 이를 위하여 각 영역 또는 공간의 배치 기준을 기능적 측면과 과조화성 그리고 상징적인 측면을 고려하여 제안하도록 한다.

4. 휘트니스 센터의 실내 환경계획에서 식별적으로 고려되어야 할 점은, 보행통로가 단조롭고 획일적으로 되어 이용자들의 혼란을 초래할 수 있다는 점이다. 따라서 명료한 영역은, 보다 풍부하고 큰 공간적 차이를 가진 것이며 여기에는 시각적, 기능적 특징을 가진 요소들이 위계적인 질서를 가져야 한다. 그리고 공간의 위계질서는 그 공간이 가지는 의미, 크기, 위치, 색 등으로 결정될 수 있다.

5. 휘트니스 센터의 실내 환경계획에서의 상징성에 관계되는 요소는 브랜드 컬러, 사인물, 배너 등으로서, 인지적 연상 작용을 일으킬 수 있도록 적절한 계획을 설정 하여야 하며, 특히 공간 내에서의 운동감과 깊이감을 확보하여 상징성을 극대화시킬 수 있어야 한다.

실내 환경을 한정하는 요소와 그 공간의 표현성은 디자인의 의도에 따라 어떻게 실내공간에 질서감을 부여할 것인가 하는 작업에서부터 출발하게 된다. 휘트니스 센터도 이용객들에게 쾌적한 공간을 제공키 위한 환경적, 기능적, 정서적 조건을 종합, 분석하여 실내외에 자연적, 인위적인 환경 요소의 조절을 통하여 시각적, 물리적 안정감과 편안함을 제공하는데 주안점을 두어야 할 것이다.

본 연구는 이 같은 배경 하에서 휘트니스 센터의 실내 환경계획에 대한 인자 및 요소를 추출하고 이의 디자인적 적용 방법을 제안하고자 시작되었다. 실내 환경계획에 적용할 수 있는 디자인은 그 요소들과 함께 시대적, 사회적 변화와 그에 따른 인식의 변화에 따라 계속 바뀔 것이다. 향후 휘트니스 센터의 실내 환경계획에 대한 지속적인 연구들이 실내디자인 분야에서 활성화되어 발전적이고 체계적인 접근방안이 제시되길 바라며, 본 연구가 그를 위한 작은 토대가 될 수 있기를 기대한다.

참고문헌

1. Ashcroft, Roland Construction of Interiors, Rhodex International, 1994.
2. Zeisel, John Inquiry by Design, New York, NY: Cambridge University Press, 1984.
3. 체육시설의 설치·이용에 관한 법, 1989. 3. 31, 법률 제2160호
4. 동 시행령, 1989. 7. 1, 대통령령 제12743호
5. 동 시행규칙, 1989. 7. 1. 제8조 시설기준
6. 오현환, 공공스포츠시설의 서비스 품질이 소비자 만족, 재 구매 의사와 구전 의도에 미치는 영향, 한국체육학회지, 제40권 2호, 2001.
7. 이지나, 호텔 휘트니스 회원들의 이용 동기와 서비스 만족에 관한 연구 연세대 석사논문, 2002.
8. 정충근외1인, 휘트니스 센터의 구성 및 변적체계에 관한 연구, 서울산업대학교 논문집 제50집, 1999.
9. 윤충중, 휘트니스클럽의 시설 및 운영 실태에 관한 조사 연구, 경희대학교과학대학원 석사논문, 1997.
10. 이윤희·윤종국, 스포츠 시설 이용이 도시 커뮤니티 형성에 미치는 영향, 한국체육학회지, 제39권 제2호, 2000.
11. 이한경외4인, 스포츠 센터 평생회원들의 체력장 이용 실태에 관한 연구, 용인대 논문집, 제15집, 1998.
12. 김정아, 스포츠센터를 통해서 본 여가의 계층적 성격, 서울대 석사논문, 1997
13. 조영연, 휘트니스센터의 시설규모와 배치에 관한 연구, 한국실내디자인학회 논문집, 제35호, 2002.
14. www.roxywellness.com, 휘트니스의 5가지요소

<접수 : 2003. 10. 31>