



Οργάνωση, Διοίκηση & Θεραπευτικές Πρακτικές Μονάδων Ευεξίας & SPA

ΔΙΑΤΜΗΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ (ΠΜΣ)
«ΟΡΓΑΝΩΣΗ, ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΩΝ
ΕΥΕΞΙΑΣ ΚΑΙ SPA (SPA MANAGEMENT)»

ΕΡΕΥΝΑ ΤΩΝ ΠΡΟΤΙΜΗΣΕΩΝ ΤΩΝ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ ΕΝΟΣ SPA ΤΗΣ
ΕΛΛΑΔΑΣ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΤΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ
ΕΥΕΞΙΑΣ- SPA: ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΚΕΝΤΡΟΥ
ΦΥΣΙΚΗΣ ΕΥΕΞΙΑΣ ΣΤΙΣ ΘΕΡΜΟΠΥΛΕΣ

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΤΣΟΥΤΗ
ΑΡ. ΜΗΤΡΩΟΥ: 26/15

ΕΠΙΒΛΕΠΟΝΤΕΣ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ
ΒΟΥΔΟΥΡΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
ΑΒΔΗΜΙΩΤΗΣ ΣΠΥΡΟΣ

ΣΙΝΔΟΣ, ΜΑΡΤΙΟΣ 2018



**Οργάνωση, Διοίκηση & Θεραπευτικές
Πρακτικές Μονάδων Ευεξίας & SPA**

ΔΙΑΤΜΗΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ (ΠΜΣ)

**«ΟΡΓΑΝΩΣΗ, ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΩΝ
ΕΥΕΞΙΑΣ ΚΑΙ SPA (SPA MANAGEMENT)»**

**ΕΡΕΥΝΑ ΤΩΝ ΠΡΟΤΙΜΗΣΕΩΝ ΤΩΝ ΕΠΙΣΚΕΠΤΩΝ ΕΝΟΣ SPA ΤΗΣ
ΕΛΛΑΔΑΣ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΤΩΝ ΚΕΝΤΡΩΝ
ΕΥΕΞΙΑΣ- SPA: ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΚΕΝΤΡΟΥ
ΦΥΣΙΚΗΣ ΕΥΕΞΙΑΣ ΣΤΙΣ ΘΕΡΜΟΠΥΛΕΣ**

**ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΤΣΟΥΤΗ
ΑΡ. ΜΗΤΡΩΟΥ: 26/15**

**ΕΠΙΒΛΕΠΟΝΤΕΣ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ
ΒΟΥΔΟΥΡΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ
ΑΒΔΗΜΙΩΤΗΣ ΣΠΥΡΟΣ**

ΣΙΝΔΟΣ, ΜΑΡΤΙΟΣ 2018

ΑΦΙΕΡΩΣΗ

*«Τιμή σ' εκείνους όπου στην ζωή των
ώρισαν και φυλάγουν Θερμοπύλες.
Ποτέ από το χρέος μη κινούντες·
δίκαιοι κ' ίσιοι σ' όλες των τες πράξεις,
αλλά με λύπη κιόλας κ' ευσπλαχνία·
γενναίοι οσάκις είναι πλούσιοι, κι όταν
είναι πτωχοί, πάλ' εις μικρόν γενναίοι,
πάλι συντρέχοντες όσο μπορούνε·
πάντοτε την αλήθεια ομιλούντες,
πλην χωρίς μίσος για τους ψευδομένους.*

*Και περισσότερη τιμή τους πρέπει
όταν προβλέπουν (και πολλοί προβλέπουν)
πως ο Εφιάλτης θα φανεί στο τέλος,
κ' οι Μήδοι επί τέλους θα διαβούνε.*

«Θερμοπύλες», Κωνσταντίνος Καβάφης.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Εγκάρδιες ευχαριστίες θα ήθελα να αποδώσω στους:

- Υπεύθυνους καθηγητές μου, τον κύριο Βουδούρη Κωνσταντίνο και τον κύριο Αβδημιώτη Σπύρο, οι οποίοι εξίσου υποστήριξαν με τις κατευθύνσεις και τις οδηγίες τους, όλη την πορεία για την διεξαγωγή και την ολοκλήρωση αυτής της διπλωματικής εργασίας.
- Κύριο Δακτυλίδη Γιάννη, γενικό διευθυντή του “Petasos Resort & SPA” Μύκονος, Ελλάδα, όπου χωρίς τη δική του έγκριση και συμβολή, δεν θα μπορούσε να πραγματοποιηθεί τόσο έγκυρα και αξιόπιστα η ποσοτική έρευνα αυτής της διπλωματικής εργασίας.
- Κυρία Τσεκούρα Ευαγγελία, ιστορικός στο «κέντρο ιστορικής ενημέρωσης Θερμοπυλών», για την ξενάγηση και τη συνέντευξη που διατέθηκε να μου δώσει, στην περιοχή των Θερμοπυλών.
- Κύριο Κουτμάνη Παναγιώτη, υπεύθυνος λειτουργίας στο «κέντρο περιβαλλοντικής εκπαίδευσης» Στυλίδας-Υπάτης.
- Κυρία Λεονταρίδου Ιωάννα, για τη δημιουργία και την υποστήριξη αυτού του μεταπτυχιακού προγράμματος , προσφέροντας την ευκαιρία για νέες επαγγελματικές δυνατότητες στο χώρο του ιαματικού τουρισμού και της ευεξίας.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα εργασία με τίτλο *«Έρευνα των προτιμήσεων των επισκεπτών ενός Spa της Ελλάδας, με σκοπό τη βελτίωση των υπηρεσιών των κέντρων ευεξίας Spa: Μελέτη περίπτωσης λειτουργίας κέντρου φυσικής ευεξίας στις Θερμοπόλες»*, έχει ως αντικείμενο μελέτης τις προτιμήσεις των επισκεπτών ενός spa, με απώτερο σκοπό τη βελτιστοποίηση της ποιότητας των υπηρεσιών στα κέντρα ευεξίας, καθώς επίσης και της γενικότερης εικόνας και εξυπηρέτησης τους.

Η μεθοδολογική προσέγγιση για την επίτευξη του ανωτέρω στόχου, περιελάμβανε τη διεξαγωγή ποσοτικής έρευνας σε δείγμα 320 ατόμων. Προαπαιτούμενο στοιχείο για τους συμμετέχοντες στην έρευνα αυτή, ήταν να έχουν τουλάχιστον μια βιωματική εμπειρία σε φυσική ιαματική πηγή ή σε ένα κέντρο ευεξίας – Spaspa.

Η διεξαγωγή της ποσοτικής έρευνας έλαβε χώρα στο κέντρο θαλασσοθεραπείας “Aqua Marine Spa” της ξενοδοχειακής μονάδας “Petasos Resort & SPA” στη Μύκονο, Ελλάδα, κατά την θερινή περίοδο Ιούλιο – Οκτώβριο 2017. Στην παρούσα έρευνα μελετήθηκε επίσης η πιθανή περίπτωση λειτουργίας ενός κέντρου φυσικής ευεξίας στην ιαματική πηγή των Θερμοπυλών Ελλάδας.

Για αυτό το λόγο γίνεται επίσης αναφορά για τα ποιοτικά χαρακτηριστικά του νερού της ιαματικής πηγής των Θερμοπυλών, καθώς και για τα γενικότερα οφέλη της χρήσης των θεραπειών Spaspa και των φυσικών ιαματικών πηγών.

Οι πληροφορίες οι οποίες εξήχθησαν από τα αποτελέσματα της έρευνας, καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι οι επισκέπτες των διαφόρων εθνικοτήτων, ηλικιών, οικονομικών στρωμάτων και φύλου, έχουν κατά βάση κοινές προσδοκίες από την επίσκεψή τους στα κέντρα ευεξίας και τις υπηρεσίες που προσφέρονται μέσα στους χώρους αυτούς. Αυτό συμβαίνει και όσον αφορά επίσης τα κοινά τους ενδιαφέροντα για τις εναλλακτικές μορφές τουρισμού, όπως είναι ο ιαματικός τουρισμός και άλλες δραστηριότητες που επιθυμούν να εμπλέκονται στις διακοπές τους, όπως τα αθλήματα, η μάλαξη και τα στοιχεία πολιτισμού και ιστορίας. Όλα αυτά σχολιάζονται και αναλύονται στα αντίστοιχα κεφάλαια.

Τέλος είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι όσον αφορά τη μελέτη περίπτωσης για την πιθανή λειτουργία ενός κέντρου ευεξίας –spa στη φυσική ιαματική πηγή των Θερμοπυλών, Ελλάδα, οι περιηγητές εκδήλωσαν θετικό ενδιαφέρον προσέλευσης.

Λέξεις – κλειδιά: κέντρο ευεξίας, Spa spa, ιαματικός τουρισμός, προτιμήσεις επισκεπτών Spa, Θερμοπόλες - Ελλάδα, ποσοτική έρευνα

ABSTRACT

The present study entitled "Research on the preferences of visitors of a spa in Greece, aiming at improving the services of Spa centers: Study of the operation of a natural wellness center in Thermopylae", Greece, aims at studying the preferences of the visitors of a spa, in order to optimize the quality of the services in the wellness centers, as well as their overall image and service.

The methodological approach to achieving the above objective included conducting a quantitative survey of a sample of 320 individuals. A prerequisite for participants in this research was to have at least one experimental experience in a spa or in a natural thermal spring.

The quantitative survey was carried out at the "Aqua Marine Spa" of the Petasos Resort & SPA Hotel on Mykonos, Greece. During the summer period July - October 2017. Through this study from our feedback of the 320 people we are researched whether it would be successful to create a natural thermal SPA in the Thermopylae, Greece area.

For this reason a professional report is made on the qualitative characteristics of the thermal spring water of Thermopylae, Greece, as well as on the general benefits of the use of spa treatments and natural thermal springs.

The information extracted from the results of the survey concludes that visitors of different nationalities, ages, economic strata and gender have basically shared expectations of visiting the wellness centers and the services they offer in these places. This also applies to their common interests in alternative forms of tourism, such as wellness tourism and other activities included in their holiday program, such as sports, massage, culture, and history. All of this is commented on and analyzed in the corresponding chapters.

Conclusion, it is hopeful with the positive feedback of our 320 tourists that their interest in taking part of a holiday including a spa visit in Thermopylae, Greece was positive.

Keywords

Wellness center, spa, thermal tourism, Spa preferences, Thermopylae - Greece, quantitative research.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Μελετώντας την παγκόσμια τάση στον κλάδο του τουρισμού κατά το διάστημα 2016-2018 έχει παρατηρηθεί ότι αναπτύσσονται όλο και περισσότερο οι στρατηγικές ανάδειξης τοπικών πολιτισμικών χαρακτηριστικών και εμπειριών με στόχο τον βιώσιμο τουρισμό.

Ο τουρισμός ευεξίας και κατά επέκταση ο ιαματικός τουρισμός στην Ελλάδα αποτελεί κυρίαρχη τάση προτίμησης διεθνούς ενδιαφέροντος και ειδικά στην χώρα μας οι δείκτες που αφορούν συγκεκριμένα σε περιοχές με ιαματικά νερά, λουτρά, spa και εναλλακτικές φυσικές θεραπείες είναι εξαιρετικά υψηλοί.

Με βάση αυτές τις τάσεις δημιουργήθηκε η προτροπή για τη διεξαγωγή μιας ποσοτικής έρευνας, η οποία θα συγκεντρώσει τις προτιμήσεις των περιηγητών από ένα κέντρο ευεξίας – spa, σε έναν από τους πιο περιζήτητους τουριστικούς προορισμούς της Ελλάδος, που είναι η Μύκονος (Ινστιτούτο ΣΕΤΕ, 2017).

Ο απώτερος σκοπός της έρευνας αυτής, είναι όλα τα στοιχεία και τα αποτελέσματα που θα συγκεντρωθούν, να έχουν άμεση αξιοποίηση και ανταπόκριση στις ανάγκες της αγοράς του τουρισμού υγείας και ευεξίας, ώστε να επέλθει η βελτιστοποίηση των υπηρεσιών στους χώρους ευεξίας και η άριστη εξυπηρέτηση και αναβάθμιση των υπηρεσιών ευεξίας για τη βιώσιμη ανάπτυξη του τουρισμού υγείας και ευεξίας για την αξιοποίηση τόσο της τοπικής ανάπτυξης όσο και για την περιφέρεια.

Στη συγκεκριμένη διατριβή ειδίκευσης, προτείνεται η ανάπτυξη και η αξιοποίηση της περιοχής των Θερμοπυλών στη Λαμία, ενός τόπου σεβαστού για την ιστορία του, το φυσικό του περιβάλλον και την πλούσια σε οφέλη για την υγεία του ανθρώπου, φυσική ιαματική πηγή που βρίσκεται στην περιοχή.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1.....	14
1.1 ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΤΗΣ ΛΕΞΗΣ SPA.....	14
1.2 ΣΥΝΤΟΜΗ ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΝΕΡΟΥ ΣΕ ΛΟΥΤΡΑ	14
1.3 ΜΕΛΕΤΕΣ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ - ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ SPA	17
1.3.1 Οφέλη της θερμής λουτροθεραπείας	19
1.3.2. Οφέλη των ορυκτών στοιχείων για τον άνθρωπο από τη χρήση των ιαματικών πηγών	21
1.3.3. Τα κλινικά οφέλη της πηλοθεραπείας.....	21
1.3.4. Τα κλινικά οφέλη της μάλαξης.....	23
1.3.5. Τα κλινικά οφέλη της Σάουνα.....	25
1.4 ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΙΘΑΝΗΣ ΕΠΙΠΤΩΣΗΣ ΑΠΟ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΡΑΔΙΕΝΕΡΓΩΝ ΤΩΝ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ	27
1.5 ΕΝΝΟΙΕΣ ΤΟΥ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ - ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ.....	27
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2.....	29
2.1 ΤΑ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ ΤΩΝ ΘΕΡΜΟΠΥΛΩΝ	29
2.1.1 Ιστορικά στοιχεία της Ιαματικής πηγής των Θερμοπυλών	29
2.1.2 Γενικά χαρακτηριστικά.....	30
2.1.3 Ποιοτικά χαρακτηριστικά	32
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3.....	35
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ.....	35
Εισαγωγή.....	35
3.1 ΠΡΟΕΡΓΑΣΙΑ ΤΗΣ ΠΟΣΟΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ.....	35
3.2 ΛΟΓΟΙ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ.....	37
3.2.1 Δυνατά και αδύνατα σημεία της έρευνας	39
3.3 ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ.....	42
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4.....	43
4.1 ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΕ ΠΙΝΑΚΕΣ ΚΑΙ ΓΡΑΦΗΜΑΤΑ ΣΥΧΝΟΤΗΤΩΝ	43
4.1.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	43
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5.....	93
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....	93
5.1 ΓΕΝΙΚΑ.....	93
5.2 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....	94
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	103

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1.....	108
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2.....	111

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ ΚΑΙ ΓΡΑΦΗΜΑΤΩΝ

Πίνακας 2.1 Χαρακτηριστικά της πηγής και ενδεικτικές τιμές των φυσικοχημικών παραμέτρων.....	32
Πίνακας 3.1 Διαφορές ποσοτικής και ποιοτικής έρευνας.....	39
Πίνακας 3.2 Διαστάσεις ποσοτικής και ποιοτικής έρευνας.....	39
Πίνακας 4.1 Το γένος των συμμετεχόντων.....	44
Γράφημα 4.1 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για το γένος των συμμετεχόντων.....	44
Πίνακας 4.2 Οι ηλικίες των συμμετεχόντων.....	44
Γράφημα 4.2 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις ηλικίες των συμμετεχόντων.....	45
Πίνακας 4.3 Πλήθος συμμετεχόντων ανά εθνικότητα.....	46
Γράφημα 4.3 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για το πλήθος συμμετεχόντων ανά εθνικότητα.....	46
Πίνακας 4.4 Ετήσια επισκεψιμότητα στα Spa ανά εθνικότητα	47
Πίνακας 4.5 Ετήσια επισκεψιμότητα στα Spa ανά εθνικότητα.....	47
Πίνακας 4.6 Ετήσια επισκεψιμότητα στα Spa ανά εθνικότητα	47
Πίνακας 4.7 Συχνότητα ετήσιων επισκέψεων σε Spa	48
Γράφημα 4.7 Ιστόγραμμα συχνοτήτων των ετήσιων επισκέψεων σε Spa.....	49
Πίνακας 4.8 Ποσοστά Ετήσιου εισοδήματος.....	49
Γράφημα 4.8 Ιστόγραμμα συχνοτήτων ετήσιου εισοδήματος.....	50
Πίνακας 4.9: Συχνότητα ανά έτος με βάση το εισόδημα	50
Πίνακας 4.10 Κύριος λόγος επισκεψιμότητας των περιηγητών στους χώρους ευεξίας – Spa.....	51
Γράφημα 4.10 Κύριος λόγος επισκεψιμότητας των περιηγητών στους χώρους ευεξίας – Spa.....	51
Πίνακας 4.11 Κύριος λόγος της επίσκεψης σε χώρο ευεξίας.....	52

Πίνακας 4.12: Πρωτεύων λόγος επισκεψιμότητας Spa ανά εθνικότητα	53
Πίνακας 4.13: Πρωτεύων λόγος επισκεψιμότητας Spa ανά εθνικότητα	53
Πίνακας 4.14: Πρωτεύων λόγος επισκεψιμότητας Spa ανά εθνικότητα	53
Πίνακας 4.15: Πρωτεύων λόγος επισκεψιμότητας Spa με βάση το εισόδημα.....	54
Πίνακας 4.16: Πρωτεύων λόγος επίσκεψης Spa με βάση την ηλικία.....	55
Πίνακας 4.17: Πρωτεύων λόγος επίσκεψης Spa για την ηλικία άνω των 65.....	55
Πίνακας 4.18 Δευτερεύον λόγος της επίσκεψης τους σε χώρο ευεξίας.....	56
Γράφημα 4.18 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τον δευτερεύοντα λόγο της επίσκεψης σε χώρο ευεξίας.....	57
Γράφημα 4.19 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τους τύπους υπηρεσιών στα SPA.....	58
Πίνακας 4.20 Προτιμήσεις υπηρεσιών SPA με βάση την εθνικότητα.....	58
Πίνακας 4.21 Προτιμήσεις υπηρεσιών SPA με βάση την εθνικότητα	58
Πίνακας 4.22 Προτιμήσεις υπηρεσιών SPA με βάση την εθνικότητα.....	59
Πίνακας 4.23 Προτιμήσεις υπηρεσιών Spa με βάση το εισόδημα.....	61
Πίνακας 4.24: Προτιμήσεις υπηρεσιών Spa με γνώμονα την ηλικία	62
Πίνακας 4.25 Προτιμήσεις υπηρεσιών SPA και ιαματικές πηγές.....	64
Γράφημα 4.25 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις προτιμήσεις υπηρεσιών SPA και τις ιαματικές πηγές.....	64
Πίνακας 4.26 Προτιμήσεις της μάλαξης και των ιαματικών πηγών.....	65
Γράφημα 4.26 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις προτιμήσεις μεταξύ της μάλαξης και των ιαματικών πηγών.....	65
Πίνακας 4.27 Αγαπημένο είδος μάλαξης.....	65
Γράφημα 4.27 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για το αγαπημένο είδος μάλαξης.....	66
Πίνακας 4.28 Δευτερεύον επιθυμητό είδος μάλαξης	66
Γράφημα 4.28 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για δευτερεύον επιθυμητό είδος μάλαξης	67
Πίνακας 4.29 Αγαπημένο είδος μάλαξης ανά εθνικότητα	67
Πίνακας 4.30 Αγαπημένο είδος μάλαξης ανά εθνικότητα.....	68

Πίνακας 4.31 Αγαπημένο είδος μάλαξης ανά εθνικότητα.....	68
Πίνακας 4.32 Αγαπημένο είδος μάλαξης με βάση το εισόδημα	69
Πίνακας 4.33 Αγαπημένο είδος μάλαξης με γνώμονα την ηλικία.....	70
Πίνακας 4.34 Κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας	70
Γράφημα 4.34 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τα κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας.....	71
Πίνακας 4.35 Κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας με γνώμονα την εθνικότητα.....	72
Πίνακας 4.36: Κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας με γνώμονα την εθνικότητα.....	72
Πίνακας 4.37 Κριτήρια επιλογής ενός κέντρου ευεξίας Spa ανάλογα με το εισόδημα..	72
Πίνακας 4.38 Κριτήρια επιλογής ενός κέντρου ευεξίας Spa ανάλογα με την ηλικία.....	73
Πίνακας 4.39 Ανταπόκριση των ιαματικών πηγών ως τουριστικός προορισμός.....	74
Γράφημα 4.39 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για την ανταπόκριση των ιαματικών πηγών ως τουριστικός προορισμός.....	74
Πίνακας 4.40 Επιλογή μιας φυσικής Ιαματικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα την ηλικία.....	75
Πίνακας 4.41 Επιλογή μιας ιαματικής φυσικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα την εθνικότητα.....	75
Πίνακας 4.42 Επιλογή μιας Ιαματικής φυσικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα την εθνικότητα.....	76
Πίνακας 4.43 Επιλογή φυσικής ιαματικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα το εισόδημα.....	76
Πίνακας 4.44 Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές.....	77
Γράφημα 4.44 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τον συνδυασμό εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές.....	77
Πίνακας 4.45 Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 2.....	78
Γράφημα 4.45 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τον συνδυασμό εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 2.....	78
Πίνακας 4.46 Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 3.....	79
Γράφημα 4.46 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τον συνδυασμό εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 3.....	79

Πίνακας 4.47 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την ηλικία.....	80
Πίνακας 4.48 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την ηλικία.....	80
Πίνακας 4.49 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα.....	81
Πίνακας 4.50 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα.....	81
Πίνακας 4.51 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα το εισόδημα.....	82
Πίνακας 4.52 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα το εισόδημα.....	82
Πίνακας 4.53 Επιπλέον Δραστηριότητες στις διακοπές.....	83
Γράφημα 4.53 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις επιπλέον δραστηριότητες στις διακοπές.....	83
Πίνακας 4.54 Επιπλέον Δραστηριότητες στις διακοπές.....	84
Γράφημα 4.54 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις επιπλέον δραστηριότητες στις διακοπές.....	84
Πίνακας 4.55 Συνδυασμός δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την ηλικία.....	86
Πίνακας 4.56 Συνδυασμός δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα	87
Πίνακας 4.57 Συνδυασμός δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα.....	87
Πίνακας 4.58 Συνδυασμός δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα	87
Πίνακας 4.59 Συνδυασμός δραστηριοτήτων με τις διακοπές των τουριστών με γνώμονα το οικονομικό τους υπόβαθρο.....	88
Πίνακας 4.60 Ανταπόκριση στην επίσκεψη της περιοχής των Θερμοπυλών.....	89
Γράφημα 4.60 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για την ανταπόκριση στην επίσκεψη στις Θερμοπύλες.....	89
Πίνακας 4.61 ΝΑΙ στις Θερμοπύλες	90

Πίνακας 4.62 Προτάσεις βελτιστοποίησης στους χώρους ευεξίας.....	91
Γράφημα 4.62 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις προτάσεις βελτιστοποίησης στους χώρους ευεξίας.....	91
Πίνακας 4.63 Συγκεκριμένες τροποποιήσεις στους χώρους ευεξίας.....	91
Γράφημα 4.63 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις συγκεκριμένες τροποποιήσεις στους χώρους ευεξίας.....	92

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΣΧΗΜΑΤΩΝ/ ΕΙΚΟΝΩΝ/ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΩΝ/ ΧΑΡΤΩΝ

Εικόνα 2.1 Η φυσική ιαματική πηγή των Θερμοπυλών.....	29
Χάρτης 2.1 Δορυφορική εικόνα του Google Earth με τη θέση της πηγής των Θερμοπυλών.....	30
Χάρτης 2.2 Συνοπτικός γεωλογικός χάρτης στην περιοχή της πηγής των Θερμοπυλών.	31
Σχήμα 2.1 Σχηματική Γεωλογική τομή της πηγής Θερμοπυλών.....	31
Διάγραμμα 2.1 Διάγραμμα Piper.....	33
Διάγραμμα 2.2 Ακτινικό διάγραμμα της πηγής Θερμοπύλες_1.....	33
Διάγραμμα 2.3 Ακτινικό διάγραμμα της πηγής Θερμοπύλες_2.....	33
Διάγραμμα 2.4 Διάγραμμα Schoeller της πηγής Θερμοπύλες_1.....	34
Διάγραμμα 2.5 Διάγραμμα Schoeller της πηγής Θερμοπύλες_2.....	34

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

1.1 ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΤΗΣ ΛΕΞΗΣ SPA

Η λέξη "spa" προήλθε πιθανόν από τη λέξη "espa" της Βαλλονίας που σημαίνει σιντριβάνι (Benedetto & Millikan, 1996). Αυτό με τη σειρά του, προήλθε από το όνομα της πόλης του Βελγίου Spa, όπου στον 14^ο αιώνα αποκαλύφθηκε στο μέρος αυτό, μια θεραπευτική ιαματική πηγή.

Άλλη επιρροή προέλευσης της λέξης "Spa" θεωρείται επίσης η λατινική λέξη "spagere" που σημαίνει «διασκορπίζω, πασπαλίζω, υγραίνω» ή μπορεί να είναι ένα ακρωνύμιο της λατινικής φράσης "sanitas per aquas", που σημαίνει «υγεία διαμέσου του νερού». (Croutier, 1992).

Στην Αγγλία χρησιμοποιείται η λέξη "Spa", ενώ στην υπόλοιπη Ευρώπη προτιμάται περισσότερο η λέξη "thermal waters".

Η χρήση του ιαματικού νερού για θεραπευτικούς σκοπούς έχει πολλές προεκτάσεις όπως ενδεικτικά είναι η υδροθεραπεία, η θεραπεία σε χώρους spa, η λουτροθεραπεία (Tubergen & Linden, 2002).

Ως λουτροθεραπεία ορίζεται η κολύμβηση σε φυσικά μεταλλικά ή θερμικά νερά (λουτρό με ανόργανα άλατα, λουτρά θείου, λουτρά Νεκρά Θάλασσα), με χρήση παλμών ή κάνοντας και τα δύο. Τα οφέλη της λουτροθεραπείας είναι πολλαπλά και πολυδιάστατα, (Verhagen et al., 2015) για αυτό και υπάρχει μια ενδεικτική αναφορά αυτών στο επόμενο κεφάλαιο.

1.2 ΣΥΝΤΟΜΗ ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΝΕΡΟΥ ΣΕ ΛΟΥΤΡΑ

Η χρήση του νερού ως θεραπευτικό στοιχείο για την υγεία του ανθρώπου ήταν μια δημοφιλής διαδικασία για ένα ευρύ φάσμα ασθενειών από τα Αρχαία Ελληνικά και Ρωμαϊκά χρόνια (Croutier, 1992).

Στην Ελληνική μυθολογία το νερό αποτελεί πρωταρχικό στοιχείο ζωής καθώς συνδέεται με τη βλάστηση, τη γονιμότητα της γης, την έμπνευση και την ανθρώπινη υγεία. Σύμφωνα με τη μυθολογία οι θεοί Απόλλωνας, Άρτεμις, Ερμής, Δίας, και

Διόνυσος πήραν το πρώτο τους λουτρό αμέσως μετά τη γέννησή τους, αναδεικνύοντας την υδρολατρεία στην αρχαία Ελληνική κοινωνία.

Στην Αρχαία Ελλάδα είχαν συνδέσει τις ιαματικές πηγές με την “ίαση”, καθώς το νερό των πηγών αυτών τους χάριζε τα θεϊκά δώρα της υγείας, της ευεξίας, της ομορφιάς και του σθένους. Η εμπειρία από τη μακροχρόνια χρήση των νερών αυτών αρχικά, και στη συνέχεια η ιατρική τέχνη του Ιπποκράτη έφεραν στο φως ένα αυτόνομο κλάδο θεραπευτικής αγωγής. Την ιαματική υδροθεραπεία. Από τότε ιστορικά δοκίμια, κτίσματα, έργα τέχνης και παραδόσεις φθάνουν στις μέρες μας και αποτελούν ζωντανή μαρτυρία ενός πολιτισμού με φιλοσοφία και αρχές για τη φροντίδα της ανθρώπινης σωματικής, ψυχικής και πνευματική υγείας (Αγγελίδης, 2008).

Οι Έλληνες εκτός από τα λουτρά σε φρέσκο νερό από φυσικές πηγές, προτιμούσαν επίσης και την κολύμβηση στη θάλασσα για θεραπευτικούς σκοπούς. (θαλασσοθεραπεία). Αρχικά, η κολύμβηση ήταν προνόμιο για τους πιο πλούσιους ανθρώπους της εποχής σε ιδιωτικά λουτρά, κατόπιν σε σύντομο χρονικό διάστημα ανοίχτηκαν και τα δημόσια λουτρά για τον υπόλοιπο κόσμο.

Τα λουτρά στην Αρχαία Ελλάδα θεωρούνταν ιερά μέρη και αφιερώνονταν σε πολλές θεότητες (Croutier, 1992), (Schadewalt, 1989).

Κατά τους Ομηρικούς χρόνους, η λουτροθεραπεία χρησιμοποιήθηκε κυρίως για λόγους καθαρισμού και υγιεινής. Μέχρι τον Ιπποκράτη (460-370 π.Χ.), η λουτροθεραπεία θεωρούνταν περισσότερο από ένα απλό μέτρο υγιεινής. ήταν υγιές και ευεργετικό για τις περισσότερες ασθένειες (Jackson, 1990). Σύμφωνα με την υπόθεση του Ιπποκράτη ότι η αιτία όλων των ασθενειών βρισκόταν σε μια ανισορροπία των σωματικών υγρών, για να επανακτήσει κανείς την ισορροπία στην υγεία του, συνίσταται η αλλαγή των συνήθειών και του περιβάλλοντος, η οποία περιελάμβανε κολύμβηση, εφίδρωση, περπάτημα και μασάζ (Looman & Pillen, 1989).

Τα λουτρά συνδυάζονταν τότε συχνά με τον αθλητισμό και την εκπαίδευση, βασικά θεμέλια της ανάπτυξης για την παιδεία ενός ανθρώπου. Μετέπειτα επηρεασμένοι από τους Αρχαίους Έλληνες αξιοποίησαν και οι Αρχαίοι Ρωμαίοι το δικό τους τρόπο χρήσης των μεταλλικών και ιαματικών πηγών. Τα πρώτα θέρετρα Spa φτιάχτηκαν από στρατιώτες (Jackson, 1990).

Τα spa τότε δεν εξυπηρετούσαν μόνο την ανακούφιση των τραυματιών στρατιωτών αλλά και τα κέντρα αναψυχής για τους υγιείς στρατιώτες. Σε αντίθεση με τους Έλληνες, που χρησιμοποιούσαν τα λουτρά μετά από εντατικές σωματικές ασκήσεις για να

χαλαρώσουν, οι Ρωμαίοι θεώρησαν ότι τα λουτρά είναι πιο σημαντικά από ότι η γυμναστική από μόνη της (Schadewalt, 1989).

Το λούσιμο ήταν κοινωνική υποχρέωση και οι μη λουόμενοι όποιοι και εάν ήταν τιμωρούνταν. Εκτός από τον καθαρισμό, τις ασκήσεις, την κοινωνικοποίηση, τη χαλάρωση και τη λατρεία, εφαρμόστηκε επίσης εκτεταμένη ιατρική περίθαλψη. Η «Spra θεραπεία» όπως την αποκαλούσαν τότε, αποτελούσε τη χρήση του νερού σε όλα τα μέρη του σώματος, δηλαδή την εμβάπτιση ολόκληρου του σώματος στο νερό ειδικά για ρευματικές και ουρογεννητικές ασθένειες και ήταν απαραίτητο επίσης για τη θεραπεία, η κατανάλωση υπερβολικών ποσοτήτων νερού (Jackson, 1990), (Schadewalt, 1989), (Αγγελίδης, 2008).

Στην κοινωνία της αρχαίας Ρώμης, πολλοί Έλληνες γιατροί μελέτησαν τη χρήση των θερμών λουτρών ως θεραπευτικό μέσο. Αρχικά ο ρωμαίος Κέλσιος πρώτος καθόρισε τις κύριες ενδείξεις της υδροθεραπείας. Ο Έλληνας φυσιολόγος και γιατρός, Ασκληπιάδης (124 π.Χ.), από την Προύσα φίλος του Κικέρωνα, μελέτησε πρώτος τις καταιονήσεις, ίδρυσε σχολή και εισήγαγε τη γενική υδροθεραπεία καθώς και την πόσιμη, ως θεραπείες μετά από ποικίλες ασθένειες, συνιστώντας την κολύμβηση σε λουτρά, τόσο για θεραπευτικούς όσο και για προληπτικούς λόγους (Jackson, 1990), (Αγγελίδης, 2008).

Ο δεύτερος σπουδαιότερος Έλληνας γιατρός μετά τον Ιπποκράτη, ο Γαληνός από την Πέργαμο (131-201 μ.Χ.), ο οποίος ήταν και φιλόσοφος, αποτέλεσε τη σημαντικότερη μορφή της εποχής εκείνης. Ο Γαληνός μελέτησε τα γραπτά του Ιπποκράτη και διαχώρισε τα λουτρά με βάση τη θερμοκρασία και τη χημική σύσταση του νερού καθώς επίσης, καθόρισε τα θεραπευτικά λουτρά με τη χρήση του θαλάσσιου νερού. Σύστηνε τη χρήση του κρύου νερού, μια διαδικασία η οποία επανεξετάστηκε μετέπειτα περιοδικά σε όλες τις ηλικίες και υποστήριξε τη χρήση του νερού για τη θεραπεία διαφόρων ασθενειών (Routh et al., 1996), (Αγγελίδης, 2008).

Στη Ρώμη αναπτύχθηκαν τρεις διαφορετικοί τύποι λουτρών: τα λουτρά στο σπίτι “balnea”, τα ιδιωτικά λουτρά “balnea privata” και τα δημόσια λουτρά “balnea publica”, τα οποία διοικούνταν από το κράτος (Schadewalt, 1989).

Μετέπειτα με την εισαγωγή των υδραγωγείων τα δημόσια λουτρά εξελίχθηκαν σε τεράστιες και εντυπωσιακές εγκαταστάσεις τις λεγόμενες για την εποχή «θήρμες» με χωρητικότητα για χιλιάδες ανθρώπους. Κατά τη διάρκεια της ακμής της ρωμαϊκής κουλτούρας με τα λουτρά, οι κάτοικοι της Ρώμης χρησιμοποιούσαν μέχρι και 1400

λίτρα νερού ανά άτομο ανά ημέρα, κυρίως για την εμβάπτιση τους, δηλαδή το μπάνιο τους στα λουτρά (Hall et al. 1996).

Οι ρωμαϊκές λεγεώνες, μακριά από την πατρίδα τους, έχτισαν τα δικά τους λουτρά σε μεταλλικές και ιαματικές πηγές στις νέες περιοχές που είχαν πλέον κατακτήσει σε διάφορα μέρη της Ευρώπης. (Elkayam et al., 1991). Καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής η ρωμαϊκή κουλτούρα των λουτρών μετατράπηκε σταδιακά προς μια θέση χαλάρωσης και ευχαρίστησης και όχι τόσο πλέον για την ιατρική τους περίθαλψη, αν και εξακολουθούσε να παρέχεται και αυτό όταν κάποιος το επιθυμούσε. Προς το τέλος της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας οι θέρμες έχασαν το στόχο τους που ήταν η υγεία των πολιτών και αρχίζει μία περίοδος παρακμής για την υδροθεραπεία και την κλιματοθεραπεία.

Καυτηριάζονται ο πλούτος, η πολυτέλεια, η ελευθερία των ηθών με συνέπεια να μειώνεται ο αριθμός των λουομένων. Παράλληλα έχουμε και μεγάλες καταστροφές από τις επιδρομές των βορειοανατολικών λαών της Ευρώπης (Αγγελίδης, 2008).

Οι Ρωμαίοι προωθούσαν πλέον τα λουτρά για ευχαρίστηση και έτσι αυτά μετατράπηκαν τότε σε κέντρα για διάφορες σεξουαλικές πρακτικές (Franke et al., 2000).

Η αποδυνάμωση των ηθικών παραγόντων καθώς και οι ιατρικές ενδείξεις για κολύμβηση, εξαφανίστηκαν και τα λουτρά μετατράπηκαν σε στέκια ευχαρίστησης (Schadewalt, 1989).

Από τον 5^ο μέχρι και τον 13^ο αιώνα η λουτροθεραπεία δέχεται έντονη κριτική. Από τον 13^ο αιώνα οι μοναχοί πρωτοστατούν στην αναδιοργάνωση των λουτροπόλεων. Η ανάγκη των πολιτών να φροντίσουν την υγεία και η ελπίδα για ποιότητα ζωής είναι ισχυρότερα από κάθε μορφή απειλής και έτσι ο κόσμος σε πολλές περιοχές της Ευρώπης άρχισε να κινείται προς τις λουτροπόλεις.

Οι Έλληνες του Βυζαντίου καθώς και άλλοι ανατολικοί λαοί ωστόσο διακρίνονται για τη λουτροφιλία τους. Στον Ελληνικό χώρο σώζονται πολλά βυζαντινά κτίσματα λουτροθεραπείας (Αγγελίδης, 2008).

1.3 ΜΕΛΕΤΕΣ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ - ΛΟΥΤΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ SPA

Τα οφέλη της λουτροθεραπείας είναι πολλαπλά και πολυδιάστατα (Verhagen et al., 2015). Ενδεικτικά θα γίνει μια σχετικά συνοπτική αναφορά σε ένα μέρος από το πλήθος των ευεργετικών συμπτωμάτων της λουτροθεραπείας, ώστε να γίνει αντιληπτό

ο βαθμός σπουδαιότητας της χρήσης του ιαματικού νερού και της επενδυτικής πρόκλησης που μπορεί να αποφέρει η αξιοποίησή τους.

Η υδροθεραπεία εκτιμάται σύμφωνα με τους Bender et al.(2014), ως μια παραδοσιακή θεραπευτική μέθοδος στην ιατρική. Βάσει των 122 μελετών υδροηλεκτρικής και υδροθεραπείας, που έγιναν στα θερμικά μεταλλικά νερά της Ουγγαρίας με 18 κλινικές δοκιμές, εξετάστηκαν ως εξής: Πέντε από αυτούς αξιολόγησαν την επίδραση της υδροθεραπείας και λουτροθεραπείας στον χρόνιο πόνο χαμηλής πλάτης, τέσσερις στην οστεοαρθρίτιδα του γόνατος και δύο στην οστεοαρθρίτιδα του χεριού. Μια από τις υπόλοιπες επτά μελέτες αξιολόγησε τη λουτροθεραπεία σε χρόνιες φλεγμονώδεις πυελικές ασθένειες.

Τα αποτελέσματα των μελετών αυτών, επιβεβαίωσαν την ευεργετική επίδραση της λουτροθεραπείας στον πόνο σε ασθενείς με εκφυλιστικές παθήσεις των αρθρώσεων και των νωτιαίων μυών. Ένα ευεργετικό ακόμη αποτέλεσμα έχει βρεθεί στη χρόνια φλεγμονώδη νόσο της πύελου. Η λουτροθεραπεία λοιπόν έχει ωφέλιμες αντιοξειδωτικές δράσεις στις μεταβολικές και φλεγμονώδεις δράσεις. Πιο συγκεκριμένα βάσει των αποτελεσμάτων αυτών, εκπονείται το συμπέρασμα ότι η λουτροθεραπεία με ουγγρικά θερμικά μεταλλικά νερά αποτελεί αποτελεσματικό φάρμακο για τον πόνο της κάτω ράχης, για την οστεοαρθρίτιδα του γόνατος και του χεριού καθώς και στη χρόνια φλεγμονώδη νόσο της πύελου.

Η χρήση και η αποτελεσματικότητα της θεραπείας Spa σε ασθενείς με ρευματικές και μυοσκελετικές παθήσεις προκύπτει και διεξήχθη από τη μελέτη των Karagülle et. al (2017) που εφαρμόστηκε σε 819 ασθενείς. Πιο συγκεκριμένα τα αποτελέσματα της μελέτης αυτής υποδεικνύουν ότι η θεραπεία spa είναι αποτελεσματική σε μια ποικιλία ρευματικών και μυοσκελετικών ασθενειών, οι οποίες αναφέρονται λεπτομερώς παρακάτω, βελτιώνοντας έτσι τον πόνο και τη λειτουργία των μυών και των αρθρώσεων.

Συμπερασματικά λοιπόν κατόπιν της έρευνας αυτής, σημειώθηκε σημαντική μείωση των βαθμών του πόνου και στατιστικά σημαντική βελτίωση της λειτουργίας των μυϊκών ιστών και των αρθρώσεων. Με εξαίρεση τη ρευματοειδή αρθρίτιδα και τις υποομάδες της οστεοαρθρίτιδας του ισχίου και της τενοντίτιδας της περιστροφικής σφαίρας, εντοπίστηκε σε όλους τους ασθενείς, αισθητή μείωση του πόνου ιδίως σε ασθενείς με ινομυαλγία, σε ασθενείς είτε με κήλη οσφυϊκής δίσκου, είτε με κήλη στον αυχένα, στους πάσχοντες με πόνους στην πλάτη, σε ασθενείς με αγκυλοποιητική σπονδυλίτιδα, ασθενείς με ρευματοειδή αρθρίτιδα, τενοντίτιδα περιστροφικής

μανσέτας και σε 14 άλλες μυοσκελετικές καταστάσεις όπως είναι η σκολίωση, η μετεγχειρητική τενονσιονίτιδα, η συγγενής εξάρθρωση ισχίου σε ενήλικες, η ασθένεια του Behçet, η τεννοπάθεια του Quervain, η ψωριασική αρθρίτιδα, η οστεοπόρωση, σε αποκατάσταση κατάγματος και στη διάχυτη ιδιοπαθή σκελετική υπερστασία.

Κατόπιν αυτών των αναλύσεων και αποτελεσμάτων, η θεραπεία με Spa, προτείνεται και ασκείται κυρίως για την οστεοαρθρίτιδα, την ινομυαλγία, την κήλη του οσφυϊκού δίσκου και του μηριαίου πόνου, και λιγότερο για την αγκυλοποιητική σπονδυλίτιδα, τη ρευματοειδή αρθρίτιδα και την τενοντίτιδα περιστροφικής περιχειρίδας.

Οι Gunay et al., (2017), μελέτησαν πως μπορεί να αποκατασταθεί η αγκυλοποιητική σπονδυλίτιδα, μια πάθηση η οποία μπορεί να προκαλέσει σοβαρές λειτουργικές διαταραχές που οδηγούν σε απώλεια της ισορροπίας, διερευνώντας τις επιδράσεις των ασκήσεων ισορροπίας και της ορθοστατικής σταθερότητας σε πρόγραμμα αποκατάστασης βασισμένο σε spa. Για τους ασθενείς με αγκυλοποιητική σπονδυλίτιδα, εκτιμήθηκε ότι η φυσιοθεραπευτική πρακτική στο ιαματικό νερό συν τις ασκήσεις εδάφους για 5 ημέρες την εβδομάδα επί 3 εβδομάδες επιφέρουν την αύξηση της διάρκειας διατήρησης της ισορροπίας και σταθερότητας και βελτίωση από τα οφέλη της φυσιοθεραπείας.

Σύμφωνα με την ανασκόπηση της Cochrane κατά την οποία αξιολογήθηκαν οι επιδράσεις της λουτροθεραπείας, σε ασθενείς με ρευματοειδή αρθρίτιδα, απεφάνθη ότι υπάρχει βελτίωση στους ασθενείς αυτούς σε ότι σχετίζεται με τον πόνο, την αναπηρία, τις τρυφερές αρθρώσεις, τις διογκωμένες αρθρώσεις και τις ανεπιθύμητες ενέργειες της φαρμακευτικής αγωγής που τους χορηγείται (Verhagen et al., 2015).

Ακόμη σύμφωνα με τη μελέτη που διεξήχθη από τους Santos et.al., (2016) στην ομάδα που έλαβε θεραπείες spa για 21 ημέρες στο S. Jorge Spa-Santa Maria da Feira, έναντι με την ομάδα των ασθενών που συνέχισαν τη συνήθη φαρμακευτική τους αγωγή, απεφάνθη ότι τα άτομα τα οποία πάσχουν από πόνους τόσο σε φυσικό επίπεδο όσο και στο ψυχολογικό, οι θεραπείες spa είναι επωφελείς για αυτούς και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

1.3.1 Οφέλη της θερμής λουτροθεραπείας

Η θερμή λουτροθεραπεία σύμφωνα με τους Yang et al., (2018) ανακουφίζει το ψυχολογικό άγχος, τις διάφορες διαταραχές του ύπνου, κάποια γυναικολογικά προβλήματα και γενικά υποβοηθά σε διάφορα προβλήματα υγείας σε υπο-υγιείς

ανθρώπους. Το πόρισμα αυτό επιβεβαιώθηκε μετά από δοκιμές σε 500 εθελοντές στο Τσονγκκίνγκ (Κίνα). Στους εθελοντές της ομάδας ελέγχου που εφαρμόστηκε για διάστημα επί 5 μηνών η θερμή λουτροθεραπεία, σημειώθηκε βελτίωση της κατάστασης της υγείας τους, της ποιότητας του ύπνου και της συναισθηματικής τους κατάστασης. Ο βαθμός βελτίωσης των προαναφερθέντων καταστάσεων της υγείας των υπο-υγείων ανθρώπων, επηρεάζονται ακόμη από τη συχνότητα, τη διάρκεια και το μέρος-τοποθεσία που γίνεται η λουτροθεραπεία.

Σημειώθηκε ακόμη στην ομάδα ηλικιωμένων ανθρώπων, μεγαλύτερη ανακούφιση της αϋπνίας, της κόπωσης και των κραμπών των ποδιών σε σχέση με τα αποτελέσματα της νεώτερης ηλικιακής ομάδας. Όσον αφορά τη φυσική κατάσταση, κατόπιν της εξέτασης διαπίστωσε ότι οι περιφέρειες της μέσης σε γυναίκες ηλικίας κάτω των 55 ετών μειώθηκαν σημαντικά στην ομάδα που ακολούθησε τη θερμή λουτροθεραπεία, ενώ οι άνδρες δεν άλλαξαν σημαντικά. Συμπερασματικά η θερμή λουτροθεραπεία βελτιώνει γενικότερα την υγεία των υπο-υγείων ανθρώπων, προσφέροντας ανακούφιση από το άγχος, τις διαταραχές του ύπνου, επιφέροντας μείωση στην περιφέρεια της μέσης των γυναικών και όλα αυτά τα οφέλη σημειώνουν καλύτερα ακόμη αποτελέσματα για τους ανθρώπους της τρίτης ηλικίας.

Για τη θεραπευτική χρήση του θερμού ιαματικού νερού στην περιοχή της Νάπολης, στο βόρειο άκρο της, στο νησί Pithecusa (Ischia), οι Ricciardi et al., (2016) ανέλυσαν τα νεφρικά θεραπευτικά οφέλη της θερμικής ορυκτής πηγής Pithacusa μέσω της ανασκόπησης δύο διαφορετικών χειρογράφων του "Di Napoli il seno cratero" του Ντομένιο Αντόνιο Παρρίνο (1642-1708) και του "De 'rimed naturali che sono nell'isola di Pithecusa oggi detta Ischia" του Giulio Iasolino (1583-1622).

Αυτά τα δύο χειρόγραφα δημοσιεύθηκαν κατά τον 18ο αιώνα και τονίζουν εξίσου και τα δυο, τις θερμικές αρετές των ιαματικών πηγών της Pithecusa. Αποκαλύπτουν λοιπόν ότι στο παρελθόν οι φυσικές θεραπείες ήταν σημαντικές για τη θεραπεία διαφόρων ασθενειών, περιλαμβανομένων και των ιαματικών πηγών που χρονολογούνται από την αρχαία Ρώμη. Οι θερμικές πηγές χρησιμοποιήθηκαν για τη θεραπεία δερματικών παθήσεων, τριχόπτωσης και διαφόρων νεφρικών παθήσεων. Και τα δύο χειρόγραφα περιγράφουν τις ιαματικές πηγές στην Ίσκια (Ischia) και τα θεραπευτικά τους οφέλη σε ιατρικές ασθένειες.

Η θερμή λουτροθεραπεία μπορεί επίσης να βελτιώσει την κινητικότητα του εντέρου σε ασθενείς με μεσοπρόθεσμη δυσκοιλιότητα, καθώς και των ανθρώπων της τρίτης ηλικίας, βελτιώνοντας ταυτόχρονα και την ποιότητα ζωής των ανθρώπων αυτών.

Κατόπιν της μελέτης των Dandinoglu et al., (2017) που διεξήχθη στη θερμή φυσική πηγή Bursa της Τουρκίας, ύστερα από την τριών εβδομάδων λουτροθεραπεία στο μεταλλικό νερό της πηγής αυτής, παρουσιάστηκε μεγάλη βελτίωση της γαστρεντερικής κινητικότητας, καθώς και μείωση της κατανάλωσης των καθαρτικών, τα οποία χρησιμοποιούνταν από τους πάσχοντες μεσήλικες και τους ηλικιωμένους ανθρώπους, για τη διαχείριση της δυσκοιλιότητάς τους. Απαιτούνται περαιτέρω έρευνες σε ασθενείς με χρόνια δυσκοιλιότητα.

1.3.2. Οφέλη των ορυκτών στοιχείων για τον άνθρωπο από τη χρήση των ιαματικών πηγών

Σύμφωνα με τους Moger et al., (2017), μελετήθηκε ο ρόλος των ορυκτών στοιχείων και άλλων χημικών ενώσεων, που χρησιμοποιούνται στα ιαματικά λουτρά, για τη συμβολή του ρόλου των ορυκτών και άλλων χημικών ενώσεων στη θεραπεία του spa. Η έρευνα αυτή αν και χρήζει περαιτέρω έρευνες λόγω του διπλού δεσμού (double-blind investigation).

Συνολικά αυτή η μελέτη διεξήχθη σε 12 διαφορετικά “Health Spas” και 8 κέντρα αποκατάστασης, των Χωρών της Αυστρίας, Γερμανίας, Τουρκίας, Ισραήλ, Ιράν και Ουγγαρίας, όπου αξιολογήθηκαν 1118 ασθενείς με ρευματολογικές και διάφορες μυοσκελετικές ασθένειες όπως οστεοαρθρίτιδα γόνατος, οστεοαρθρίτιδα χεριών, με χρόνιους πόνους της κάτω οσφυϊκής χώρας, ασθενείς με ρευματοειδή αρθρίτιδα και οστεοπόρωση. Η θεραπεία στην οποία υποβλήθηκαν οι ασθενείς εμπεριείχε τα λουτρά μεταλλικού νερού ή και τη λάσπη-πηλό, με ή χωρίς άλλες μορφές θεραπείας, όπως φυσική θεραπεία ή άσκηση.

Η θεραπεία με μεταλλικό νερό ή μεταλλική λάσπη είχε καλύτερα αποτελέσματα στην ανακούφιση του πόνου των ασθενών με μυοσκελετικές και ρευματολογικές ασθένειες, τη βελτίωση της καλής λειτουργίας (του οργανισμού), την ποιότητα ζωής, τις κλινικές παραμέτρους και άλλες σε ορισμένες ρευματολογικές παθήσεις (οστεοαρθρίτιδα γόνατος και χεριών, χρόνιος πόνος στη χαμηλή πλάτη, ρευματοειδής αρθρίτιδα και οστεοπόρωση) -άλλες παρόμοιες θεραπείες.

1.3.3. Τα κλινικά οφέλη της πηλοθεραπείας

Θεραπευτικός πηλός που χρησιμοποιείται στην πηλοθεραπεία, είναι μίγμα υπέρθερμο ή υπερθερμαινόμενο το οποίο προέρχεται από την αναλογική πρωτογενή ανάμειξη ή πιο συχνά δευτερογενή, ενός στερεού συστατικού, κατεξοχήν αργιλικού με φυσικό θερμό

νερό και χρησιμοποιείται στις λουτροπόλεις ως μέσο θεραπευτικής αγωγής (Αγγελίδης, 2008). Οι κλινικές μελέτες των Ortega et al., (2017) αποκαλύπτουν τα κλινικά οφέλη της πηλοθεραπείας ως μηχανισμός με αντιφλεγμονώδη δράση σε ασθενείς με οστεοαρθρίτιδα και οφέλη στη ρύθμιση της φλεγμονής και του στρες.

Σύμφωνα με τη μελέτη αυτή αξιολογήθηκε η επίδραση ενός κύκλου 10 ημερών πηλοθεραπείας στο Spa κέντρο “El Raroso” της Ισπανίας, σε μια ομάδα 21 ασθενών με οστεοαρθρίτιδα, που είχαν διαγνωσθεί με πρωτογενή οστεοαρθρίτιδα γόνατος. Κλινικά αξιολογήθηκε η ένταση του πόνου, η δυσκαμψία, η φυσική λειτουργία του ασθενούς, καθώς και η ποιότητα ζωής του που σχετίζεται με την υγεία του χρησιμοποιώντας το ερωτηματολόγιο EuroQol-5D. Μετά τον κύκλο θεραπείας με λάσπη, οι ασθενείς με οστεοαρθρίτιδα, βελτίωσαν τη γωνία κάμψης του γόνατος και τον πόνο, τη δυσκαμψία και τη φυσική λειτουργία που σχετίζονται με την οστεοαρθρίτιδα και ανέφεραν μια καλύτερη ποιότητα ζωής που σχετίζεται με την υγεία. Ακόμη μειώθηκαν αισθητά οι συγκεντρώσεις στα επίπεδα φλεγμονώδους κυτοκίνης ορού, τα οποία αξιολογήθηκαν χρησιμοποιώντας το σύστημα Bio-Plex® Luminex®. Επιπλέον αυξήθηκαν σημαντικά τα συστημικά επίπεδα κορτιζόλης. Αυτά τα αποτελέσματα επιβεβαιώνουν ότι τα κλινικά οφέλη της θεραπείας με λάσπη μπορεί να επιδράσουν τουλάχιστον εν μέρει θετικά, στα συστημικά αντιφλεγμονώδη αποτελέσματά και τη ρύθμιση του νευροενδοκρινικού-ανοσοποιητικού συστήματος σε ασθενείς με οστεοαρθρίτιδα.

Συμπερασματικά λοιπόν η θεραπεία με λάσπη θα μπορούσε να αποτελέσει μια αποτελεσματική εναλλακτική θεραπεία στη διαχείριση της οστεοαρθρίτιδας.

Ακόμη και συνδυαστικά, η εφαρμογή της λάσπης με την επίδραση των θεραπειών ενός spa, έχει αποτελέσματα στη μείωση της αντίληψης της έντασης του πόνου σε παθήσεις που συνοδεύονται από χρόνια πόνο, καθώς αυτό μελετήθηκε από τους Kuciel-Lewandowska & Paprocka-Borowicz (2015). Η μελέτη αυτή διεξήχθη στο spa “Przerzeczyn-Zdrój” της Πολωνίας και εφαρμόστηκε σε 120 ασθενείς με εκφυλιστικές αρθρώσεις και με ασθένεια του δίσκου.

Η χρήση των θεραπευτικών φυσικών πόρων του Spa που ακολουθήθηκε αποτελούνταν από πηλοειδής λάσπη, θεραπευτικό νερό από ραδόνιο και σουλφίδιο, καθώς επίσης και την εφαρμογή φυσιοθεραπειών για διάστημα 21 ημερών. Σύμφωνα με τη μελέτη αυτή όπου χρησιμοποιήθηκε το πρόγραμμα «Statistica» για την ανάλυση των αποτελεσμάτων, παρατηρήθηκε ότι μέσω των θεραπειών που διεξήχθησαν στο spa, υπήρχε εμφανής μείωση των επιπέδων της έντασης του πόνου στις ανωτέρω παθήσεις.

1.3.4. Τα κλινικά οφέλη της μάλαξης

Το παραδοσιακό μασάζ είναι μια αρχαία πρακτική σε πολλά μέρη της Ασίας. Έχει πολλά οφέλη που αναγνωρίζονται επί του παρόντος παγκοσμίως. Εντούτοις, μπορεί να είναι επικίνδυνο και ακόμη και θανατηφόρο αν ασκείται χωρίς επαρκείς γνώσεις και δεξιότητες. (Abilash et al., 2017).

Παρόλο που στη σύγχρονη ιατρική λίγο είναι γνωστό αν η μάλαξη, συνίσταται σε ασθενείς με καρκίνο που λαμβάνουν θεραπεία, σύμφωνα με την πρόσφατη μελέτη των Cowen et al., (2017) παρουσιάζεται ότι το μασάζ και οι ενεργειακές θεραπείες τύπου «Reiki» και «Therapeutic Touch», προσφέρουν στους ασθενείς με καρκίνο οφέλη για την ποιότητα ζωής τους. Οφέλη από συμπτώματα σχετιζόμενα με τον καρκίνο και με τη θεραπεία του καρκίνου, όπως είναι η ανακούφιση από τον πόνο, το άγχος και η κόπωση.

Μια ακόμη πρόσφατη διασταυρούμενη τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη δοκιμή σε 50 ασθενείς, από τους Karagülle et al., (2017), κατέληξε ότι η προσθήκη θεραπειών ενός χώρου spa, σε συνδυασμό με τη φαρμακολογική αγωγή είναι επωφελής για τη ρευματοειδή αρθρίτιδα.

Το συγκεκριμένο πρόγραμμα θεραπείας Spa που ακολούθησαν οι ασθενείς αυτοί περιελάμβανε έξι ημέρες την εβδομάδα χρήση αλατούχου νερού στους 36-37 ° C για 20 λεπτά για συνολική διάρκεια δυο εβδομάδων. Ακόμη από τη συγκεκριμένη δοκιμή σημειώθηκε μια τάση προς βελτίωση του πόνου ($p=0,069$) και των διογκωμένων αρθρώσεων ($p=0,070$), με διάρκεια ζωής αυτών των ευεργετικών αποτελεσμάτων τους έξι μήνες. Μια spa θεραπεία δυο εβδομάδων συμπληρωματικά με τη συνήθη φαρμακολογική θεραπεία, παρέχει ευεργετικά κλινικά αποτελέσματα σε σύγκριση με τις συνήθεις φαρμακολογικές θεραπείες από μόνες τους, σε ασθενείς με ρευματοειδή αρθρίτιδα.

Συμπερασματικά λοιπόν η spa θεραπεία, ως συμπλήρωμα με τη συνήθη φαρμακολογική θεραπεία, έχει οποιαδήποτε ωφέλιμη επίδραση σε ασθενείς με ρευματοειδή αρθρίτιδα.

Οι Miller et al., (2017) διερεύνησαν πρωτοτυπώντας την πιθανή αναβολική επίδρασή του του μασάζ σε ατροφικούς μύες. Έτσι λοιπόν η μάλαξη, με τη μορφή κυκλικής συμπιεστικής φόρτισης συνδέεται με πολλαπλά οφέλη για την υγεία και μέσω της έρευνας αυτής, απεφάνθη το συμπέρασμα ότι το μασάζ με τη μορφή κυκλικής συμπιεστικής φόρτισης, προκαλεί αναβολική ανταπόκριση στους μύες όταν αυτό

παρουσιάζεται μετά από ένα γεγονός που τους προκαλεί ατροφία. Έτσι οι Miller et al. (2017) προτείνουν τη χρήση του μασάζ να χρησιμοποιείται ως παρέμβαση για να βοηθήσει στην αναγέννηση των μυών που χάνονται κατά την ακινητοποίηση.

Μια άλλη μελέτη των Romanowski et al., (2017) στοχεύει στη σύγκριση της αποτελεσματικότητας του έντονου και βαθύ μασάζ ιστών, το λεγόμενο «Deep Tissue Massage» και του θεραπευτικού μασάζ «Therapeutic Massage» στη διαχείριση ασθενών με αγκυλοποιητική σπονδυλίτιδα. Η μελέτη αυτή υποδηλώνει ότι το μασάζ μπορεί να έχει κλινικά οφέλη για τη θεραπεία των ασθενών αυτών. Σύμφωνα πάντως με τους Romanowski et al., (2017) δεν υπάρχουν στατιστικές σημαντικές διαφορές μεταξύ των ομάδων που μελετήθηκαν, εκτός από τον Δείκτη δραστηριότητας νόσου Αγκυλοποιητικής Σπονδυλίτιδας του Μπάνιου και την ένταση του πόνου της κάτω ράχης.

Μελέτες ωστόσο έχουν αποκαλύψει πολλά πλεονεκτήματα και για τη Σουηδική μάλαξη. Σύμφωνα με τους Barreto & Batista (2017), «το σουηδικό μασάζ είναι η συστηματική εφαρμογή της χειροκίνητης πίεσης και της κίνησης των μαλακών ιστών, με ρυθμική πίεση και χαλάρωση για την επίτευξη ή διατήρηση της υγείας».

Στην παρούσα μελέτη σκοπός των ερευνητών ήταν να προσδιοριστούν τα αποτελέσματα προηγούμενων μελετών που αξιολόγησαν τα οφέλη της σουηδικής μάλαξης για διάφορους πληθυσμούς και να τονισθεί η σημασία του ως εναλλακτική ιατρική πρακτική στην προαγωγή της υγείας και την πρόληψη ασθενειών.

Μετά τον έλεγχο που εφάρμοσαν, σημειώθηκε συνολικός αριθμός στα 4516 άρθρα, εκ των οποίων τα 117 άρθρα στον επανέλεγχο συγκεντρώθηκαν, με μόνο 11 στο τέλος από τις μελέτες αυτές, πληρούσαν τα κριτήρια ένταξης. Οι μελέτες έδειξαν ευεργετικά αποτελέσματα στις περισσότερες περιπτώσεις, συμπεριλαμβανομένης της βελτιωμένης ρινικής αναπνοής και καθαριότητας στα παιδιά, μειωμένο το αίσθημα του πόνου στην πλάτη για νοσηλευτές και βελτιωμένης λειτουργίας των επινεφριδίων σε βρέφη.

Ωστόσο, η μάλαξη δεν είναι εντελώς απεριόριστη και πρέπει να εφαρμόζεται από έναν επαγγελματία πολύ προσεκτικά. Συμπερασματικά λοιπόν η σουηδική μάλαξη έχει δείξει ευεργετικά αποτελέσματα για πολλούς πληθυσμούς και μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως θεραπεία. Ακόμη η χρήση της στην πρόληψη ασθενειών συνιστάται ιδιαίτερα. (Barreto & Batista, 2017). Οι Furlan et al., (2009) και ο Woodward (2010), αξιολόγησαν τις επιδράσεις της μάλαξης για τους πόνους χαμηλά στην πλάτη.

Ο χαμηλός πόνος στην πλάτη είναι ένα από τα πιο κοινά και δαπανηρά μυοσκελετικά προβλήματα στη σύγχρονη κοινωνία. Σύμφωνα λοιπόν με τους Furlan et al., (2009) το

μασάζ μπορεί να είναι επωφελές για τους ασθενείς με υποξεία και χρόνιους πόνους στην πλάτη, ειδικά όταν συνδυάζονται με ασκήσεις και εκπαίδευση.

Τα στοιχεία δείχνουν ότι το μασάζ βελονισμού είναι πιο αποτελεσματικό από το κλασικό μασάζ, αλλά αυτό χρειάζεται επιβεβαίωση με περαιτέρω μελέτες ώστε να επιβεβαιωθούν αυτά τα συμπεράσματα, να αξιολογηθεί ο αντίκτυπος του μασάζ όταν ο πάσχων επιστρέφει στην εργασία του και να καθοριστεί η σχέση κόστους και αποτελεσματικότητας του μασάζ ως παρέμβαση για τον πόνο χαμηλά στην πλάτη-οσφυαλγία. Η μελέτη των Adamczyk et al., (2016) αξιολόγησε την αποτελεσματικότητα του μασάζ με πάγο και της εμβάπτισης του πάσχοντα σε κρύο νερό, ως πιθανό όφελος στην πρόληψη της εμφάνισης του μυϊκού πόνου για την ανάρρωση μετά από άσκηση.

Η εμβάπτιση με κρύο νερό και το μασάζ με πάγο χρησιμοποιούνται συνήθως για την πρόληψη της καθυστερημένης εμφάνισης του μυϊκού πόνου. Εβδομήντα δύο ώρες μετά την άσκηση παρατηρήθηκε σαφής μείωση της δυσφορίας στις ομάδες που δέχθηκαν το μασάζ πάγου καθώς και στις ομάδες των ανθρώπων αυτών που εμβάπτιστηκαν σε κρύο νερό, σε σύγκριση με την ομάδα που απλώς είχε μια παθητική ανάκαμψη.

Συμπερασματικά λοιπόν συνιστάται η χρήση του μασάζ με πάγο όταν οι αθλητές βιώνουν εντοπισμένη μυϊκή κόπωση και αντίστοιχα συνιστάται η εμβάπτιση με κρύο νερό σε περιπτώσεις γενικής ή γενικευμένης μυϊκής βλάβης ή κόπωσης. Τέλος όταν η μάλαξη συνοδεύεται και από την παρέμβαση της μουσικής, ο συνδυαστικός αυτός αντίκτυπος, έχει θετική ανταπόκριση σε διάφορα επίπεδα σε ασθενείς μέσα σε νοσοκομείο. Τα ποιοτικά ευρήματα υποδεικνύουν οφέλη που σχετίζονται με μια βελτιωμένη νοσοκομειακή εμπειρία, την καλύτερη διαχείριση του πόνου των ασθενών και τη σύνδεση αυτών με τον θεραπευτή της μουσικής ή με τον θεραπευτή της μάλαξης. (Roseen et al., 2017).

1.3.5. Τα κλινικά οφέλη της Σάουνα

Τα οφέλη της σάουνα έχουν τεκμηριωθεί με πολλές μελέτες και βεβαιώνεται ότι με τη χρήση της μειώνεται ο κίνδυνος των αναπνευστικών νόσων. Πιο συγκεκριμένα σε ασθένειες με χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, άσθμα ή πνευμονία η συχνή χρήση της σάουνα, 2-3 συνεδρίες σάουνας ανά εβδομάδα, αποτρέπει τα συμπτώματα των ασθενειών αυτών. (Kunutsor et al., 2017).

Σύμφωνα ακόμη με τους Donndorf et al., (2015) η χρήση της Φιλανδικής σάουνα (90 °C), εμπεριέχει οφέλη σε υγιή άτομα και σε ασθενείς με καρδιακά νοσήματα. Κατόπιν αναλύσεως του αίματος υγιών αντρών εθελοντών ηλικίας 20-30 χρόνων, που χρησιμοποίησαν τη Φιλανδική σάουνα σε συχνότητα 3 φορές για 10 λεπτά ανά εβδομάδα, παρουσιάστηκε αύξηση των ενδοθηλιακών προγονικών κυττάρων του αίματος και των αποικιών τους. Σύμφωνα λοιπόν με τη μελέτη αυτή, θεωρείται ότι στους ασθενείς με καρδιακά νοσήματα οι παραπάνω τιμές αποτελεσμάτων, θα σημειώνουν μεγαλύτερη κλίμακα προς όφελος της υγείας των ασθενών.

Ο Crinnion (2011) επίσης υποστήριξε τους λόγους όπου η σάουνα εδώ και εκατοντάδες χρόνια χρησιμοποιείται στην Σκανδιναβία και λόγω των πολυάριθμων οφέλη της, κατέστη ως στοιχείο της κουλτούρας τους για την υγεία.

Τις τελευταίες δεκαετίες έχει γίνει δημοφιλής η χρήση της και στην Ευρώπη και στις Ηνωμένες Πολιτείες (Kluger, 2011). Τα οφέλη της είναι πολλαπλά ιδίως στα άτομα που τη χρησιμοποιούν τακτικά. Ορισμένα από τα οφέλη της σάουνα είναι τα εξής: καρδιαγγειακά οφέλη , τα αυτοάνοσα νοσήματα, σε τοξικές βλάβες του οργανισμού και άλλα χρόνια προβλήματα υγείας.

Μελέτες τεκμηριώνουν την άμεση χρησιμότητα της σάουνα σε άτομα που πάσχουν από υπέρταση, συμφορητική καρδιακή ανεπάρκεια (Kluger, 2011), (Crinnion, 2011) και σε ασθενείς μετά από έμφραγμα του μυοκαρδίου. Ακόμη ωφελούνται άτομα με χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, χρόνια κόπωση, χρόνια πόνου ή διαφόρων ειδών εθισμούς.

Γενικά η τακτική χρήση της σάουνα είτε με ακτινοβολούμενη θερμότητα, είτε είναι μονάδες υπέρυθρης ακτινοβολίας, είναι ασφαλής και θεωρείται μέρος του πρωτοκόλλου της θεραπείας για την απομάκρυνση των προαναφερθέντων ασθενειών. (Crinnion, 2011). Τα οφέλη από τη χρήση της σάουνας στην πρόληψη και τη θεραπεία ενισχύονται ακόμη και σύμφωνα με τα νέα ευρήματα του Γερμανού Brenke (2015). Ο Brenke υποστηρίζει το προληπτικό και θεραπευτικό δυναμικό αυτής της παρέμβασης δηλαδή της σάουνα, η οποία μπορεί να βοηθήσει συμπληρωματικά στην ενίσχυση της διαχείρισης του πόνου, όπως στην ινομυαλγία, καθώς και στην πρόληψη και θεραπεία κοινών ασθενειών του τρόπου ζωής, όπως είναι το άγχος, οι μεταβολικές ασθένειες ή ο διαβήτης τύπου 2.

1.4 ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΙΘΑΝΗΣ ΕΠΙΠΤΩΣΗΣ ΑΠΟ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΡΑΔΙΕΝΕΡΓΩΝ ΤΩΝ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ

Μελετήθηκε σύμφωνα με τους Botha et al., (2016) και η περίπτωση αν θα μπορούσε το ραδόνιο των ιαματικών πηγών να καθίσταται βλαβερό για την υγεία του ανθρώπου.

Στο Δυτικό Ακρωτήριο της Νοτίου Αφρικής σε ένα τουριστικό θέρετρο spa «Avalon Springs» στο Μοντάγκου, μετρήθηκαν τόσο στο νερό, όσο και στον αέρα, οι συγκεντρώσεις δραστηκότητας του ραδονίου, ώστε να εκτιμηθεί η σχετική αποτελεσματική δόση που έλαβαν οι εργαζόμενοι και οι επισκέπτες. Η καταγραφή των μετρήσεων του ραδονίου έγινε με ανιχνευτές RAD-7 (DURRIDGE) και ανιχνευτές ηλεκτρικού «E-PERM®Radelec».

Η πιο σημαντική δυνητική έκθεση σε ακτινοβολία που διαπιστώθηκε αφορά τους υπαλλήλους του θέρετρου λόγω της εισπνοής αέρα πλούσιου σε ραδόνιο. Η ετήσια επαγγελματική δόση που οφείλεται στην εισπνοή απογόνων ραδονίου κυμαίνεται από $0,16 \pm 0,01$ mSv έως $0,40 \pm 0,02$ mSv. Από τα συλλεγόμενα δείγματα νερού, οι συγκεντρώσεις δραστηκότητας Ra σε νερό ήταν κάτω από το κατώτερο όριο ανίχνευσης ($\sim 0,7$ Bq L).

Συμπερασματικά λοιπόν το πόρισμα δείχνει ότι κανένας σημαντικός κίνδυνος ακτινολογικής υγείας δεν μπορεί να συσχετιστεί με το ραδόνιο και τους απογόνους από την θερμή πηγή του θέρετρου Avalon.

1.5 ΕΝΝΟΙΕΣ ΤΟΥ ΙΑΜΑΤΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ - ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ

Σε ένα όμορφο φυσικό περιβάλλον, όπου συνήθως εγκαθίσταται ένα θερμαλιστικό κέντρο ή ένας ιαματικός προορισμός, ο επισκέπτης φροντίζει την προσωπική του υγεία και πειραματίζεται σε υγιεινές συνήθειες, συμπεριφορές και στάση ζωής, αναγνωρίζοντας το ρόλο και την ευθύνη της δίκης του σωματικής, ψυχικής και πνευματικής υγείας.

Ιαματικός τουρισμός είναι η εναλλακτική εκείνη μορφή τουρισμού η οποία αποσκοπεί στην ίαση φροντίδα της σωματικής και ψυχικής ανθρώπινης υγείας με τη χρήση ιαματικών φυσικών πόρων.

Θερμαλισμός είναι ένα σύνολο οργανωμένων και αλληλοσυμπληρούμενων δράσεων με κυρίαρχο στοιχείο, την χρήση των ιαματικών φυσικών πόρων, με στόχο την πρόληψη ή/ και διατήρηση ή/ και αποκατάσταση της σωματικής ή/ και ψυχικής υγείας.

Θερμαλιστική θεραπεία είναι ένα σύνολο ενεργειών και σχέσεων με το ιαματικό νερό, τον πηλό, τους υδρατμούς και το περιβάλλον, που συγκροτούν, για συγκεκριμένη χρονική διάρκεια, σε ένα θερμαλιστικό κέντρο, ένα ιδιαίτερο μοντέλο ζωής.

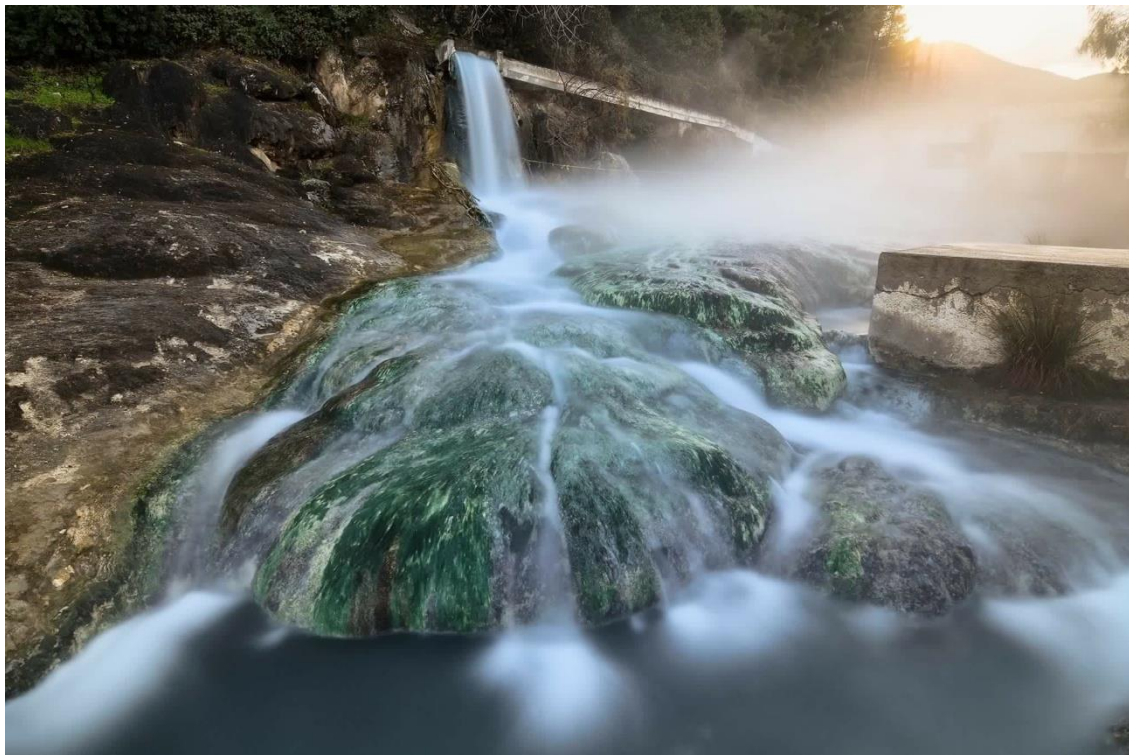
Θερμαλιστικό κέντρο είναι χώρος, με ιδιαίτερα οικολογικά, ιστορικά, πολιτισμικά χαρακτηριστικά, στον οποίο ο επισκέπτης φροντίζει την προσωπική, σωματική και ψυχική του υγεία με τη χρήση ιαματικών φυσικών πόρων. Στα θερμαλιστικά κέντρα προωθείται μία διευρυμένη εκδοχή της έννοιας της θεραπείας όχι μόνο επανορθωτική, ούτε μόνο προληπτική, αλλά βασισμένη σε μία στρατηγική προώθησης της υγείας (Αγγελίδης, 2008).

Σύμφωνα με το δείγμα των προαναφερθέντων επιστημονικών μελετών, καθίσταται η αναγκαία η χρήση των υπηρεσιών των Spa προς βελτίωση της ποιότητας της ζωής του ανθρώπου και ως προς το όφελος της ανθρώπινης υγείας τόσο σε προληπτικό στάδιο όσο και σε θεραπευτικό. Αυτό που απομένει είναι η σωστή αξιοποίηση των φυσικών ιαματικών πηγών και ο κατάλληλα σωστός εξοπλισμός τους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

2.1 ΤΑ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ ΤΩΝ ΘΕΡΜΟΠΥΛΩΝ

*«..... Θερμοπύλαι κληθήναι, επειδή εκεί η Αθηνά θερμά λουτρά τω Ηρακλεί εποίησε
..Πανσανίας.»*



Εικόνα 2.1: Η φυσική ιαματική πηγή των Θερμοπυλών - Φωτογραφία: Ηλίας Ακρίβος

2.1.1 Ιστορικά στοιχεία της Ιαματικής πηγής των Θερμοπυλών

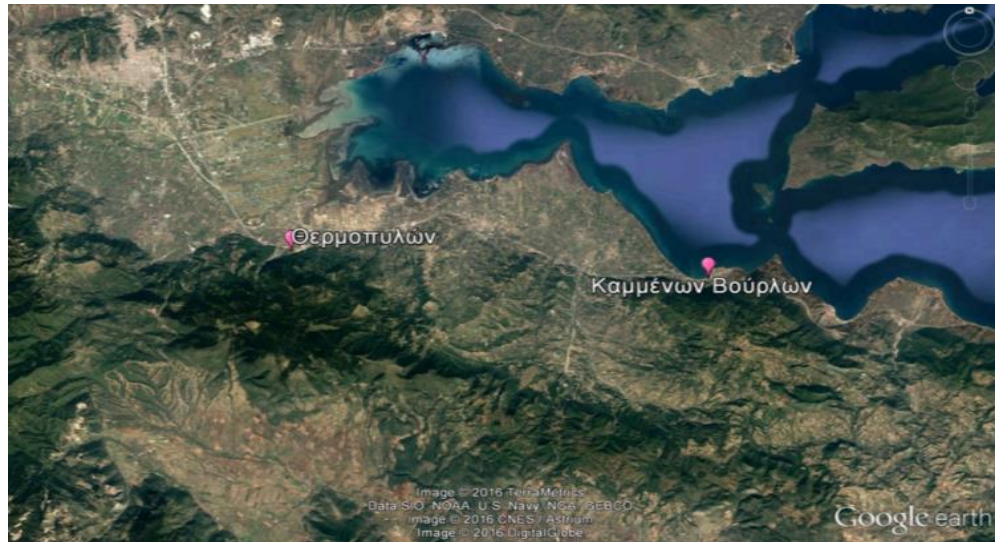
Σύμφωνα με τη μυθολογία οι θερμές ιαματικές πηγές των Θερμοπυλών δημιουργήθηκαν από τον Ήφαιστο, ύστερα από την παράκληση της θεάς Αθηνάς, που ήταν μια από τις αγαπημένες θυγατέρες του Δία.

Η ηφαιστεια θεά Αθηνά, ήθελε σύμφωνα με μια εκδοχή, ο προστατευόμενος της Ηρακλής να θεραπευθεί από ένα θανατηφόρο νόσημα. Κατά μία άλλη επικρατέστερη εκδοχή, η θεά Αθηνά προέτρεπε τον δημοφιλή μυθικό ήρωα να λούζεται στις Θερμοπύλες για να ανακουφίζεται από τους σωματικούς πόνους και να ανακτά τις δυνάμεις του ύστερα από κάθε άθλο.

Η περιοχή είναι γνωστή από τη μάχη των Θερμοπυλών μεταξύ Ελλήνων και Περσών το 480 π.Χ. (Βουδούρης, 2009), (Φυτίκας, 2004), (Αγγελίδης, 2008).

2.1.2 Γενικά χαρακτηριστικά

Η πηγή των Θερμοπυλών βρίσκεται στο 200^ο χιλιόμετρο της εθνικής οδού Αθηνών-Θεσσαλονίκης και 15 Km από την πόλη της Λαμίας (Χάρτης 2.1). Η πηγή βρίσκεται στους πρόποδες του όρους Καλλίδρομου. Οι Θερμοπύλες οργανώθηκαν ως υδροθεραπευτικό κέντρο το 1935 (Φυτίκας, 2004).



Χάρτης 2.1: Δορυφορική εικόνα του Google Earth με τη θέση της πηγής των Θερμοπυλών.

Η εμφάνιση των θερμών πηγών οφείλεται σε τεκτονικά γεγονότα (ρήγματα) που συνέβησαν συγχρόνως ή μετά από ηφαιστειακή δράση. Η ηφαιστειότητα, είναι αυτή που συμβάλλει στη θέρμανση του νερού, το οποίο, στη συνέχεια, βρίσκει διέξοδο προς την τοπογραφική επιφάνεια δια μέσου των ρηγμάτων.

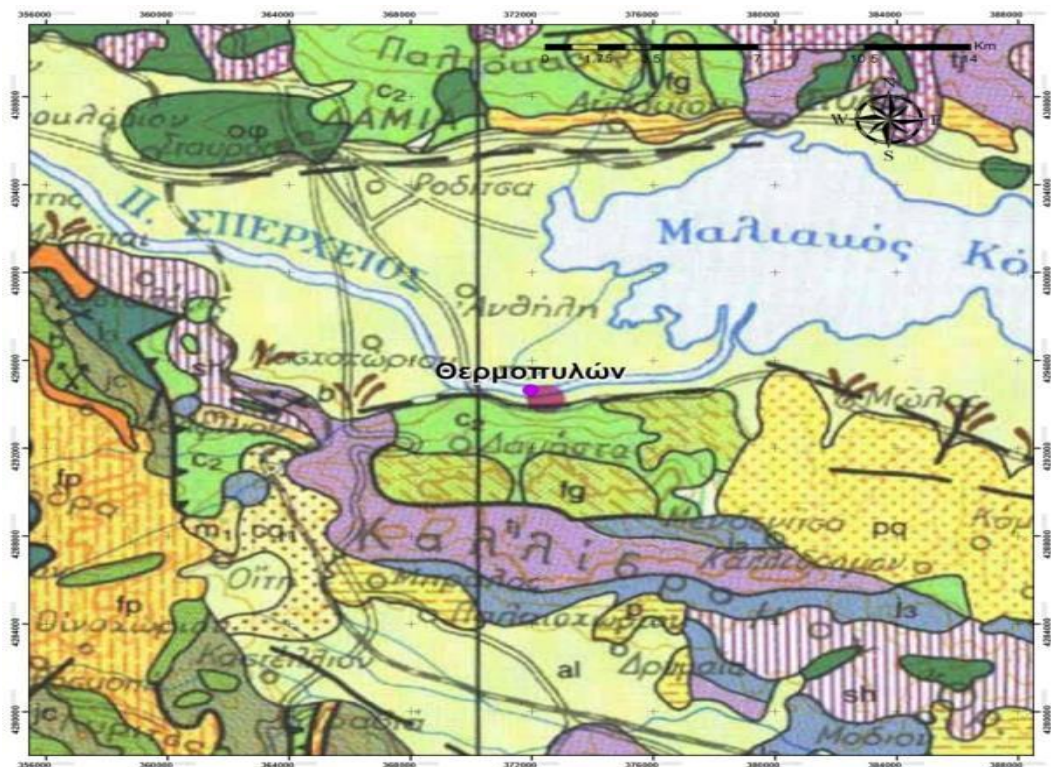
Έτσι λοιπόν οι θερμές πηγές αποτελούν μεταηφαιστειακά γεγονότα και εμφανίζονται σε διάφορες περιοχές και συγκεκριμένα στο Μαλιακό κόλπο με την ηφαιστειακή δράση των Λειχάδων νήσων, όπου εκεί συνδέονται οι πηγές των Καμμένων Βούρλων, των Θερμοπυλών, της Υπάτης καθώς και της Αιδηψού (Αγγελίδης, 2011).

Οι πηγές εκφορτίζουν το νερό από δύο σημεία, το οποίο διέρχεται μέσα από ασβεστολιθικούς και κατά θέσεις τραβερτινοειδείς σχηματισμούς (Χάρτης 2.1 και 2.2). Η περιοχή είναι έντονα ρηγματωμένη (Φυτίκας, 2004).

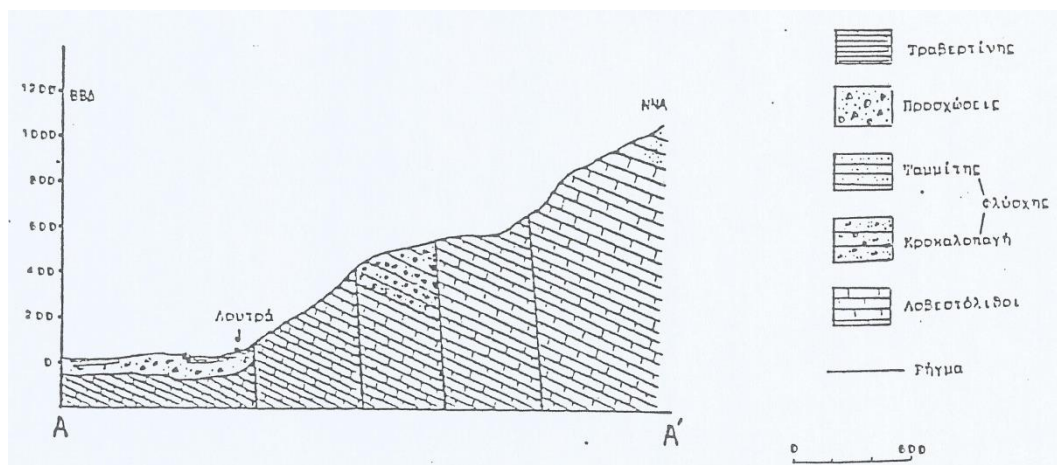
Η ολική παροχή της πηγής των Θερμοπυλών είναι **1200 m³/h** (Σωτηριάδης κ.ά., 1987) και χαρακτηρίζεται ως μία από τις μεγαλύτερες θερμομεταλλικές πηγές της χώρας μας. Σύμφωνα με ιστορικά στοιχεία, οι πηγές είναι ενεργές από την εποχή του

Λεωνίδα, που υποδηλώνει την ανανεωσιμότητα του ενεργειακού πόρου, δηλ. οι πηγές συνεχίζουν να υφίστανται συνεχώς για 2500 τουλάχιστον χρόνια (Φυτίκας, 2004).

Ο μηχανισμός της πηγής είναι ο εξής: τα νερά της βροχόπτωσης κατεισδύουν με μεγάλα βάθη, λόγω βαρύτητας. Σε κάποιο βάθος αυξάνεται η θερμοκρασία τους και η διαλυτική ικανότητα με αποτέλεσμα να φορτίζονται με άλατα. Στη συνέχεια λόγω της παρουσίας αερίων αυξάνεται η πίεσή τους και ανέρχονται στην επιφάνεια, αφού ενδιαμέσως αναμειχθούν με θαλασσινό νερό.



Χάρτης 2.2: Συνοπτικός γεωλογικός χάρτης στην περιοχή της πηγής των Θερμοπυλών (αρχείο ΣΔΠΠΕ).



Σχήμα 2.1: Σχηματική Γεωλογική τομή της πηγής Θερμοπυλών (αρχείο ΣΔΠΠΕ).

2.1.3 Ποιοτικά χαρακτηριστικά

Για τον καθορισμό της ποιότητας των νερών της πηγής χρησιμοποιήθηκαν δεδομένα της γεωλογικής-υδρογεωλογικής μελέτης (Σωτηριάδης κ.ά., 1987), τα οποία παραχωρήθηκαν από τον Σύνδεσμο Δήμων Ιαματικών Πηγών Ελλάδας (ΣΔΠΠΕ).

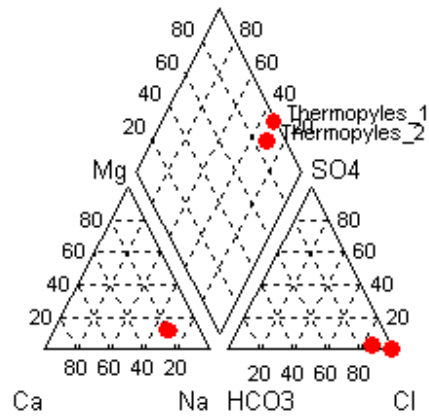
Τα δείγματα συλλέχθηκαν από δύο σημεία ανάβλυσης της πηγής, τα οποία απέχουν περίπου 3 μέτρα. Τα φυσικοχημικά χαρακτηριστικά της πηγής παρουσιάζονται στον Πίνακα 2.1.

Η μέση θερμοκρασία και για τις δύο πηγές είναι περίπου 40°C. Η ηλεκτρική αγωγιμότητα είναι της τάξεως 9.100 έως 10.000 $\mu\text{S}/\text{cm}$ που υποδηλώνει εξαιρετικά υψηλή περιεκτικότητα σε διαλυμένα άλατα και πιθανή ανάμειξη με θαλασσίνο νερό. Τέλος, το pH είναι 6,1-6,3 που υποδηλώνει όξινο χαρακτήρα (Βουδούρης, 2009).

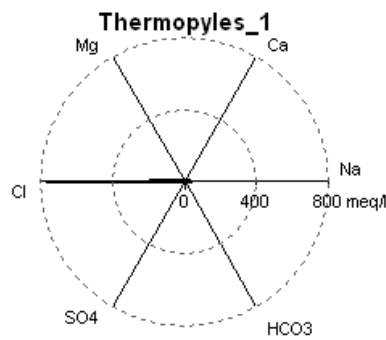
Πίνακας 2.1: Χαρακτηριστικά της πηγής και ενδεικτικές τιμές των φυσικοχημικών παραμέτρων.

Παράμετροι	Θερμοπόyles 1	Θερμοπόyles 2
Θερμοκρασία	39,5 °C	40,2 °C
Αγωγιμότητα	9100 $\mu\text{S}/\text{cm}$	10.000 $\mu\text{S}/\text{cm}$
pH	6,3	6,1
Na ⁺	1380 mg/L	1828,8 mg/L
K ⁺	70 mg/L	90,5 mg/L
Mg ²⁺	133 mg/L	162,78 mg/L
Ca ²⁺	362 mg/L	472,7 mg/L
Li ⁺	0,815 mg/L	1.04 mg/L
Al ³⁺	0,01	-
Sr ²⁺	8,79 mg/L	8,79 mg/L
Cl ⁻	26998 mg/L	3514,5 mg/L
HCO ₃ ⁻	693 mg/L	823,5 mg/L
SO ₄ ²⁻	100 mg/L	138,3 mg/L
PO ₄ ³⁻	0.135 mg/L	0.10 mg/L
NO ₃ ⁻	33,7 mg/L	47,4 mg/L
SiO ₂		31,6
CO ₂	276	436

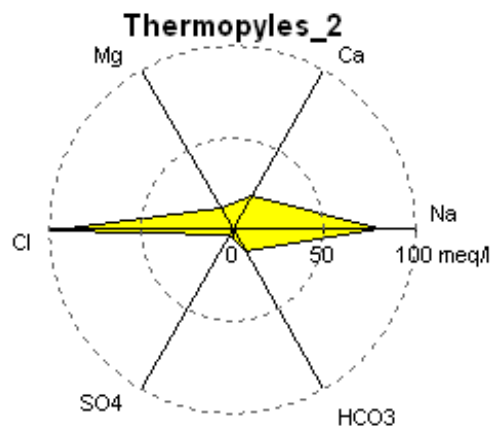
Στη συνέχεια κατασκευάστηκαν υδροχημικά διαγράμματα (Διαγράμματα 2.1 - 2.5) με τη χρήση του λογισμικού Aqua Chem, στο εργαστήριο Τεχνικής Γεωλογίας & Υδρογεωλογίας του τμήματος Γεωλογίας ΑΠΘ.



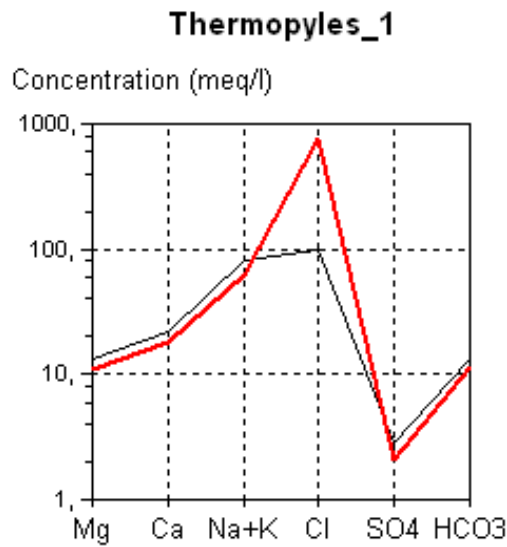
Διάγραμμα 2.1: Διάγραμμα Piper.



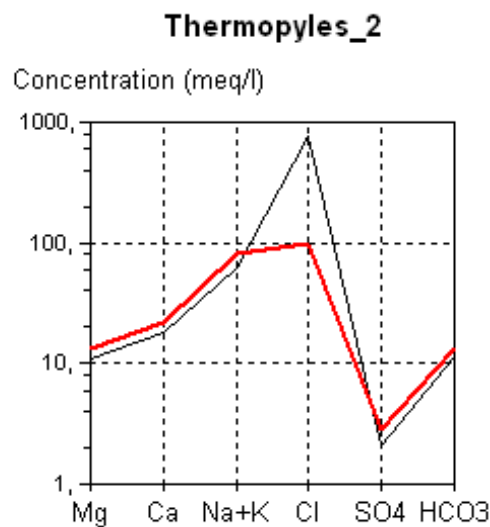
Διάγραμμα 2.2: Ακτινικό διάγραμμα της πηγής Θερμοπόλεις_1.



Διάγραμμα 2.3: Ακτινικό διάγραμμα της πηγής Θερμοπόλεις_2.



Διάγραμμα 2.4: Διάγραμμα Schoeller της πηγής Θερμοπύλες_1.



Διάγραμμα 2.5: Διάγραμμα Schoeller της πηγής Θερμοπύλες_2.

Με βάση τα ανωτέρω διαγράμματα, το ιαματικό νερό χαρακτηρίζεται ως υπέρθερμο Cl-Na- CO₂ (μεγάλη περιεκτικότητα νατρίου και χλωρίου), υποτονικό και ασθενώς ραδιενεργό. Σε όλη την ευρύτερη περιοχή υπάρχει έντονη οσμή υδρόθειου (H₂S). Η παρουσία νιτρικών (NO₃⁻) και θεικών (SO₄²⁻) ιόντων σχετίζεται με βιολογική ρύπανση. Τα ιαματικά νερά της πηγής των Θερμοπυλών έχουν θεραπευτικές ενδείξεις για ρευματικές, γυναικολογικές και παθήσεις περιφερειακών νεύρων.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

Εισαγωγή

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει τις προτιμήσεις των περιηγητών-τουριστών ευεξίας σε κάποια ξενοδοχειακή μονάδα της Ελλάδας που εμπεριέχει ένα κέντρο ευεξίας-Spa, με σκοπό τη βελτίωση των ήδη παρεχόμενων υπηρεσιών στους χώρους αυτούς και γενικότερα τη βελτιστοποίηση της ποιότητας στα κέντρα ευεξίας. Ένας ακόμη λόγος της έρευνας αυτής, αποτέλεσε η μελέτη περίπτωσης λειτουργίας της ιαματικής πηγής των Θερμοπυλών, ώστε να αντληθούν οι κατάλληλες πληροφορίες για μια πιθανή βιώσιμη ξενοδοχειακή μονάδα στην περιοχή, όπου θα προάγεται η υγεία και ο πολιτισμός.

3.1 ΠΡΟΕΡΓΑΣΙΑ ΤΗΣ ΠΟΣΟΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Για την υλοποίηση της έρευνας προαπαιτούμενη ήταν η θετική ανταπόκριση του ιδιοκτήτη του ξενοδοχείου, ώστε η έρευνα να λάβει χώρα στο spa του ξενοδοχειακού συγκροτήματος. Πριν ξεκινήσει η δημιουργία του ερωτηματολογίου της έρευνας, έγινε αρχικά εστίαση στα θέματα που χρειάζεται να γνωρίζει ο υπεύθυνος ενός κέντρου ευεξίας ή ο ιδιοκτήτης – επενδυτής του κέντρου αυτού. Έπρεπε λοιπόν να είναι γνωστοί οι προβληματισμοί και τα θέματα που απασχολούν τον επενδυτή και τον υπεύθυνο ενός τέτοιου χώρου, για να ειπωθούν στο ερωτηματολόγιο, ώστε αυτό μετέπειτα να χρησιμοποιηθεί για τη βελτιστοποίηση στους χώρους αυτούς. Σε αυτήν την έρευνα λήφθηκαν υπόψη, η γνώμη και οι προβληματισμοί του ιδιοκτήτη του συγκεκριμένου spa, καθώς και της προσωπικής μου αντίληψης ως υπεύθυνης του συγκεκριμένου κέντρου θαλασσοθεραπείας.

Τα θέματα λοιπόν αυτά αφορούσαν τους λόγους που επισκέπτεται ένας περιηγητής τα spa, τις προτιμήσεις των περιηγητών μέσα στα spa, τις προσδοκίες τους, θέματα που αφορούσαν τις υπηρεσίες που προσφέρονται μέσα στους χώρους ευεξίας, την εξυπηρέτηση από το προσωπικό, το χώρο εγκατάστασης του spa και την αντίληψη ενδιαφέροντος για εναλλακτικές μορφές τουρισμού, όπως είναι ο ιαματικός τουρισμός

και άλλες δραστηριότητες που θα μπορούσαν να ενταχθούν στις διακοπές των περιηγητών, ώστε να καταστούν αυτές πιο ευχάριστες και ελκυστικές.

Κατόπιν λοιπόν της ανάγκης διερεύνησης των παραπάνω αναγκών, δημιουργήθηκε το ερωτηματολόγιο που βρίσκεται στο τέλος της σελίδας σε γλώσσες Αγγλικών και Ελληνικών.

Κατά τη διαμόρφωση του ερωτηματολογίου θεωρήθηκε σκόπιμο και πρέπον να εναρμονιστεί με τη γνώμη και τη συγκατάθεση του ιδιοκτήτη, καθώς οι ερωτηθέντες ήταν και πελάτες του συγκεκριμένου ξενοδοχείου, “Petasos Resort and Spa”- Πλατύ Γιαλός (Μύκονος) και θα άρμοζε να γίνει με διακριτικότητα και εχεμύθεια από τη στιγμή που τα ερωτηματολόγια αυτά διανέμονταν από χέρι σε χέρι. Για αυτό το λόγο κάποια προσωπικά στοιχεία σκόπιμα αφαιρέθηκαν από το ερωτηματολόγιο της έρευνας. Αφού ολοκληρώθηκε η προετοιμασία της σύνταξης του ερωτηματολογίου τον Ιούλιο του 2017, τα πρώτα ερωτηματολόγια ξεκίνησαν να διανέμονται τον Αύγουστο του 2017.

Οι περιηγητές είτε της συγκεκριμένης ξενοδοχειακής μονάδας, είτε εκτός αυτής (το ξενοδοχείο, δεχόταν και εξωτερικούς επισκέπτες για να χρησιμοποιήσουν το spa), λάμβαναν το ερωτηματολόγιο εντός του spa και όχι έξω από αυτό. Ο λόγος ήταν επειδή ήταν επιθυμητή η εστίαση για τη γνώμη των πελατών των spa, σε αυτούς δηλαδή που είχαν ήδη μια εμπειρία και άποψη για το θέμα της ευεξίας μέσα σε ένα spa. Η προθυμία τους να το συμπληρώσουν ήταν αρκετά δεκτική από την πλειοψηφία των συμμετεχόντων και συνήθως εξέφραζαν και ενδιαφέρον για το αποτέλεσμα μιας τέτοιας έρευνας.

Θεωρήθηκε σκόπιμο, το ερωτηματολόγιο να μην είναι αναλυτικό ως προς την κατηγοριοποίηση των προσωπικών στοιχείων, (πχ. άγαμος με παιδιά κλπ.) και η προσέγγιση του οικονομικού υπόβαθρου να πλαισιώνεται σε δυο βαθμίδες μόνο. Επίσης ήταν σκόπιμο το ερωτηματολόγιο να είναι σύντομο και περιεκτικό στοχεύοντας σε συγκεκριμένα θέματα που αφορούν την καλή λειτουργία ενός κέντρου ευεξίας και ομορφιάς. Ο λόγος ήταν ότι δεν θεωρούνταν πρέπον να απομυζήσουμε τον πολύτιμο χρόνο των διακοπών από τους περιηγητές και επιπλέον ένα μεγάλο και χρονοβόρο ερωτηματολόγιο θα ήταν αναβλητικός παράγοντας για τη συμπλήρωσή του. Αυτό πράγματι επιβεβαιώθηκε από τους συμμετέχοντες, καθώς ήταν αρκετοί αυτοί που ρωτούσαν από πριν την έκταση των ερωτήσεων ή το κοιτούσαν όλο προτού το συμπληρώσουν.

Οι ερωτήσεις ήταν κατά κανόνα κλειστού τύπου, δηλαδή επέλεγαν την απάντηση, καθώς ο περισσότερος κόσμος έχει περιορισμένο χρόνο και δεν θέλει να απασχολεί το μυαλό του εκτός από την καθημερινότητα του, επιπλέον και στις διακοπές του.

Αυτές οι απαντήσεις προς επιλογή επιλέχθηκαν σύμφωνα με το ενδιαφέρον προτίμησης των επισκεπτών από την παρατήρηση που έγινε τους προηγούμενους μήνες Μάιο ως Ιούλιο, κατά τη διάρκεια εργασίας μου ως υπεύθυνη στο συγκεκριμένο κέντρο θαλασσοθεραπείας. Σκόπιμα όμως υπήρχε επιπλέον και ένα περιθώριο για τυχόν παρατηρήσεις ή σχόλιων από τους περιηγητές, δηλαδή και ανοικτού τύπου ερωτήσεις, ώστε να διερευνηθούν νέα δεδομένα και πληροφορίες για τις επιθυμίες των επισκεπτών, που πιθανόν δεν έχουν ακόμα εφαρμοστεί στους χώρους αυτούς. Παρατηρήθηκε στο τέλος ότι οι απολύτως ανοικτού τύπου ερωτήσεις, δεν είχαν τόσο μεγάλη συμμετοχή και ανταπόκριση από τους συμμετέχοντες (παρά μόνο η τελευταία ερώτηση), επιβεβαιώνοντας την παραπάνω άποψη για έτοιμες απαντήσεις επιλογής προς το κοινό, ώστε να μην καταναλώσει πολύ πνευματική ενέργεια στις διακοπές του.

3.2 ΛΟΓΟΙ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ

Η συγκεκριμένη έρευνα διεξήχθη σε ένα από τα πιο γνωστά παγκοσμίως νησιά της Ελλάδος, την Μύκονο. Ο κύριος λόγος διεξαγωγής της έρευνας στο μέρος αυτό, είναι ότι ο κόσμος που εισέρχεται για τουρισμό εκεί, είναι από διαφορετικές εθνικότητες, ανήκει στην πλειοψηφία του σε υψηλού εισοδήματος κατηγορία και συνήθως παρουσιάζει υψηλές απαιτήσεις εξυπηρέτησης. Ο δευτερεύον λόγος ήταν χάρη στην επαγγελματική πρόταση να εργαστώ ως υπεύθυνη του κέντρου θαλασσοθεραπείας – spa, για το συγκεκριμένο ξενοδοχείο “Petasos – Resort & Spa”. Κατά αυτόν τον τρόπο υπήρχε έτσι η άμεση πρόσβαση στη διανομή των ερωτηματολογίων.

Αρχικά ο αριθμός στόχευσης των ερωτηματολογίων ήταν τα 300, όπου θα μπορούσαν να αποτελέσουν μια πραγματική προσέγγιση ως προς τα αποτελέσματα της έρευνας, με περιορισμένη την πιθανότητα λάθους. Επίσης επιπλέον λόγος συμβολικής αξίας σε αυτή την περίπτωση αποτελεί το 300, ως συμβολικός αριθμός για τους 300 Σπαρτιάτες με το Λεωνίδα, οι οποίοι θυσιάστηκαν στις Θερμοπύλες, που αποτελούν τη μελέτη περίπτωσης λειτουργίας spa σε αυτή την εργασία.

Το δείγμα αφορούσε ηλικίας άνω των 18 ετών, με τουλάχιστον μια φορά επισκεψιμότητα αυτών σε κέντρο ευεξίας. Το γενικό δείγμα συμμετεχόντων αλλοιώνει

τα αποτελέσματα και δίνει τυχαίες απαντήσεις που μπορούν να αποδώσουν τελικά ψευδή στοιχεία για τις προτιμήσεις των επισκεπτών. Εξάλλου στην προκειμένη έρευνα δεν ήταν σκοπός μας να διερευνηθούν οι απόψεις αυτών που δεν έχουν δοκιμάσει ακόμα ένα κέντρο ευεξίας. Κύριος στόχος ήταν από τους ήδη έμπειρους επισκέπτες να έχουμε τη γνώμη τους ως προς τη βελτίωση στις διάφορες επιλογές που παρέχει ή θα μπορούσε να προσφέρει ένας χώρος ευεξίας ή οι ιαματικές πηγές. Κατά πόσο τις γνωρίζουν και γιατί δεν τις έχουν ακόμα επισκεφθεί, ενώ στον τρόπο ζωής τους έχουν εντάξει τρόπους ευεξίας.

Ερευνητικό ερώτημα:

Ποια τα χαρακτηριστικά των τουριστών, που θα υποστήριζαν έναν φυσικό ιαματικό προορισμό υγείας κι ευεξίας - Spa για τις διακοπές τους στην Ελλάδα και ποια είναι τα κριτήρια αυτά που καλείται ένας τέτοιος χώρος να καλύψει, ώστε να παρέχει τις προτιμήσεις της συγκεκριμένης ομάδας επισκεπτών.

Λόγοι επιλογής της ποσοτικής έρευνας για την καλή λειτουργία ενός Spa και την πιθανή επιλογή στις Ιαματικές πηγές των Θερμοπυλών:

Οι βασικοί λόγοι που επιλέχθηκε η ποσοτική έρευνα είναι δυο σύμφωνα με τους Richard et al., (2005). Ο πρώτος λόγος αφορά για την καλύτερη κατανόηση των συμπεριφορών και φαινομένων στη συγκεκριμένη ομάδα ανθρώπων που μελετάται. Στην προκειμένη περίπτωση αφορά τις συμπεριφορές των επισκεπτών των κέντρων ευεξίας - spa και τις προτιμήσεις τους σε αυτούς τους χώρους με σκοπό την καλύτερη εξυπηρέτηση τους και τη βελτιστοποίηση της ποιότητας των κέντρων ευεξίας - Spa σε διάφορους τομείς τους. Ο δεύτερος λόγος σύμφωνα με τους Mustapha et al., (2010) είναι να εκμαιευτούν συμπεράσματα σχετικά με ευρύτερες ομάδες πέραν αυτών που μελετήθηκαν. Στην προκειμένη περίπτωση έγκειται ενδιαφέρον πάνω σε αυτό, καθώς οι επισκέπτες των Spa δεν αποτελούν μόνο τους τουρίστες, οι οποίοι ερευνήθηκαν κατά κανόνα, αλλά και άλλες ομάδες ανθρώπων πέραν αυτών, που θα υποστήριζαν εξίσου τους λόγους διεκπεραίωσης αυτής της έρευνας.

Ποιοτική έρευνα στον τόπο των Θερμοπυλών:

Ερευνώντας σε βάθος και αναζητώντας τα αίτια και τους λόγους μη αξιοποίησης των Ιαματικών θεραπευτικών πηγών των Θερμοπυλών και ταυτόχρονα θέλοντας να αναδειχθεί όλος ο πλούτος του τόπου και των ευκαιριών που υπάρχουν στο μέρος αυτό προς αξιοποίηση και πιθανή επενδυτική πρόταση με πολλαπλά οφέλη, χρήστηκε ανάγκη διεξαγωγής ποιοτικής στοχευόμενης έρευνας στον τόπο αυτό, ώστε να συλλεχθούν τα απαραίτητα στοιχεία. Πραγματοποιήθηκε βιντεοσκοπημένη συνέντευξη

από την ιστορικό του κέντρου ενημέρωσης Θερμοπυλών, την κυρία Τσεκούρα Ευαγγελία.

3.2.1 Δυνατά και αδύνατα σημεία της έρευνας

Σύγκριση μεταξύ των δυο μεθόδων ποσοτικής και ποιοτικής έρευνας βάση του Mustapha et al., (2010) και για ποιους λόγους επιλέχθηκαν:

Και στις δυο μεθόδους ακολουθείται συστηματική προσέγγιση.

Πίνακας 3.1: Διαφορές ποσοτικής και ποιοτικής έρευνας

Ποσοτική	Ποιοτική
Αντικειμενική	Υποκειμενική
Συμπερασματική	Επαγωγική
Γενικεύσιμο αποτέλεσμα	Μη γενικεύσιμο
Αριθμοί	Λέξεις

Πίνακας 3.2: Διαστάσεις ποσοτικής και ποιοτικής έρευνας

Διαστάσεις	Ποσοτική έρευνα	Ποιοτική έρευνα
Σκοπός	Πρόβλεψη σκοπού και έλεγχος	Επιδίωξη μιας κατανόησης ενός "γιατί;"
Πραγματικότητα	Πραγματικά σταθερά γεγονότα που δεν αλλάζουν είναι πραγματικότητα	Δυναμική: Οι αντιλήψεις των ανθρώπων αλλάζουν την πραγματικότητα
Απόψεις	Μετρήσιμα στοιχεία που δείχνουν την πραγματικότητα	Η πραγματικότητα είναι αυτό που οι άνθρωποι το αντιλαμβάνονται ότι είναι
Διαστάσεις	Ποσοτικά	Ποιοτικά
Αξίες	Μέθοδοι ελεύθερης αξίας που χρησιμοποιούνται για τον έλεγχο των τιμών	Αξίες δεσμευμένες που επιδιώκεται να είναι κατανοητές σε όλη τη διαδικασία
Επίκεντρο	Εξειδικευμένη μελέτη επιλεγμένων, προκαθορισμένων μεταβλητών	Επιδιώκεται μια συνολική ή ολοκληρωμένη εικόνα

Δεδομένα	Στόχος-ανεξάρτητα από τις αντιλήψεις των ανθρώπων	Τα υποκειμενικά δεδομένα είναι αντιλήψεις για τα θέματα
Συνθήκες	Ελεγχόμενες	Φυσιοκρατικές
Αποτελέσματα	Αξιόπιστα	Έγκυρα

Αρχικά σύμφωνα με τους Richard et al., (2005) η ποσοτική έρευνα, είναι ιδιαίτερα δυνατή όταν μελετάται μεγάλο πλήθος μιας ομάδας ατόμων και κάνοντας γενικεύσεις από το δείγμα που μελετάται σε ευρύτερες ομάδες, πέρα από το δείγμα. Σε αντίθεση με την ποιοτική έρευνα που μελετά ειδικές ομάδες ή δείγμα, σε βαθύτερη κλίμακα και πιο λεπτομερή ανάλυση αυτού, μη προσδίδοντας τη γενικότερη εικόνα.

Δυνατά σημεία:

Αρχικά η ποσοτική έρευνα σύμφωνα με τους (Richard et al., 2005) παραμένει μια βασική προσέγγιση για τον κύκλο της θεωρίας-έρευνας-πρακτικής κι ανάπτυξης “HRD research (Swanson & Holton, 1997) και σύμφωνα με τους (Currall et al., 1999) ένας παραβλεφθής ρόλος για την ποσοτική έρευνα είναι στην ανακάλυψη της θεωρίας.

-Κατανόηση και ερμηνεία των αποτελεσμάτων

-Καθορίζονται τα μέτρα των μεταβλητών και ο συνολικός σχεδιασμός της έρευνας όπως το δείγμα ανθρώπων που θα ερωτηθούν, οι συγκεκριμένες ερωτήσεις που θα τους τεθούν να απαντήσουν.

- Συσχέτιση και σύγκριση των αποτελεσμάτων

- Προβλέψεις και συγκρίσεις εξαρτημένων μεταβλητών (Richard et al., 2005)

-Γίνεται εστίαση στο ότι λαμβάνουμε δεδομένα βάσει του πλήθους των αποτελεσμάτων, εν αντιθέσει με την ποιοτική έρευνα που συγκεντρώνει βιώματα, συναισθήματα και εμπειρίες συλλέγοντας περισσότερο κοινωνικά φαινόμενα

Όσον αφορά το δεοντολογικό μέρος, επιλέχθηκε η ποσοτική έρευνα προς διεξαγωγή, καθώς είναι ανώνυμη, μπορεί να μην απαντήσει σε κάποια ερώτηση που πιθανόν να θίγεται η προσωπικότητα του εκάστοτε ανθρώπου, δεν έρχεται πιθανόν σε δύσκολη θέση όπως μπορεί να συμβεί στην ποιοτική έρευνα. (Knapik, 2006), (Richard et al., 2005), (Mustapha, 2010).

Μεθοδολογία έρευνας και Δειγματοληψία:

Η έρευνα ήταν ποσοτική με στόχο ληφθέντος δείγματος τα 300 ερωτηματολόγια. Διεξήχθη σε υφιστάμενο ελληνικό τουριστικό προορισμό της Χώρας, τη Μύκονο, σε ομάδα ενηλίκων ανθρώπων, Ελλήνων και ξένων και στα δυο φύλα, θέτοντας τους να συμπληρώσουν ένα σύντομο ερωτηματολόγιο είτε σε ελληνικά, είτε στα αγγλικά. Το ερωτηματολόγιο δεν σκόπευε να εκμαιεύσει απόρρητα προσωπικά στοιχεία των ερωτηθέντων. Είχε απλή γραμματοσειρά για να είναι ευανάγνωστο από όλες τις ηλικίες, καθώς επίσης σύντομο και περιεκτικό ώστε να μην γίνει κουραστικό για το κοινό και για να αντλήσουμε εύκολα και άμεσα τα στοιχεία που μας ενδιαφέρουν για την έρευνα μας. Τα αποτελέσματα αναλύονται στα παρακάτω κεφάλαια στο στατιστικό σύστημα του PSPP, όπου έχουν συγκεντρωθεί τα χαρακτηριστικά εκείνα των τουριστών που θα επέλεγαν για τις διακοπές τους ένα Φυσικό Ιαματικό πόρο με συγκεκριμένα κριτήρια.

Δοκιμή υποθέσεων σύμφωνα με τους Richard et al., (2005):

Υπόθεση: Θα επέλεγαν τον ιαματικό πηγή των Θερμοπυλών ως τουριστικό προορισμό για διακοπές ή όχι; Ποιες οι προϋποθέσεις για αυτό το σκοπό;

Στόχος: η ανίχνευση των κριτηρίων των επισκεπτών τουριστών για τουριστικό θέρετρο
Τα ερωτηματολόγια που απάντησαν θετικά, διαχωρίστηκαν από τα ερωτηματολόγια που απαντήθηκαν με αρνητική απάντηση όσον αφορά τη 13 ερώτηση και κατόπιν μελετήθηκε για ποιους λόγους δεν θα πήγαιναν οι επισκέπτες των Spa στον προορισμό των Θερμοπυλών για τις διακοπές τους.

Αξία των αποτελεσμάτων της έρευνας:

Η ανάδειξη του ιαματικού τουρισμού προβλέπει νέες θέσεις εργασίας στην επαρχία, η οποία πλήττεται από την ανεργία και κατά συνέπεια στη διατήρηση του πληθυσμού στις επαρχίες και γενικότερα στη Χώρα ιδίως για τους νέους, που μεταναστεύουν σε αστικές πόλεις ή εγκαταλείπουν την πατρίδα τους προκειμένου να καλύψουν τις ανάγκες βιωσιμότητας τους.

Ανάπτυξη του ΑΕΠ στην Ελλάδα μέσω του «τουρισμού υγείας», καθιστούν τη Χώρα ιδανικό τουριστικό προορισμό για όλο το χρόνο χάρη στις ιδανικές κλιματολογικές της συνθήκες.

3.3 ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΥ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ

- Κατά πόσο η ηλικία είναι παράγοντας της συχνής επισκεψιμότητας στα Spa.
- Κατά πόσο το οικονομικό εισόδημα επηρεάζει τη συχνότητα επισκεψιμότητας στα Spa.
- Κατά πόσο το φύλο επηρεάζει την επισκεψιμότητα στα Spa και στις φυσικές ιαματικές πηγές.
- Ποιος είναι ο κύριος λόγος επισκεψιμότητας στα Spa για τους άντρες και ποιος για τις γυναίκες;
- Ποιες ηλικίες είναι αυτές που προτιμούν τις φυσικές ιαματικές πηγές και με βάση ποιο ετήσιο οικονομικό τους εισόδημα;
- Με ποια κριτήρια διαλέγουν οι νέες γενιές τα Spa και ποια τα κριτήρια επιλογής για τις μεγαλύτερους ανθρώπους σε ηλικία.
- Ποιες ομάδες γυναικών κι αντρών, ευκατάστατων ή λιγότερο οικονομικά ευέλικτων, νέων, μεσήλικων ή ηλικιωμένων θα επέλεγαν ένα Spa ως προορισμό των διακοπών τους; (Εκμαιεύεται από τις ερωτήσεις 10, 11)
- Στην ομάδα ανθρώπων αυτών που θα επιλέξουν για τις διακοπές τους τα Spa, ποια είναι η δημοφιλής αυτή δραστηριότητα που θα ήθελαν να υπάρχει στις διακοπές τους; (Ερωτήσεις 11, 12)
- Από ποιες ομάδες ανθρώπων θα υπήρχε το ενδιαφέρον επίσκεψης στον τόπο των Θερμοπυλών για μια απόδραση χαλάρωσης στη φυσική ιαματική πηγή του τόπου αυτού σε συνδυασμό με περιπολήσεις Spa;
- Ποιες οι προτάσεις των συμμετοχόντων της έρευνας για τη βελτίωση στις υπηρεσίες των Spa και την ανεύρεση καινοτόμων παροχών στους χώρους αυτούς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

4.1 ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΤΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΕ ΠΙΝΑΚΕΣ ΚΑΙ ΓΡΑΦΗΜΑΤΑ ΣΥΧΝΟΤΗΤΩΝ

4.1.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ

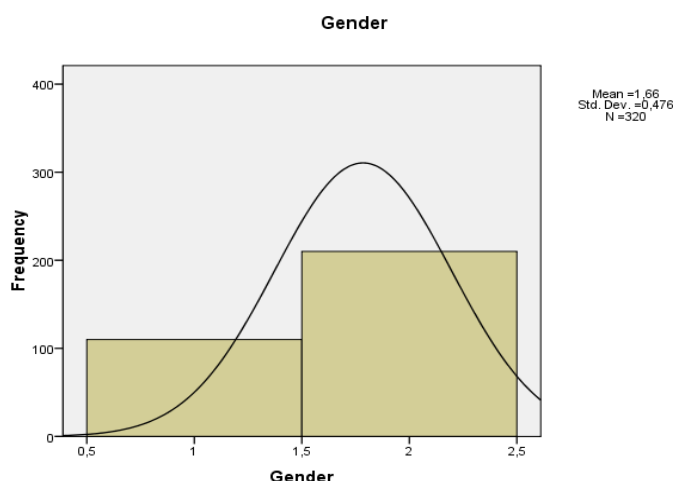
Σε αυτήν την ενότητα παρουσιάζονται τα στατιστικά αποτελέσματα της έρευνας σε πίνακες και γραφήματα συχνοτήτων, καθώς και η ποσοστιαία ανάλυση των προτιμήσεων των περιηγητών για τη θεματολογία της κάθε ερώτησης του ερωτηματολογίου. Τα αποτελέσματα της ποσοτικής έρευνας ερμηνεύονται, αναλύονται και σχολιάζονται με βάση τα στοιχεία που προκύπτουν από το σύστημα ανάλυσης PSPP .

Η ποσοτική έρευνα διεξήχθη στον πιο μεγάλο σε κύκλο εργασιών τουριστικό προορισμό της Ελλάδος, τη Μύκονο (Πηγή: Insete, 2017¹). Για τη συγκεκριμένη έρευνα, επιλέχθηκε ένα κέντρο ευεξίας – Spa, με θαλασσοθεραπεία το “Aqua Marine Spa” το οποίο ανήκει στην ξενοδοχειακή μονάδα 5 αστέρων “Petasos Resort and Spa” στον Πλατύ Γιαλό της Μυκόνου. Το ξενοδοχείο αυτό λειτουργεί εδώ και 60 χρόνια περίπου και ελκύει τουρίστες διαφόρων εθνικοτήτων. Τα παραπάνω στοιχεία εξηγούν και το λόγο επιλογής του συγκεκριμένου ξενοδοχειακού συγκροτήματος, καθώς το ευρύ φάσμα εθνικοτήτων, ηλικιών και οικονομικής δυνατότητας, συμβάλλει σε ένα αντικειμενικό πόρισμα αποτελεσμάτων και ενισχύει την ισχύ της έρευνας. Ακόμη το γεγονός ότι το συγκεκριμένο Spa, διαθέτει τη θαλασσοθεραπεία στον κατάλογο των υπηρεσιών του, αποτελεί ένα ακόμη σημαντικό στοιχείο της έρευνας, ώστε να διαπιστωθεί η προτίμηση ή μη της θαλασσοθεραπείας και η γνώση για τα οφέλη αυτής αν είναι γνωστά στο ευρύ κοινό.

Το δείγμα των ερωτηθέντων αποτελείται από ανθρώπους οι οποίοι έχουν επισκεφθεί τουλάχιστον μια φορά στη ζωή τους ένα κέντρο ευεξίας - spa και οι οποίοι έχουν δοκιμάσει κάποια από τις υπηρεσίες ενός τέτοιου κέντρου ευεξίας. Σκοπός της διεξαγωγής της έρευνας αυτής, είναι η ανίχνευση και η έρευνα πάνω στις προτιμήσεις των επισκεπτών των κέντρων ευεξίας - Spa, με απώτερο στόχο τη βελτιστοποίηση των υπηρεσιών, των υποδομών και των εγκαταστάσεων των χώρων ενός κέντρου ευεξίας, για την καλύτερη εξυπηρέτηση και παροχή ποιότητας στους συγκεκριμένους χώρους.

Πίνακας 4.1: Το γένος των συμμετεχόντων

Γένος	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό (%)
Άντρας	110	34,4	34,4	34,4
Γυναίκα	210	65,6	65,6	100,0
Σύνολο	320	100,0	100,0	



Γράφημα 4.1 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για το γένος των συμμετεχόντων

Στον παραπάνω πίνακα 4.1 και γράφημα 4.1, παρουσιάζεται η συχνότητα των επισκέψεων στα Spa με βάση το φύλο. Όπως φαίνεται παραπάνω το γυναικείο φύλο εκδηλώνει τη διπλάσια σχεδόν (65,6%) σε αριθμό απήχηση σε επισκεψιμότητα στους χώρους ευεξίας Spa, συγκριτικά με τους άντρες (34,4%).

Πίνακας 4.2 Οι ηλικίες των συμμετεχόντων

Ηλικία	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
18-25	24	7,5	7,5	7,5
26-35	99	30,9	30,9	38,4
36-50	106	33,1	33,1	71,6
51-65	78	24,4	24,4	95,9
65+	13	4,1	4,1	100,0
Σύνολο	320	100,0	100,0	



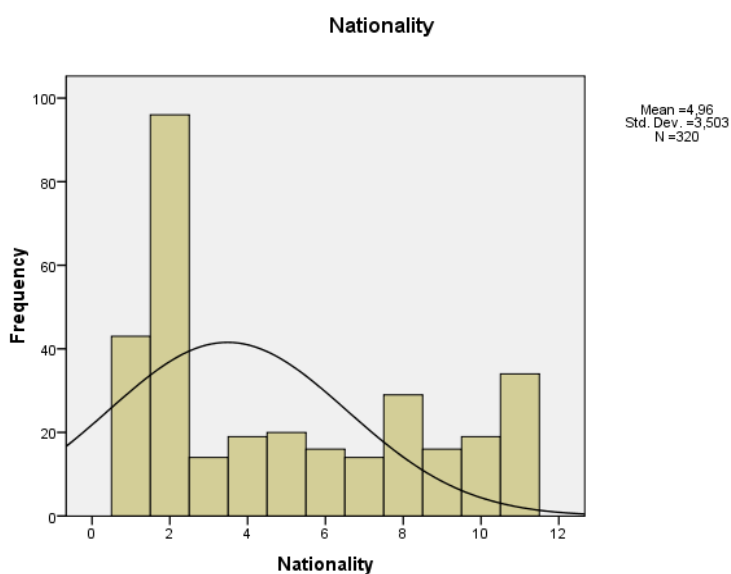
Γράφημα 4.2 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις ηλικίες των συμμετεχόντων

Βάσει των στατιστικών στοιχείων προκύπτει ότι οι ηλικίες οι οποίες είναι οι συχνότεροι επισκέπτες στα spa, είναι το φάσμα ηλικιών μεταξύ 36-50 ετών σε ποσοστό 33,1%, μετά ακολουθεί η ηλικιακή ομάδα μεταξύ των 26-35 ετών το οποίο καλύπτει το ποσοστό του 30,9% και έπειτα ακολουθούν οι ηλικιακές ομάδες μεταξύ 51-65 ετών και με ποσοστό προσέλευσης αυτού 24,4%. Στο συγκεκριμένο μέρος της Μυκόνου και στο ξενοδοχείο – Spa, που διεξήχθη η έρευνα αυτή, στη δεδομένη χρονική περίοδο της έρευνας, παρατηρήθηκε από προσωπική εκτίμηση, ότι συγκεντρώθηκε υψηλός αριθμός τουριστών ηλικιακών ομάδων που κάλυπταν κυρίως τις νέες γενιές μεταξύ 35-55 ετών, στοιχείο το οποίο ενδεχομένως να επηρεάζει τα αποτελέσματα της έρευνας.

Σχόλιο: Το συγκεκριμένο δημογραφικό στοιχείο προκύπτει από την παρατήρηση στο μέρος και τη συμπλήρωση του ιστορικού που συμπλήρωναν οι περιηγητές του δεδομένου κέντρου ευεξίας, και αυτό το παρέδιδαν προσωπικά ως υπεύθυνη του κέντρου (spa manager).

Πίνακας 4.3 Πλήθος συμμετεχόντων ανά εθνικότητα

Εθνικότητα	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Ελληνική	43	13,4	13,4	13,4
Αμερικάνικη	96	30,0	30,0	43,4
Καναδική	14	4,4	4,4	47,8
Γαλλική	19	5,9	5,9	53,8
Αγγλική	20	6,3	6,3	60,0
Αραβική	16	5,0	5,0	65,0
Ινδική	14	4,4	4,4	69,4
Αυστραλιανή	29	9,1	9,1	78,4
Εβραϊκή	16	5,0	5,0	83,4
Νότιας Κεντρικής Αμερικής	19	5,9	5,9	89,4
Διάφορες	34	10,6	10,6	100,0
Σύνολο	320	100,0	100,0	



Γράφημα 4.3 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για το πλήθος συμμετεχόντων ανά εθνικότητα.

Πίνακας 4.4: Ετήσια επισκεψιμότητα στα Spa ανά εθνικότητα

Συχνότητα ανά έτος	Εθνικότητα				
	Ελλάδα	Αμερική	Καναδάς	Γαλλία	Αγγλία
1-3 φορές	22	51	9	8	13
4-8 φορές	7	26	4	5	4
> από 9 φορές	14	19	1	6	3
Συνολική	43	96	14	19	20

Πίνακας 4.5: Ετήσια επισκεψιμότητα στα Spa ανά εθνικότητα

Συχνότητα ανά έτος	Εθνικότητα				
	Αραβία	Ινδία	Αυστραλία	Ισραήλ	Νότια κεντρική Αμερική
1-3 φορές	7	8	12	11	8
4-8 φορές	5	4	11	2	7
> από 9 φορές	4	2	6	3	4
Συνολική	16	14	29	16	19

Πίνακας 4.6: Ετήσια επισκεψιμότητα στα Spa ανά εθνικότητα

Συχνότητα ανά έτος	Εθνικότητα	
	Διάφορα	Σύνολο
1-3 φορές	14	163
4-8 φορές	10	85
> από 9 φορές	9	71
Σύνολο	33	319

Σύμφωνα με τα στατιστικά στοιχεία του πίνακα και του γραφήματος 4.3, υπάρχει η απεικόνιση και η καταγραφή της προσέλευσης των διαφόρων εθνικοτήτων με τα αντίστοιχα ποσοστά συμμετοχής τους στη συγκεκριμένη έρευνα. Έτσι λοιπόν ποσοστιαία από τους 320 συμμετέχοντες, καταγράφεται με 30% η συμμετοχή των Αμερικανών, από τους οποίους βάση του πίνακα 4.4 περισσότεροι από τους μισούς, το 53% επισκέπτονται τα Spa 1-3 φορές το χρόνο. Ακολουθούν με 13,4% οι Έλληνες, εκ των οποίων επίσης η πλειονότητα αυτών, δηλαδή το 51% (πίνακας 4.4) επισκέπτονται επίσης τα Spa με συχνότητα 1-3 φορές ανά έτος. Σε ετήσια βάση (πίνακας 4.4) η επισκεψιμότητα 4-8 φορές σε spa των Αμερικανών είναι 27% στο σύνολο τους, ενώ το 19,8% αυτών επισκέπτονται τα Spa περισσότερο από 9 φορές το χρόνο.

Όσον αφορά τους Έλληνες υπάρχει λίγο διαφορετική κατανομή στην επισκεψιμότητα ανά έτος με το 32,5% των συμμετεχόντων να πηγαίνει στα spa πάνω από 9 φορές και το 16% των Ελλήνων δήλωσε επισκεψιμότητα σε spa μεταξύ 4-8 φορές το χρόνο.

Στον πίνακα 4.3 το 10,6% καλύπτεται από διάφορες εθνικότητες, στις οποίες περιλαμβάνονται η Κίνα, η Νότια Αφρική, η Ελβετία, η Γερμανία, η Σουηδία, η Τουρκία, οι Φιλιππίνες, η Κορέα, το Κουβέιτ, η Ιταλία, η Ιορδανία, το Βέλγιο, οι Βερμούδες, το Μονακό και η Νορβηγία. Εν συνεχεία οι Αυστραλοί με 9,1%, ακολουθούν με 6,3% συμμετοχή οι Άγγλοι, με 5,9% ισάριθμοι οι Γάλλοι με τη Νότια Κεντρική Αμερική, με 5% επίσης ισάριθμοι οι Άραβες με το Ισραήλ και τέλος με 4,4% ισάριθμοι σε συμμετοχή να βρίσκονται επίσης οι Καναδοί με τους Ινδούς. Θα μπορούσε να προκύψει το συμπέρασμα ότι από όλες τις εθνικότητες οι πιο συχνοί επισκέπτες στα Spa, είναι οι Αμερικανοί σε ποσοστό προσέλευσης 30% και μετά ακολουθούν οι Έλληνες με ποσοστό 13,4%, αλλά αυτό δεν μπορεί να αποτελέσει αντικειμενικό παράγοντα, καθώς η έρευνα αυτή εστιαζόταν στους περιηγητές του συγκεκριμένου μέρους και ξενοδοχείου και θα έπρεπε για να τεκμηριωθεί κάτι τέτοιο, να ληφθούν υπόψη και άλλες ξενοδοχειακές μονάδες ευρύτερα στην Ελλάδα, καθώς επίσης και να ληφθούν κι άλλοι παράμετροι υπόψη ώστε να απορρέει ένα τέτοιο συμπέρασμα.

Όπως προκύπτει από τα στατιστικά των παραπάνω πινάκων, οι Αυστραλοί είναι οι επόμενοι πιο συχνοί επισκέπτες του συγκεκριμένου Spa με την πλειοψηφία αυτών να επισκέπτονται γενικά στη ζωή τους τα spa 1-3 φορές το χρόνο και μετά κατανέμεται σχεδόν ισομερή η επισκεψιμότητα τους σε 4-8 φορές και άνω από 9 φορές ανά έτος η συχνότητα των Αυστραλών επισκεπτών στα κέντρα ευεξίας.

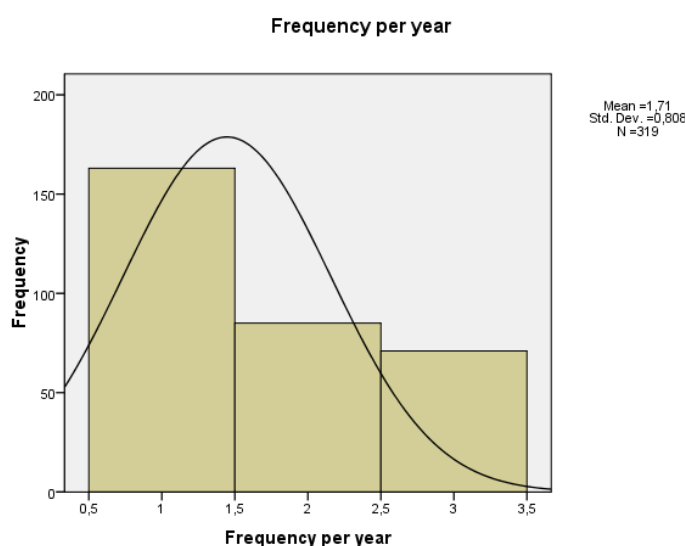
Πίνακας 4.7 Συχνότητα ετήσιων επισκέψεων σε Spa

Συχνότητα ετήσιων επισκέψεων σε Spa	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
1-3 φορές	163	50,9	51,1	51,1
4-8 φορές	85	26,6	26,6	77,7
Περισσότερο από 9 φορές	71	22,2	22,3	100,0
Σύνολο	319	99,7	100,0	

Ο πίνακας 4.7 παρουσιάζει τη γενική εικόνα του συνόλου του δείγματος συμμετεχόντων της έρευνας για τη συχνότητα των επισκέψεων στους χώρους ευεξίας – Spa, σε τρεις κλίμακες των 1-3 φορές ανά έτος, μεταξύ 4-8 φορές ανά έτος και άνω από 9 φορές ανά έτος.

Σημείωση: Το δείγμα της έρευνας ήταν αυστηρώς όλοι ήδη επισκέπτες χώρων ευεξίας - spa, με τουλάχιστον μια φορά επίσκεψη αυτών σε spa το χρόνο.

Σύμφωνα με τον πίνακα και το γράφημα 4.7 από το σύνολο του δείγματος των συμμετεχόντων φαίνεται ότι πάνω από τους μισούς, το 51,1% επισκέπτεται ως τρεις φορές ανά έτος τα Spa, ακολουθεί ένα ποσοστό 26,6% με επισκεψιμότητα 4-8 φορές ανά έτος και τέλος το 22,3% πάνω από 9 φορές, δηλαδή σχεδόν κάθε μήνα τουλάχιστον από μια φορά επισκέπτεται το 22,3%, ένα χώρο ευεξίας – Spa.



Γράφημα 4.7 Ιστόγραμμα συχνότητων των ετήσιων επισκέψεων σε Spa.

Πίνακας 4.8 Ποσοστά Ετήσιου εισοδήματος

Εισόδημα	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Χαμηλότερο των 150.000€ ετησίως	154	48,1	54,0	54,0
Υψηλότερο των 150.000€ ετησίως	131	40,9	46,0	100,0
Σύνολο	285	89,1	100,0	



Γράφημα 4.8 Ιστόγραμμα συχνοτήτων ετήσιου εισοδήματος

Ο πίνακας και το γράφημα 4.8 παρουσιάζουν κατά πόσο η οικονομική κατάσταση μπορεί να επηρεάσει την προσέλευση και τη συχνότητα, των επισκέψεων στους χώρους ευεξίας – Spa. Σύμφωνα με τα στατιστικά προκύπτει ότι το εισόδημα δεν επηρεάζει την επισκεψιμότητα στους χώρους ευεξίας, καθώς οι οικονομικά συμμετέχοντες κάτω των 150.000€ ετησίως είναι σε μεγαλύτερη συμμετοχή από τους οικονομικά άνω των 150.000€ εισόδημα ετησίως. Ίσως βέβαια αυτό να οφείλεται στο γεγονός ότι είναι και περισσότεροι σε αριθμό οι περιηγητές με εισόδημα κάτω των 150.000€ ετησίως.

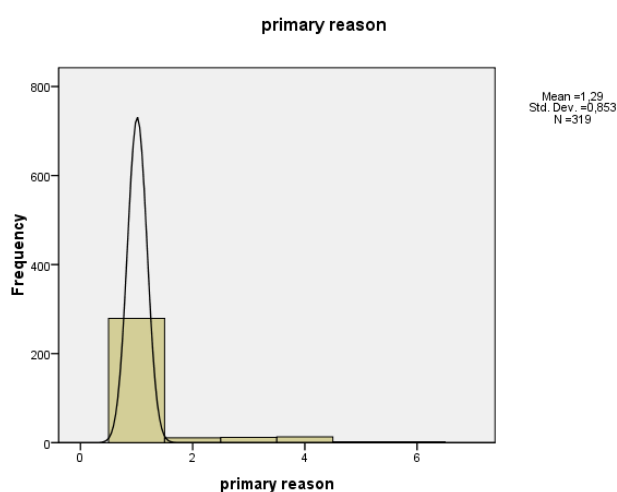
Πίνακας 4.9: Συχνότητα ανά έτος με βάση το εισόδημα

Ετήσια Συχνότητα	Εισόδημα		
	Μικρότερο από 150000	Περισσότερο από 150000	Σύνολο
1-3 φορές	103	42	145
4-8 φορές	35	41	76
Περισσότερες από 9 φορές	15	48	63
Σύνολο	153	131	28

Όπως παρατηρούμε στον παραπάνω πίνακα 4.9, όσον αφορά τη συχνότητα επισκεψιμότητας στα spa, οι άνθρωποι που τα επισκέπτονται 1-3 φορές το χρόνο ανήκουν στην ομάδα χαμηλού εισοδήματος (κάτω των 150000€ ετησίως), ενώ οι συμμετέχοντες με υψηλό εισόδημα (άνω των 150000€ ετησίως) συνηθίζουν να επισκέπτονται τους χώρους Spa 4-8 φορές το χρόνο και ακόμη περισσότερο από 9 φορές το χρόνο η πλειοψηφία αυτών (οι 48 από τους 131 στο σύνολο τους). Συμπερασματικά λοιπόν εκμαιεύεται από τα παραπάνω ότι η συχνότητα των επισκέψεων σε Spa, επηρεάζεται από το εισόδημα. Όσο μεγαλύτερο το εισόδημα κάποιου, τόσο περισσότερο συχνές είναι και οι επισκέψεις του σε χώρους Spa.

Πίνακας 4.10 Κύριος λόγος επισκεψιμότητας των περιηγητών στους χώρους ευεξίας – Spa

Κύριος λόγος της επίσκεψης σε χώρο ευεξίας	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Χαλάρωση	279	87,2	87,5	87,5
Ομορφιά	11	3,4	3,4	90,9
Ανακούφιση του πόνου	12	3,8	3,8	94,7
Βελτίωση της φυσικής υγείας	13	4,1	4,1	98,7
Βελτίωση της πνευματικής υγείας	2	,6	,6	99,4
Άλλο	2	,6	,6	100,0
Σύνολο	319	99,7	100,0	



Γράφημα 4.10 Κύριος λόγος επισκεψιμότητας των περιηγητών στους χώρους ευεξίας – Spa

Ο πίνακας και το γράφημα 4.10 παρουσιάζουν τη γενική εικόνα του κύριου λόγου επισκεψιμότητας των περιηγητών στους χώρους ευεξίας – Spa, όπου αυτός φαίνεται να είναι με μεγάλη διαφορά υπερσχύοντας από τις υπόλοιπες, η χαλάρωση. Η χαλάρωση συγκεντρώνει 87,5% ποσοστό από τους περιηγητές, ως τον κύριο λόγο επίσκεψης τους σε ένα χώρο ευεξίας Spa.

Τελευταίο ως κίνητρο για την επισκεψιμότητα στα spa θεωρείται η βελτίωση της πνευματικής υγείας.

Πίνακας 4.11 Κύριος λόγος της επίσκεψης σε χώρο ευεξίας

Κύριος λόγος της επίσκεψης σε χώρο ευεξίας	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Βελτίωση της πνευματικής υγείας	8	2,5	100,0	100,0

Όπως φαίνεται στον παραπάνω πίνακα έχοντας μια μικρή αναφορά, μόνο το 2,5% από το σύνολο των συμμετεχόντων (320 άτομα) εξέφρασε ένα λόγο ενδιαφέροντος της επίσκεψης του σε χώρο ευεξίας Spa, για την πνευματική του βελτίωση.

Σχόλιο: Το χαμηλό αυτό ποσοστό, προφανώς να παρουσιάζεται λόγω του ότι δεν τους εμπνέει τόσο ένας χώρος ευεξίας, ώστε να μπορέσουν να χαλαρώσουν ή να συγκεντρωθούν κατάλληλα για την πνευματική τους εξέλιξη. Επίσης την πνευματική βελτίωση κάποιος μπορεί να την προσεγγίσει, έχοντας τη δυνατότητα για την επιστημονική τεκμηρίωση των εφαρμογών που δέχεται στα κέντρα ευεξίας, ως προς τις ευεργετικές τους ιδιότητες για την υγεία, και κάτι τέτοιο προς το παρόν δεν προσφέρεται ακόμα στους χώρους spa.

Πίνακας 4.12: Πρωτεύων λόγος επισκεψιμότητας Spa ανά εθνικότητα

Πρωτεύων λόγος	Εθνικότητα				
	Ελλάδα	Αμερική	Καναδάς	Γαλλία	Αγγλία
Χαλάρωση	37	90	12	16	13
Ομορφιά	3	1	0	0	3
Ανακούφιση πόνου	2	2	1	0	1
Βελτίωση της φυσικής κατάστασης	1	3	1	2	2
Βελτίωση πνευματικής κατάστασης	0	0	0	1	0
Άλλο	0	0	0	0	0
Σύνολο	43	96	14	19	19

Πίνακας 4.13: Πρωτεύων λόγος επισκεψιμότητας Spa ανά εθνικότητα

Πρωτεύων λόγος	Εθνικότητα				
	Αραβία	Ινδία	Αυστραλία	Ισραήλ	Νότια Κεντρική Αμερική
Χαλάρωση	16	13	23	14	18
Ομορφιά	0	0	1	0	0
ανακούφιση πόνου	0	0	3	1	1
Βελτίωση φυσικής κατάστασης	0	1	1	0	0
Βελτίωση πνευματικής κατάστασης	0	0	0	0	0
Άλλο	0	0	1	1	0
Σύνολο	16	14	29	16	19

Πίνακας 4.14: Πρωτεύων λόγος επισκεψιμότητας Spa ανά εθνικότητα

Πρωτεύων λόγος	Εθνικότητα	
	Διάφορα	Σύνολο
Χαλάρωση	27	279
Ομορφιά	3	11
ανακούφιση πόνου	1	12
Βελτίωση φυσικής κατάστασης	2	13
Βελτίωση πνευματικής κατάστασης	1	2
Άλλο	0	2
Σύνολο	34	319

Σύμφωνα με τα ανωτέρω αποτελέσματα των πινάκων 4.12, 4.13 και 4.14 παρατηρείται ότι οι περισσότεροι συμμετέχοντες από όλες τις εθνικότητες, επισκέπτονται τα Spa με πρωταρχικό τους σκοπό να χαλαρώσουν.

Κατόπιν ακολουθούν οι λόγοι ομορφιάς και φροντίδας του δέρματος, καθώς και η φυσική βελτίωση της υγείας τους. Ελάχιστο έως μηδαμινό ενδιαφέρον προκύπτει για τη

βελτίωση της πνευματικής τους υγείας, ενώ για τις υπόλοιπες επιλογές εκδηλώνεται ένα μικρό ενδιαφέρον από κάποιες εθνικότητες.

Πίνακας 4.15: Πρωτεύων λόγος επισκεψιμότητας Spa με βάση το εισόδημα

Πρωτεύων λόγος	Εισόδημα		
	Λιγότερο από 150000	Περισσότερο από 150000	Σύνολο
Χαλάρωση	136	109	245
Ομορφιά	7	4	11
ανακούφιση πόνου	4	8	12
Βελτίωση φυσικής κατάστασης	5	8	13
Βελτίωση πνευματικής κατάστασης	0	2	2
Άλλο	2	0	2
Σύνολο	154	131	285

Σύμφωνα με τον παραπάνω πίνακα 4.15, όλοι από τους συμμετέχοντες ανεξαρτήτως του οικονομικού τους επιπέδου, έχουν δηλώσει ως κύριο λόγο επίσκεψης τους στα Spa, την χαλάρωση. Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι η χαλάρωση, είτε αυτή επέρχεται μέσω του νερού (υδροθεραπεία), είτε γενικότερα μέσω των θεραπειών ενός Spa, είναι απαραίτητη προϋπόθεση να προσφέρεται στους χώρους ευεξίας Spa, καθώς αυτός είναι ο κύριος και σχεδόν μοναδικός λόγος της επίσκεψης τους από όλους τους ανθρώπους, όλων των οικονομικών τάξεων.

Κατά δεύτερο και τρίτο λόγο των προτιμήσεων τους σε Spa, όσον αφορά τις οικονομικά υψηλά τάξεις, ακολουθούν ισάριθμα στις προτιμήσεις, η ανακούφιση του πόνου και η φυσική βελτίωση της υγείας. Ενώ στις χαμηλότερες οικονομικές τάξεις, ακολουθεί ως δεύτερη επιλογή προτίμησης η ομορφιά και μετά η φυσική βελτίωση της υγείας. Στις χαμηλού οικονομικά τάξεις είναι αξιοσημείωτο ότι κανένας δεν δήλωσε λόγο επίσκεψης τους στα Spa, τη βελτίωση της πνευματικής τους υγείας, σε αντίθεση με τους οικονομικά υψηλού εισοδήματος ανθρώπους, οι οποίοι σε ένα χαμηλό ποσοστό το επέλεξαν.

Πίνακας 4.16: Πρωτεύον λόγος επίσκεψης Spa με βάση την ηλικία

Πρωτεύον λόγος	Ηλικία			
	18-25	26-35	36-50	51-65
Χαλάρωση	24	85	98	62
Ομορφιά	0	4	5	2
Ανακούφιση πόνου	0	8	0	4
Βελτίωση της φυσικής κατάστασης	0	2	3	6
Βελτίωση πνευματικής κατάστασης	0	0	0	2
Άλλο	0	0	0	2
Σύνολο	24	99	106	78

Πίνακας 4.17: Πρωτεύον λόγος επίσκεψης Spa για την ηλικία άνω των 65

Πρωτεύον λόγος	Ηλικία	
	65+	Σύνολο
Χαλάρωση	10	279
Ομορφιά	0	11
ανακούφιση πόνου	0	12
Βελτίωση φυσικής κατάστασης	2	13
Βελτίωση πνευματικής κατάστασης	0	2
Άλλο	0	2
Σύνολο	12	319

Παραπάνω καταγράφονται οι προτιμήσεις των συμμετεχόντων σύμφωνα με την ηλικία τους. Παρατηρείται ότι ανεξαρτήτου ηλικίας ο κύριος λόγος επίσκεψης σε Spa, είναι η χαλάρωση πρώτη στις προτιμήσεις όλων των συμμετεχόντων, με μεγάλη απόκλιση συγκριτικά με τις άλλες επιλογές.

Πιο συγκεκριμένα η πιο νέα ηλικιακή ομάδα των 18-25 ετών έχει δηλώσει παμπηφεί ως μοναδική τους επιλογή στους λόγους που επισκέπτονται τα Spa, την χαλάρωση. Φαίνεται περίεργο αλλά οι νέοι αναζητούν τη χαλάρωση.

Παρεμφερή στις επιλογές της είναι και η ηλικιακή ομάδα μεταξύ 26-35 ετών, όπου η πλειονότητα αυτών δηλώνει τη χαλάρωση ως πρώτη επιλογή και ακολουθεί δεύτερη σε προτίμηση, η ανακούφιση του πόνου. Τα αποτελέσματα αυτά προφανώς πηγάζουν από την έντονη εργασιακή απασχόληση των νέων, οι οποίοι αναζητούν στις διακοπές τους και στον ελεύθερο χρόνο τους τη χαλάρωση και την ανακούφιση από το σωματικό πόνο και μετέπειτα την ομορφιά. Σε αντίθεση η επόμενη ηλικιακή ομάδα των 36-50 ετών ηλικίας συμμετέχοντες, προτιμούν επίσης με μεγάλη διαφορά τη χαλάρωση ως κύριο λόγο επίσκεψης τους σε Spa, αλλά μετά ακολουθεί σε προτίμηση η ομορφιά, δηλαδή

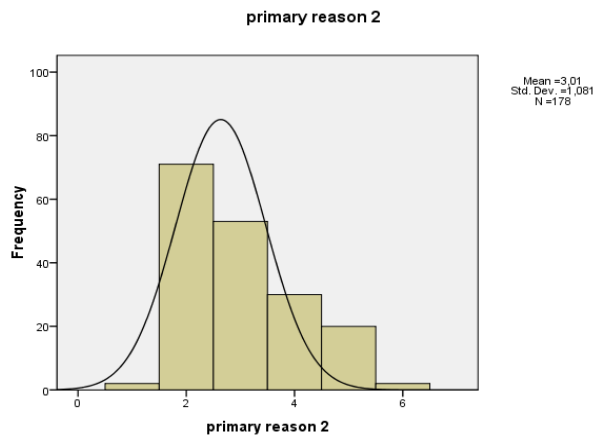
εφαρμογές και περιποιήσεις είτε με μηχανήματα, είτε με προϊόντα που βελτιώνουν την εξωτερική εμφάνιση. Αυτό φαίνεται λογικά να συμβαίνει εφόσον με την πάροδο της ηλικίας υπάρχει φθορά στο δέρμα και η επιδερμίδα εμφανίζει εξωτερικές αλλαγές, τις οποίες ως τότε δεν είχε συνηθίσει το άτομο να βλέπει. Η πιθανή ενόχληση του ατόμου για τις αλλαγές στην εξωτερική όψη της επιδερμίδας του και η ανάγκη να διατηρήσει την όμορφη νεανική όψη που είχε συνηθίσει στον εαυτό του, παύει να υπερισχύει σύμφωνα με τις επιλογές των δυο επόμενων ηλικιακών ομάδων, που είναι και οι μεγαλύτερες.

Σύμφωνα λοιπόν με την ηλικιακή ομάδα των 51-65 ετών, υπάρχει πάλι η χαλάρωση πρώτη στις επιλογές από σχεδόν όλο το ποσοστό συμμετεχόντων της ηλικίας αυτής και ακολουθεί η φυσική βελτίωση της υγείας των ατόμων, γεγονός που φαίνεται λογικό να αισθάνονται πτώση των φυσικών τους αντοχών και να επιζητούν τρόπους βελτίωσης αυτών. Κατόπιν ακολουθεί στις επιλογές τους η ανακούφιση του πόνου και μετέπειτα η ομορφιά, η πνευματική βελτίωση της υγείας τους και άλλες επιλογές.

Οι ηλικίες άνω των 65 ετών, δηλώνουν σχεδόν όλοι τη χαλάρωση ως κύριο λόγο επίσκεψης τους στα Spa και ένα μικρό ποσοστό αυτών προσθέτει στις προτιμήσεις τους τη βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης.

Πίνακας 4.18 Δευτερεύον λόγος της επίσκεψης τους σε χώρο ευεξίας

Δευτερεύον λόγος της επίσκεψης σε χώρο ευεξίας	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Χαλάρωση	2	,6	1,1	1,1
Ομορφιά	71	22,2	39,9	41,0
Ανακούφιση του πόνου	53	16,6	29,8	70,8
Βελτίωση της φυσικής υγείας	30	9,4	16,9	87,6
Βελτίωση της πνευματικής υγείας	20	6,3	11,2	98,9
Άλλο	2	,6	1,1	100,0
Σύνολο	178	55,6	100,0	

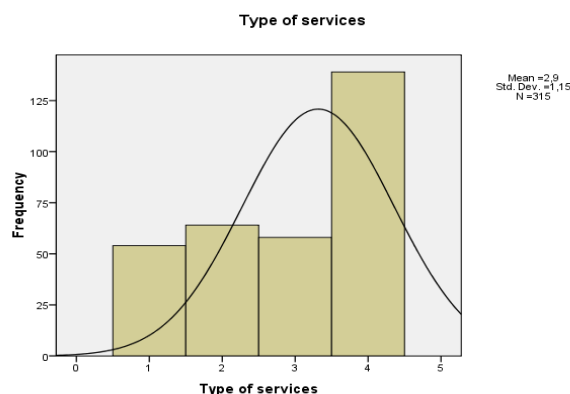


Γράφημα 4.18 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τον δευτερεύοντα λόγο της επίσκεψης σε χώρο ευεξίας

Ο πίνακας και το γράφημα 4.18 παρουσιάζουν τους δευτερεύοντες λόγους κατά σειρά, των επισκέψεων των περιηγητών στους χώρους ευεξίας – Spa και όπως φάνηκε και στους προηγούμενους πίνακες, ακολουθούν δεύτεροι οι λόγοι ομορφιάς και φροντίδας της επιδερμίδας τους. Τρίτο κατά προτίμηση ακολουθεί η ανακούφιση του πόνου, μετά η βελτίωση της φυσικής τους υγείας και τελευταίο η βελτίωση και η καλύτερευση της πνευματικής υγείας.

Πίνακας 4.19 Τύποι υπηρεσιών στα SPA

Τύποι υπηρεσιών	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Θαλασσοθεραπεία	54	16,9	17,1	17,1
Περιποίηση προσώπου	64	20,0	20,3	37,5
Περιποίηση σώματος	58	18,1	18,4	55,9
Μαλάξεις	139	43,4	44,1	100,0
Σύνολο	315	98,4	100,0	



Γράφημα 4.19 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τους τύπους υπηρεσιών στα SPA

Ο πίνακας και το γράφημα 4.19 παρουσιάζουν γενικά τους τύπους υπηρεσιών που προτιμούνται πιο συχνά από τους επισκέπτες στα Spa. Όπως απεικονίζεται και στο γράφημα 4.19, τη μεγαλύτερη σε ζήτηση υπηρεσία παρουσιάζει η μάλαξη με ποσοστό ζήτησης 44,1%. Κατόπιν ακολουθεί η περιποίηση προσώπου, με ποσοστό ζήτησης 20,3%, μετά ακολουθούν οι περιποιήσεις σώματος με 18,4% και τέλος η θαλασσοθεραπεία με ζήτηση 17,1%.

Πίνακας 4.20 Προτιμήσεις υπηρεσιών SPA με βάση την εθνικότητα

Είδος υπηρεσίας	Εθνικότητα					
	Ελλάδα	Αμερική	Καναδάς	Γαλλία	Αγγλία	Αραβία
Θαλασσοθεραπεία	7	12	3	8	4	5
Περιποίηση προσώπου	10	21	2	2	5	0
Περιποίηση σώματος	11	15	0	3	3	5
Μάλαξη	15	48	9	5	7	5
Σύνολο	43	96	14	18	19	15

Πίνακας 4.21 Προτιμήσεις υπηρεσιών SPA με βάση την εθνικότητα

Είδος υπηρεσίας	Εθνικότητα			
	Ινδία	Αυστραλία	Ισραήλ	Νότια κεντρική Αμερική
Θαλασσοθεραπεία	2	2	2	5
Περιποίηση προσώπου	3	6	2	5
Περιποίηση σώματος	1	6	1	4
Μάλαξη	8	15	11	5
Σύνολο	14	29	16	19

Πίνακας 4.22 Προτιμήσεις υπηρεσιών SPA με βάση την εθνικότητα

Είδος υπηρεσίας	Εθνικότητα	
	Διάφορα	Σύνολο
Θαλασσοθεραπεία	4	54
Περιποίηση προσώπου	8	64
Περιποίηση σώματος	9	58
Μάλαξη	11	139
Σύνολο	32	315

Όσον αφορά τις προτιμήσεις των υπηρεσιών ενός Spa, με βάση την εθνικότητα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα των παραπάνω πινάκων 4.20, 4.21 και 4.22 μεγαλύτερη ζήτηση στις προτιμήσεις των συμμετεχόντων εκδηλώνει να έχει η μάλαξη. Η μάλαξη είναι πρώτη στις προτιμήσεις όλων των εθνικοτήτων, εκτός από τη Γαλλία, η οποία τοποθετεί σε πρώτη της επιλογή υπηρεσιών σε Spa τη θαλασσοθεραπεία και μετά τη μάλαξη.

Αρχικά οι Έλληνες προτιμούν τη μάλαξη και διάφορες θεραπείες σώματος, μετά ακολουθούν σε προτίμηση οι θεραπείες προσώπου και τελευταία η θαλασσοθεραπεία. Οι Αμερικανοί τοποθετούν επίσης ως πρώτη τους επιλογή τη μάλαξη, αλλά εκτιμούν ως δεύτερη τους επιλογή τις περιποιήσεις προσώπου, μετά τις περιποιήσεις σώματος και τελευταία τη θαλασσοθεραπεία. Οι Καναδοί επίσης επιλέγουν πρώτη στις προτιμήσεις τους τη μάλαξη κατόπιν τη θαλασσοθεραπεία, μετά την περιποίηση προσώπου και καθόλου τις περιποιήσεις σώματος. Οι Γάλλοι είναι οι μοναδικοί όπως προαναφέρθηκε στην αρχή, οι οποίοι επιλέγουν πρώτη τους επιλογή τη θαλασσοθεραπεία, κατόπιν τη μάλαξη, μετά επιλέγουν τις περιποιήσεις σώματος και τελευταία την περιποίηση προσώπου, με ελάχιστη διαφορά από την περιποίηση του σώματος. Οι Άγγλοι κατατάσσουν στην πρώτη τους επιλογή τη μάλαξη, συνεχίζουν με δεύτερη τους επιλογή τις περιποιήσεις προσώπου, μετά τη θαλασσοθεραπεία και τελευταία τους επιλογή τις περιποιήσεις σώματος. Οι Άραβες παρουσιάζουν ίδια προτίμηση στις τρεις παραπάνω επιλογές όπως είναι η μάλαξη, οι περιποιήσεις σώματος και η θαλασσοθεραπεία, χωρίς όμως να εντάσσουν στις προτιμήσεις τους τις περιποιήσεις προσώπου. Αυτό μπορεί να οφείλεται στο μεγαλύτερο δείγμα ανδρών Αράβων που συμμετείχε στην έρευνα ή λόγω των θρησκευτικών τους παραδόσεων. Σημειώνεται ότι υπήρχε ποσοστό γυναικών μουσουλμανικής καταγωγής, οι οποίες διατηρούσαν την ενδυμασία τους κατά τη διάρκεια χρήσης της θαλασσοθεραπείας.

Οι Ινδοί επίσης τοποθετούν στην πρώτη τους επιλογή τη μάλαξη, μετά τις περιποιήσεις προσώπου. Ακολουθεί στις προτιμήσεις τους η θαλασσοθεραπεία και τέλος οι περιποιήσεις σώματος. Από την Αυστραλία και τη Νέα Ζηλανδία, επιθυμούν κι αυτοί με τη σειρά τους πρώτη τους επιλογή τη μάλαξη στις προτιμήσεις τους με διαφορά από τις επόμενες προτιμήσεις τους οι οποίες ισοβαθμούν και είναι οι περιποιήσεις προσώπου και οι περιποιήσεις σώματος. Η θαλασσοθεραπεία για αυτούς κατατάσσεται ως τελευταία τους επιλογή και με διαφορά από τις προηγούμενες επιλογές τους και είναι η μοναδική εθνικότητα που τοποθετεί τη θαλασσοθεραπεία στην τελευταία θέση προτίμησης. Οι Ισραηλίτες επίσης τοποθετούν τη μάλαξη στην πρώτη τους επιλογή προτίμησης υπηρεσιών, ως δεύτερη επιλογή τους είναι η θαλασσοθεραπεία και οι περιποιήσεις προσώπου και τελευταία για αυτούς επιλογή είναι οι περιποιήσεις σώματος.

Πάντως αν και οι Ισραηλίτες είναι συνηθισμένοι με τα μπάνια στη Νεκρά θάλασσα που μοναδικά κατέχουν στη Χώρα τους, εκδήλωσαν μεγάλο ενδιαφέρον και αρέσκεια για τη θαλασσοθεραπεία. Από τη Νότια Αμερική (Μεξικό, Κολομβία, Βραζιλία, Αργεντινή) οι συμμετέχοντες κατατάσσουν το ίδιο σημαντικό με ισόψηφη επιλογή για αυτούς τη μάλαξη, τη θαλασσοθεραπεία και τις περιποιήσεις προσώπου, ενώ αφήνουν τις περιποιήσεις σώματος ως δεύτερη επιλογή τους. Τέλος, οι διάφορες Εθνικότητες – Χώρες που συμμετείχαν στην έρευνα και οι οποίες περιλαμβάνουν την Κίνα, τη Νότια Αφρική, την Ελβετία, τη Γερμανία, τη Σουηδία, την Τουρκία, τις Φιλιππίνες, την Κορέα, το Κουβέιτ, την Ιταλία, την Ιορδανία, το Βέλγιο, τις Βερμούδες, το Μονακό και τη Νορβηγία, εκδήλωσαν επίσης πρωταρχικό ενδιαφέρον για τη μάλαξη ως πρώτη στις προτιμήσεις τους και κατόπιν ακολουθούν οι περιποιήσεις σώματος, με ελάχιστη διαφορά μετά οι περιποιήσεις προσώπου και τέλος αφήνουν στις προτιμήσεις τους τη θαλασσοθεραπεία.

Σχόλιο:

Θαλασσοθεραπεία: Πρώτη σε προτίμηση για τους Γάλλους και τελευταία για τους Αυστραλούς και τους Νεοζηλανδούς.

Οι υπόλοιπες εθνικότητες την κατατάσσουν δεύτερη τους επιλογή μετά τη μάλαξη, που κατέχει την πρώτη θέση προτίμησης για όλες τις δέκα (εκτός της Γαλλίας) χώρες, που συμμετείχαν στην έρευνα.

Σύμφωνα με τις σημειώσεις της ποιοτικής έρευνας του δείγματος συμμετεχόντων, οι επισκέπτες του Spa, δεν γνώριζαν ούτε τα οφέλη της θαλασσοθεραπείας, ούτε καν τον

όρο και τον ορισμό της. Εντυπωσιάζονταν από την ερμηνεία και από την ελληνική προέλευση της λέξης αυτής και τα οφέλη που θα μπορούσε να τους προσδώσει η θαλασσοθεραπεία ως προϊόν υπηρεσίας στο Spa. Εξάιρεση αποτελούσαν ορισμένοι Γάλλοι επισκέπτες, οι οποίοι γνώριζαν τον όρο της θαλασσοθεραπείας, είχαν ξαναδοκιμάσει στο παρελθόν την υπηρεσία αυτή και σύμφωνα με τα στατιστικά αποτελέσματα την κατατάσσουν πρώτη στις επιλογές τους ανάμεσα σε όλες τις υπηρεσίες ενός χώρου Spa. Οπότε σε ένα τουριστικό προορισμό που προσεγγίζει Γάλλους, θα ήταν ωφέλιμο αν όχι απαραίτητο στο χώρο ευεξίας – Spa, να υπάρχει η θαλασσοθεραπεία ως προϊόν και υπηρεσία.

Πίνακας 4.23 Προτιμήσεις υπηρεσιών Spa με βάση το εισόδημα

Είδος υπηρεσίας	Εισόδημα		
	Λιγότερο από 150000	Περισσότερο από 150000	Σύνολο
Θαλασσοθεραπεία	26	19	45
Περιποίηση προσώπου	28	30	58
Περιποίηση σώματος	27	29	56
Μάλαξη	73	53	126
Σύνολο	154	131	285

Ο παραπάνω πίνακας 4.23 παρουσιάζει τις προτιμήσεις των υπηρεσιών ενός Spa, με γνώμονα το εισόδημα και πως αυτό επηρεάζει τις επιλογές των περιηγητών. Όπως γίνεται αντιληπτό η προτίμηση στη μάλαξη προέχει με διαφορά από τις άλλες υπηρεσίες, στην πρώτη θέση και για τα δυο οικονομικά στρώματα. Το εντυπωσιακό είναι ότι εξίσου οι δυο οικονομικές τάξεις, τόσο οι οικονομικά υψηλές, όσο και οι μικρομεσαίες σε εισόδημα, κατανέμουν με την ίδια ακριβώς σειρά προτίμησης, τις προσφερόμενες υπηρεσίες ενός Spa με πρώτη επιλογή τη μάλαξη, δεύτερη τις περιποιήσεις προσώπου, τρίτη στις προτιμήσεις τους, τις περιποιήσεις σώματος και τελευταία ως επιλογή τοποθετούν τη θαλασσοθεραπεία.

Πίνακας 4.24: Προτιμήσεις υπηρεσιών Spa με γνώμονα την ηλικία

Είδος υπηρεσίας	Ηλικία					Σύνολο
	18-25	26-35	36-50	51-65	65+	
Θαλασσοθεραπεία	0	14	25	13	2	54
Περιποίηση προσώπου	10	15	27	10	2	64
Περιποίηση σώματος	6	19	17	12	4	58
Μάλαξη	8	50	35	43	3	139
Σύνολο	24	98	104	78	11	315

Ο παραπάνω πίνακας 4.24 παρουσιάζει τις προτιμήσεις των επισκεπτών για τις υπηρεσίες ενός Spa και πως οι προτιμήσεις αυτές, επηρεάζονται από τις διάφορες ηλικιακές τους ομάδες. Όπως παρατηρείται λοιπόν στον πίνακα 4.24 από τις επιλογές των συμμετεχόντων, οι ηλικιακές ομάδες μεταξύ 26-35 ετών, 36-50 και 51-65 ετών, σημειώνουν πρώτη σε προτίμηση υπηρεσιών για αυτούς, τη μάλαξη. Ενώ η πιο νέα ηλικιακή ομάδα μεταξύ 18-25 ετών επιλέγει πρώτο στις προτιμήσεις τους τις υπηρεσίες προσώπου, λόγω προφανώς εξαιτίας των διαφόρων ορμονικών διαταραχών που πιθανόν αλλοιώνουν τα χαρακτηριστικά της νεανικής όψης του προσώπου τους. Η πιο μεγάλη σε ηλικία ομάδα άνω των 65 ετών, επιλέγουν ως πρώτη τους προτίμηση τις περιποιήσεις σώματος, προφανώς επειδή αυτές συνδυάζουν επαλείψεις με σκευάσματα πλούσια σε θρεπτικά συστατικά τα οποία ενισχύουν την ολιστική υγεία του οργανισμού και προσδίδουν ευεξία.

Σχόλιο: Το γεγονός ότι η μάλαξη έρχεται πρώτη στις προτιμήσεις των πιο δυναμικά εργαζόμενων ηλικιακών ομάδων δηλαδή μεταξύ 26-65 ετών, είναι λογικό να συμβαίνει καθώς οι ηλικίες αυτές είναι οι πιο παραγωγικές, κουράζονται περισσότερο ή αθλούνται πιο πολύ και κατά επέκταση, η αίσθηση της κούρασης του σώματος με την πάροδο της ηλικίας, γίνεται όλο και πιο πολύ έντονη αισθητά.

Μετέπειτα παρατηρούνται διαφορές στις επιλογές προτιμήσεων για την κάθε ηλικιακή ομάδα. Αρχικά λοιπόν οι ηλικίες των 18-25 ετών, τοποθετούν ως δεύτερη επιλογή τους τη μάλαξη μετά τις περιποιήσεις του προσώπου, τρίτη τους επιλογή τις περιποιήσεις σώματος και καθόλου στις επιλογές τους δεν συμπεριλαμβάνουν τη θαλασσοθεραπεία.

Σχόλιο: Είναι η μοναδική ηλικιακή ομάδα που δεν έχει συμπεριλάβει καθόλου στις επιλογές της τη θαλασσοθεραπεία. Πιθανοί λόγοι είναι η προτίμηση μπάνιου στη θάλασσα, καθώς υπάρχει άγνοια των ευεργετικών στοιχείων που μεταφέρονται

διαμέσου της θαλασσοθεραπείας ή η μη αναγκαία κάλυψη των ωφέλιμων αυτών στοιχείων και ιδιοτήτων για τον οργανισμό τους.

Η επόμενη ηλικιακή ομάδα μεταξύ 26-35 ετών, τοποθετεί ως δεύτερη επιλογή προτιμήσεων (μετά τη μάλαξη), τις περιποιήσεις σώματος, τρίτη τις περιποιήσεις του προσώπου και τελευταία τη θαλασσοθεραπεία.

Οι ηλικίες μεταξύ 36-50 ετών τοποθετούν κι αυτοί μετά την πρώτη τους επιλογή που είναι η μάλαξη, τις περιποιήσεις προσώπου, με πολύ μικρή διαφορά δυο μονάδων ακολουθεί ως τρίτη τους επιλογή η θαλασσοθεραπεία και τελευταίες κατατάσσουν τις περιποιήσεις σώματος.

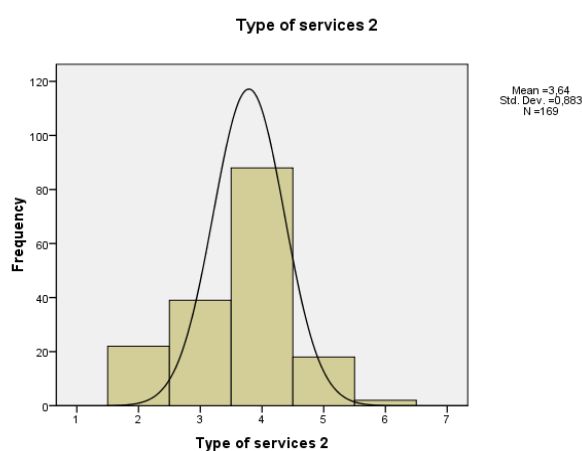
Η ηλικιακή ομάδα μεταξύ 51-65 ετών, σημειώνουν ως πρώτη τους επιλογή όπως προαναφέρθηκε τη μάλαξη με μεγάλη διαφορά από τις επόμενες προτιμήσεις τους. Δεύτερη για αυτούς επιλογή είναι η θαλασσοθεραπεία, γεγονός που υποδεικνύει ότι προφανώς τη γνωρίζουν και έχουν ευεργετηθεί από τα οφέλη της στον οργανισμό τους. Με μικρή διαφορά συνεχίζει ως τρίτη τους επιλογή οι περιποιήσεις σώματος και τελευταία τέταρτη στη σειρά, τοποθετούν τις περιποιήσεις προσώπου, επίσης με μικρή διαφορά από την προηγούμενη επιλογή τους.

Τέλος για τις ηλικίες άνω των 65 ετών μετά την πρώτη επιλογή των περιποιήσεων του σώματος, σημειώνεται ως δεύτερη σε προτίμηση επιλογή η μάλαξη, τρίτη και τέταρτη επιλογές ισόψηφοι είναι η θαλασσοθεραπεία και οι περιποιήσεις προσώπου.

Συμπερασματικά ως τελικό αποτέλεσμα, η μάλαξη έρχεται πρώτη στις προτιμήσεις με ποσοστό 44,2 % από τους 315 συμμετέχοντες που συμπλήρωσαν αυτήν την ερώτηση (320 είναι το συνολικό δείγμα ερωτηθέντων). Ακολουθούν στις προτιμήσεις οι περιποιήσεις προσώπου με ποσοστό 20,3%, μετά οι περιποιήσεις σώματος με ποσοστό προτίμησης 18,4% και τελευταία είναι η θαλασσοθεραπεία με ποσοστό 17,14%, γεγονός που δείχνει να μην είναι τόσο υψηλά στις προτιμήσεις, εκτός από την ηλικιακή ομάδα των 51-65 ετών που την κατατάσσει μετά τη μάλαξη που σημειώνει 55% πρώτη σε προτίμηση, η θαλασσοθεραπεία είναι δεύτερη με ποσοστό 16,6 % στις προτιμήσεις τους, καθώς επίσης και στις ηλικίες 36-50 ετών, σημειώνεται υψηλό το ποσοστό προτίμησης της θαλασσοθεραπείας με ποσοστό προτίμησης 24%.

Πίνακας 4.25 Προτιμήσεις υπηρεσιών SPA και ιαματικές πηγές

Τύποι υπηρεσιών 2	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Περιποίηση προσώπου	22	6,9	13,0	13,0
Περιποίηση σώματος	39	12,2	23,1	36,1
Μαλάξεις	88	27,5	52,1	88,2
Ιαματικές πηγές	18	5,6	10,7	98,8
Άλλο	2	,6	1,2	100,0
Σύνολο	169	52,8	100,0	

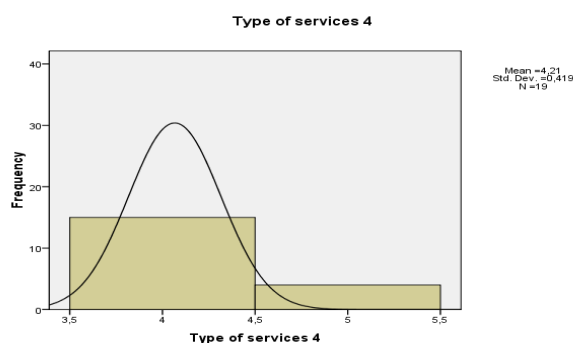


Γράφημα 4.25 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις προτιμήσεις υπηρεσιών SPA και τις ιαματικές πηγές

Στον πίνακα και το γράφημα 4.25 απεικονίζονται οι υπηρεσίες που προτιμούνται πιο συχνά από τους επισκέπτες των Spa και τα ποσοστά προτίμησης για τις ιαματικές πηγές. Όπως λοιπόν φαίνεται τόσο στο γράφημα, όσο και στα αποτελέσματα του πίνακα, οι περιηγητές οι οποίοι επέλεξαν την επιλογή των ιαματικών πηγών, σημειώνουν επίσης μεγάλη προτίμηση στις υπηρεσίες των μαλάξεων και τις περιποιήσεις του σώματος. Πιο συγκεκριμένα οι ιαματικές πηγές σημειώνουν ενδιαφέρον εκδήλωσης για το 10,7% των περιηγητών, με 52,1% να υπερτερεί η μάλαξη στις προτιμήσεις και τρίτο σε σειρά προτιμήσεων να ακολουθούν οι περιποιήσεις του σώματος με 23,1%.

Πίνακας 4.26 Προτιμήσεις της μάλαξης και των ιαματικών πηγών

Τύποι υπηρεσιών 3	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Μαλάξεις	15	4,7	78,9	78,9
Ιαματικές Πηγές	4	1,3	21,1	100,0
Σύνολο	19	5,9	100,0	

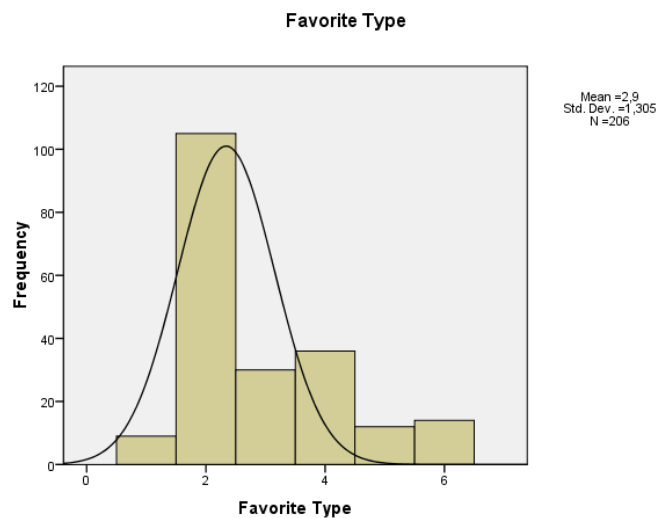


Γράφημα 4.26 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις προτιμήσεις μεταξύ της μάλαξης και των ιαματικών πηγών

Στον παραπάνω πίνακα και γράφημα 4.26 παρουσιάζονται η προτίμηση των περιηγητών μεταξύ των υπηρεσιών της μάλαξης και των ιαματικών πηγών. Όπως φαίνεται ξεκάθαρα από το γράφημα η προτίμηση στη μάλαξη υπερέχει κατά 78,9% σε σχέση με την προτίμηση των ιαματικών πηγών.

Πίνακας 4.27 Αγαπημένο είδος μάλαξης

Αγαπημένο είδος μάλαξης	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Σιάτσου	9	2,8	4,4	4,4
Μαλάξεις εν τω βάθι πίεσης	105	32,8	51,0	55,3
Μάλαξη με ζεστά πετρώματα	30	9,4	14,6	69,9
Αρωματοθεραπεία	36	11,3	17,5	87,4
Μάλαξη κεφαλής	12	3,8	5,8	93,2
Μάλαξη πελμάτων-Ρεφλεξολογία	14	4,4	6,8	100,0
Σύνολο	206	64,4	100,0	

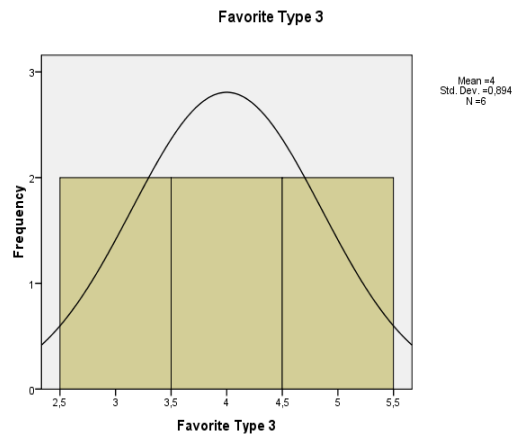


Γράφημα 4.27 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για το αγαπημένο είδος μάλιαξης

Το πιο αγαπητό είδος μάλιαξης παρουσιάζεται στον πίνακα και το γράφημα 4.27 και αυτό το οποίο αποκαλύπτεται είναι ότι το deep tissue κατέχει την πρώτη θέση ως το πιο αγαπητό σε προτίμηση είδος μάλιαξης για τους επισκέπτες ενός spa με ποσοστό εκδήλωσης 51%. Μετά ακολουθεί η «αρωματοθεραπεία» με ποσοστό προτίμησης να συγκεντρώνει 17,5%, ακολουθεί η μάλιαξη με ζεστά πετρώματα “Hot stones massage” με 14,6%, η ρεφλεξολογία με 6,8%, κατόπιν η μάλιαξη κεφαλής “Scalp Massage ” με ποσοστό προτίμησης 5,8% και τελευταίο στην προτίμηση το “Shiatsu” με ποσοστό 4,4%.

Πίνακας 4.28 Δευτερεύον επιθυμητό είδος μάλιαξης

Επιθυμητό είδος μάλιαξης	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Μάλιαξη με ζεστά πετρώματα	2	,6	33,3	33,3
Αρωματοθεραπεία	2	,6	33,3	66,7
Μάλιαξη κεφαλής	2	,6	33,3	100,0
Σύνολο	6	1,9	100,0	



Γράφημα 4.28 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για δευτερεύον επιθυμητό είδος μάλιαξης

Υψηλή ζήτηση συγκεντρώνει η μάλιαξη κεφαλής, όπως και η αρωματοθεραπεία με το «Hot stones massage», διότι κατόπιν της ποιοτικής έρευνας που σημειώθηκε, ένα ποσοστό πλήθους επισκεπτών του Spa, που ήταν αλλοδαποί τουρίστες από μακρινές Χώρες εκδήλωναν έντονες κεφαλαλγίες και κούραση σε όλο τους το σώμα από το μακρινό ταξίδι τους (jet lag) ή λόγω των κατά επανάληψη εξόδων ψυχαγωγίας τους ως αργά το πρωί, με επιπλέον το συνδυασμό αλκοολούχων ποτών, με αποτέλεσμα να επιζητούν κυρίως αυτά τα είδη μαλάξεων.

Πίνακας 4.29 Αγαπημένο είδος μάλιαξης ανά εθνικότητα

Αγαπημένο είδος μάλιαξης	Εθνικότητα				
	Ελλάδα	Αμερική	Καναδάς	Γαλλία	Αγγλία
Σιάτσου	3	2	0	0	0
Μάλιαξη εν τω βάθει πίεσης	16	38	5	6	6
Μάλιαξη με ζεστά πετρώματα	4	10	1	2	2
Αρωματοθεραπεία	4	5	1	1	2
Μάλιαξη κεφαλής	0	4	1	0	3
Μάλιαξη πελμάτων / Ρεφλεξολογία	2	5	0	1	0
Σύνολο	29	64	8	10	13

Πίνακας 4.30 Αγαπημένο είδος μάλιαξης ανά εθνικότητα

Αγαπημένο είδος μάλιαξης	Εθνικότητα				
	Αραβία	Ινδία	Αυστραλία	Ισραήλ	Νότια Κεντρική Αμερική
Σιάτσου	1	1	0	1	0
Μάλιαξη εν τω βάθη πίεσης	5	6	10	2	6
Μάλιαξη με ζεστά πετρώματα	1	1	2	2	1
Αρωματοθεραπεία	2	2	4	2	3
Μάλιαξη κεφαλής	0	0	3	0	1
Μάλιαξη πελμάτων / Ρεφλεξολογία	1	0	2	0	1
Σύνολο	10	10	21	7	12

Πίνακας 4.31 Αγαπημένο είδος μάλιαξης ανά εθνικότητα

Αγαπημένο είδος μάλιαξης	Εθνικότητα	
	Διάφορα	Σύνολο
Σιάτσου	1	9
Μάλιαξη εν τω βάθη πίεσης	5	105
Μάλιαξη με ζεστά πετρώματα	4	30
Αρωματοθεραπεία	10	36
Μάλιαξη κεφαλής	0	12
Μάλιαξη πελμάτων / Ρεφλεξολογία	2	14
Σύνολο	22	206

Οι παραπάνω πίνακες 4.29, 4.30 και 4.31 παρουσιάζουν το αγαπημένο είδος μάλιαξης ανάλογα με την εθνικότητα.

Είναι εντυπωσιακό ότι για όλες τις εθνικότητες που συμμετείχαν στην έρευνα, ως αγαπημένο τους είδος μάλιαξης επιλέγουν με διαφορά το “Deep tissue massage”, δηλαδή της έντονης και βαθειάς πίεσεως μάλιαξη.

Μετά στις προτιμήσεις ως αγαπημένο είδος μάλιαξης ακολουθεί τη δεύτερη θέση η «Αρωματοθεραπεία» για τις εθνικότητες των Αράβων, τους Ισραηλίτες, τους Ινδούς, τους Αυστραλούς και για τους συμμετέχοντες της Νότιας Κεντρικής Αμερικής.

Για τους Έλληνες στη δεύτερη σειρά επιλογής ισοψηφούν η αρωματοθεραπεία και η μάλιαξη με τα ζεστά πετρώματα, το λεγόμενο «Hot stones massage», το οποίο έρχεται δεύτερο στις προτιμήσεις των Αμερικανών και των Γάλλων. Κατόπιν για τους Άγγλους ακολουθεί το μασάζ κεφαλής –«Scalp massage» τη δεύτερη θέση στα αγαπημένα, ενώ

για τους Καναδούς, ισοψηφούν στη θέση αυτή η αρωματοθεραπεία, το «Hot stones Μάλαξη» και το «Scalp massage».

Πίνακας 4.32 Αγαπημένο είδος μάλαξης με βάση το εισόδημα

Αγαπημένο είδος μάλαξης	Εισόδημα		
	Λιγότερο από 150000 €	Περισσότερο από 150000 €	Σύνολο
Σιάτσου	3	6	9
Μάλαξη εν τω βάθη πίεσης	40	54	94
Μάλαξη με ζεστά πετρώματα	14	14	28
Αρωματοθεραπεία	20	13	33
Μάλαξη κεφαλής	6	6	12
Μάλαξη πελμάτων / Ρεφλεξολογία	7	1	8
Σύνολο	90	94	184

Ο παραπάνω πίνακας 4.32, εξετάζει αν θα μπορούσε να υπάρχει αγαπημένο είδος μάλαξης διαφορετικό για κάθε οικονομική τάξη. Το εισόδημα λοιπόν, όπως φαίνεται στον παραπάνω πίνακα δεν μπορεί να μεταβάλλει την εκτίμηση του πιο αγαπημένου είδους μάλαξης. Τα παραπάνω αποτελέσματα φανερώνουν ξανά ότι το “Deep tissue massage”, είναι με διαφορά το αγαπημένο σε προτίμηση μασάζ, εξίσου τόσο για τους υψηλά, όσο και για τους μικρομεσαίους σε εισοδήματα συμμετέχοντες.

Το “Deep tissue massage ” για τη μικρομεσαία τάξη είναι η αγαπημένη τους μάλαξη με ποσοστό προτίμησης 44,4% και για τους υψηλού εισοδήματος συμμετέχοντες, έρχεται επίσης πρώτο με διαφορά ως αγαπημένο τους, με ποσοστό προτίμησης 57,4%.

Σχόλιο: Παρόλο που το συγκεκριμένο είδος μάλαξης θεωρείται ένα από τα πιο ακριβοπληρωμένα είδη και στον κατάλογο του συγκεκριμένου spa που διεξήχθη η έρευνα, αποτελούσε ένα από τα πιο ακριβά μασάζ (κόστος του «Deep tissue massage» 130€/60 λεπτά), συμπεραίνουμε ότι οι άνθρωποι προκειμένου να χαλαρώσουν, προτιμούν και διαλέγουν αυτό που τους εξυπηρετεί και τους αρέσει περισσότερο ανεξαρτήτου κόστους ή οικονομικής κατηγορίας στην οποία βρίσκονται.

Στη δεύτερη επιλογή ως αγαπημένο είδος μάλαξης, έρχεται για τους μεσαίους σε εισοδήματα η «Αρωματοθεραπεία», ενώ για τους υψηλόμισθους το μασάζ με τα ζεστά πετρώματα, το λεγόμενο «Hot stones massage», το οποίο συγκαταλέγεται κι αυτό στους καταλόγους των Spa, ως ένα από τα ακριβοπληρωμένα είδη μάλαξης (130€/90 λεπτά). Τρίτο στις επιλογές της μεσαίας οικονομικής κατηγορίας βρίσκεται το «Hot stones

massage» και αντίστοιχα ανάποδα για τους υψηλόμισθους η «Αρωματοθεραπεία» στην τρίτη θέση ως αγαπημένο είδος τους.

Για τα υπόλοιπα είδη μάλιαξης υπήρχε πολύ χαμηλό ποσοστό προτίμησης ως αγαπημένα και σε αυτά συγκαταλέγονται το μασάζ κεφαλής, το Σιάτσου και η ρεφλεξολογία με συνολικά ποσοστιαία σειρά προτίμησης.

Σχόλιο: Προκαλεί λοιπόν εντύπωση, παρόλο που είναι εξειδικευμένα είδη μάλιαξης, με αποτελέσματα στην ανακούφιση του πόνου και γνωστά στους χώρους των spa, αυτά τα μασάζ (σιάτσου, ρεφλεξολογία, μασάζ κεφαλής) δεν επιλέχθηκαν τόσο υψηλά στις προτιμήσεις των συμμετεχόντων ως τα αγαπημένα τους και προτίμησαν και οι δυο οικονομικές κατηγορίες συμμετεχόντων, ένα είδος κλασσικής μάλιαξης στη δυνατή του εκδοχή.

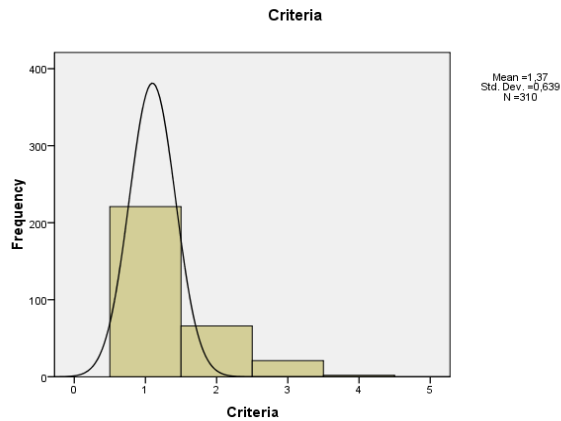
Πίνακας 4.33 Αγαπημένο είδος μάλιαξης με γνώμονα την ηλικία

Αγαπημένο είδος μάλιαξης	Ηλικία	
	65+	Σύνολο
Σιάτσου	0	9
Μάλιαξη εν τω βάθη πίεσης	3	105
Μάλιαξη με ζεστά πετρώματα	2	30
Αρωματοθεραπεία	0	36
Μάλιαξη κεφαλής	0	12
Μάλιαξη πελμάτων / Ρεφλεξολογία	2	14
Σύνολο	7	206

Όπως παρατηρείται από τον παραπάνω πίνακα 4.33, το «Deep tissue massage» είναι η επίσης για τις ηλικίες άνω των 65 ετών, το αγαπημένο είδος μάλιαξης.

Πίνακας 4.34 Κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας

Κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Τοποθεσία	221	69,1	71,3	71,3
Υπηρεσίες	66	20,6	21,3	92,6
Φήμη	21	6,6	6,8	99,4
Άλλο	2	,6	,6	100,0
Σύνολο	310	96,9	100,0	



Γράφημα 4.34 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τα κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας

Ο παραπάνω πίνακας και το γράφημα 4.34 παρουσιάζουν τα αποτελέσματα της ερώτησης 9 του ερωτηματολογίου. Δηλαδή ένας περιηγητής, επιλέγει πρώτα τις διακοπές του και μετά το spa που βρίσκεται στην περιοχή των διακοπών του ή επιλέγει πρώτα το spa και στο μέρος που βρίσκεται το spa συνδυάζει και τις διακοπές του; Ακόμη εξετάζεται αν η φήμη ενός spa, αποτελεί τελικά κριτήριο επιλογής για τους επισκέπτες.

Όσον αφορά λοιπόν τα κριτήρια επιλογής των εγχώριων ή των αλλοδαπών τουριστών για την επιλογή του κέντρου ευεξίας - spa, που πρόκειται να επισκεφθούν πρωταρχικό κριτήριο για αυτούς είναι η τοποθεσία. Το ποσοστό αυτής της επιλογής πλησιάζει το 71,3%.

Στο μέρος των διακοπών που θα επιλέξει ο περιηγητής να βρίσκεται, εκεί ταυτόχρονα θα συνδυάζει και το κέντρο ευεξίας που πληροί για αυτόν τις προδιαγραφές που αναζητά. Δεύτερο λοιπόν κριτήριο έρχονται οι υπηρεσίες του κέντρου ευεξίας με ποσοστό 21,3% και τελευταία λαμβάνουν υπόψη τους οι περιηγητές τη φήμη και τη δημοσιότητα του spa (ποσοστό επιλογής 6,8 %).

Πίνακας 4.35 Κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας με γνώμονα την εθνικότητα

Κριτήρια	Εθνικότητα						
	Ελλάδα	Αμερική	Καναδάς	Γαλλία	Αγγλία	Αραβία	Ινδία
Τοποθεσία	31	66	9	14	11	11	11
Υπηρεσίες	8	23	3	5	2	5	2
Φήμη	4	4	1	0	4	0	1
Άλλο	0	0	0	0	2	0	0
Σύνολο	43	93	13	19	19	16	14

Πίνακας 4.36: Κριτήρια επιλογής του κέντρου ευεξίας με γνώμονα την εθνικότητα

Κριτήρια	Εθνικότητα				
	Αυστραλία	Ισραήλ	Νότια κεντρική Αμερική	Διάφορα	Σύνολο
Τοποθεσία	19	13	14	22	221
Υπηρεσίες	7	2	4	5	66
Φήμη	2	0	1	4	21
Άλλο	0	0	0	0	2
Σύνολο	28	15	19	31	310

Οι παραπάνω πίνακες 4.35 και 4.36, παρουσιάζουν πιο συγκεκριμένα τα κριτήρια επιλογής spa, του επισκέπτη με γνώμονα την εθνικότητα. Οι πίνακες εξετάζουν εδώ ξανά τις απαντήσεις στην ερώτηση 9 του ερωτηματολογίου, όπου θα φανεί αν οι επιλογές ενός επισκέπτη μεταβάλλονται με την εθνικότητα του.

Όπως γίνεται αντιληπτό από τους ανωτέρω πίνακες, πρώτο και σημαντικό κριτήριο επισκεψιμότητας ενός κέντρου ευεξίας - spa, είναι η τοποθεσία. Το μέρος καθορίζει και την επισκεψιμότητα. Ομόφωνα όλες οι εθνικότητες υποστηρίζουν πρωταρχικά τον τόπο που βρίσκεται το κέντρο ευεξίας Spa, πριν το επισκεφθούν, μετά προσέχουν επίσης ομόφωνα τις υπηρεσίες που παρέχονται στους χώρους ευεξίας, με εξαίρεση τους Άγγλους που επηρεάζονται από τη φήμη του spa, και τελευταία λαμβάνεται υπόψη η φήμη του Spa.

Πίνακας 4.37 Κριτήρια επιλογής ενός κέντρου ευεξίας Spa ανάλογα με το εισόδημα

Κριτήρια	Εισόδημα		
	Λιγότερο από 150000 €	Περισσότερο από 150000 €	Σύνολο
Τοποθεσία	107	86	193
Υπηρεσίες	32	31	63
Φήμη	10	10	20
Άλλο	0	2	2
Σύνολο	149	129	278

Ο παραπάνω πίνακας 4.37 εξετάζει αν υπάρχει κάποια αλλαγή στα κριτήρια επιλογών ενός spa από τους επισκέπτες επηρεαζόμενο από το εισόδημά τους. Όπως παρουσιάζεται από τα αποτελέσματα του πίνακα, προκύπτει ότι δεν επηρεάζει το εισόδημα τις αποφάσεις του τουρίστα επισκέπτη για να επιλέξει το κέντρο ευεξίας - Spa. Τόσο ο μικρομεσαίος εισοδηματικά τουρίστας, όσο και ο οικονομικά υψηλόμισθος σε εισόδημα, θα επιλέξει πρωτίστως το μέρος της αρεσκείας του για τις διακοπές του, μετά τις υπηρεσίες που παρέχονται στο Spa και ικανοποιούν τις προτιμήσεις του και τελευταία θα λάβει υπόψη του τη φήμη του κέντρου ευεξίας - Spa. Τα κριτήρια επιλογών τους φαίνονται και σε ποσοστιαία κλίμακα να είναι υψηλά για τις δυο οικονομικές ομάδες, με 71,8% για τη μικρομεσαία τάξη τουριστών στην πρώτη επιλογή του μέρους διακοπών και 66,6% για την υψηλά σε εισόδημα κατηγορία. Και όσον αφορά τις υπηρεσίες του spa, ανταποκρίνονται οι δυο οικονομικές κατηγορίες αντίστοιχα με 21,5 % οι μικρομεσαίοι και 24% οι υψηλού εισοδήματος, ενώ ένα 6,7% και 7,7% πάλι αντίστοιχα σημειώνεται ως κριτήριο για τη φήμη ενός κέντρου ευεξίας. Σχόλιο: Παρατηρείται ότι οι οικονομικά υψηλά σε εισόδημα επισκέπτες, δίνουν λίγο περισσότερο προσοχή στις υπηρεσίες και τη φήμη ενός spa. Γεγονός που σημαίνει ότι κατά τη διαδικασία οργάνωσης των διακοπών τους, λαμβάνουν υπόψη στον προγραμματισμό τους κι αυτές τις παραμέτρους πριν καταλήξουν προορισμό.

Πίνακας 4.38 Κριτήρια επιλογής ενός κέντρου ευεξίας Spa ανάλογα με την ηλικία

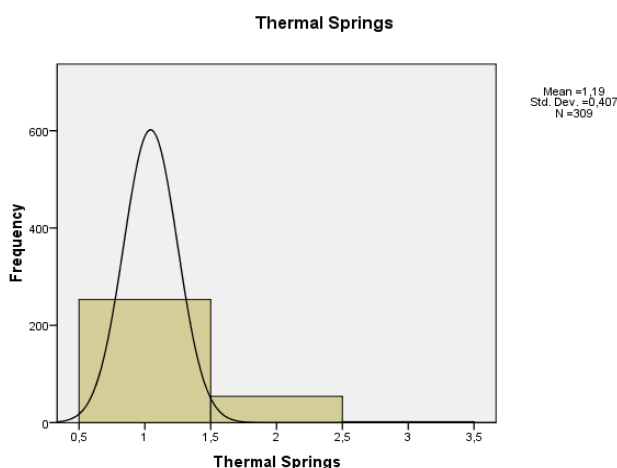
Κριτήρια	Ηλικία					Σύνολο
	18-25	26-35	36-50	51-65	65+	
Τοποθεσία	16	72	65	58	10	221
Υπηρεσίες	4	18	32	10	2	66
Φήμη	4	6	6	4	1	21
Άλλο	0	0	0	2	0	2
Σύνολο	24	96	103	74	13	310

Αντίστοιχα αποτελέσματα παρουσιάζονται και στον πίνακα 4.38 για τα κριτήρια επιλογής ενός Spa, σε αυτή την περίπτωση με γνώμονα την ηλικία. Όπως φαίνεται από τα παραπάνω αποτελέσματα οι επιλογές είναι οι ίδιες, όπως συμβαίνει και στους αμέσως προηγούμενους πίνακες, πρώτα επιλέγεται το μέρος διακοπών ή της αρεσκείας των επισκεπτών, κατόπιν λαμβάνονται υπόψη οι υπηρεσίες του κέντρου ευεξίας spa και τελευταία συνυπολογίζεται η φήμη ενός spa.

Συμπερασματικά λοιπόν τα κριτήρια και οι παράγοντες για την επιλογή ενός κέντρου ευεξίας spa, σε σχέση με τις προηγούμενες διαπιστώσεις, δεν διαφοροποιούνται καθόλου με την ηλικία.

Πίνακας 4.39 Ανταπόκριση των ιαματικών πηγών ως τουριστικός προορισμός

Ανταπόκριση των ιαματικών πηγών ως τουριστικός προορισμός	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
ΝΑΙ	253	79,1	81,9	81,9
ΟΧΙ	54	16,9	17,5	99,4
Καμία απάντηση	2	,6	,6	100,0
Σύνολο	309	96,6	100,0	



Γράφημα 4.39 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για την ανταπόκριση των ιαματικών πηγών ως τουριστικός προορισμός

Ενθαρρυντικό ενδιαφέρον προκαλεί από τους συμμετέχοντες το υψηλό ποσοστό προτίμησης 81,9%, για τη θετική τους ανταπόκριση στην επιλογή του τουριστικού προορισμού διακοπών τους σε μια ιαματική πηγή, με την προϋπόθεση ότι στελεγχώνεται από ένα οργανωμένο κέντρο ευεξίας - spa.

Πίνακας 4.40 Επιλογή μιας φυσικής Ιαματικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα την ηλικία

Ιαματικές πηγές	Ηλικία					Σύνολο
	18-25	26-35	36-50	51-65	65+	
ΝΑΙ	20	77	91	56	9	253
ΟΧΙ	4	15	13	18	4	54
Σύνολο	24	94	104	74	13	309

Ο πίνακας 4.40 αναλύει την ερώτηση με αριθμό 10 του ερωτηματολογίου και παρουσιάζει την εκδοχή της απόφασης του τουρίστα επισκέπτη να επιλέξει έναν πιο εναλλακτικό τρόπο διακοπών, όπως είναι μια φυσική ιαματική πηγή με οργανωμένο κέντρο ευεξίας, για τις διακοπές του. Στον συγκεκριμένο πίνακα, εξετάζονται οι επιλογές με γνώμονα την ηλικία.

Όπως προκύπτει από τα παραπάνω, είναι εντυπωσιακό ότι όλες οι ηλικίες ανεξαρτήτου ηλικιακής ομάδας επιθυμούν να περάσουν τις διακοπές τους σε έναν οργανωμένο ιαματικό πόρο.

Σχόλιο: Αυτό αναιρεί τα αποτελέσματα του πίνακα με τα «κριτήρια επιλογής ενός κέντρου ευεξίας Spa ανάλογα με την ηλικία», όπου επέλεξαν ομόφωνα πρώτα τον τόπο και μετά το spa για τις διακοπές τους. Η έννοια λοιπόν του φυσικού ιαματικού πόρου ή πηγής γίνεται πιο κατανοητή, γιατί οργανωμένα κέντρα ευεξίας ή spa είναι εφικτό να υπάρχουν παντού.

Σε μεγάλο ποσοστό λοιπόν που σημειώνει το 81,8 % στο σύνολο τους, οι τουρίστες επισκέπτες διαλέγουν μια φυσική ιαματική πηγή με οργανωμένο χώρο ευεξίας spa για τις διακοπές τους.

Πίνακας 4.41 Επιλογή μιας ιαματικής φυσικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα την εθνικότητα

Ιαματικές πηγές	Εθνικότητα					
	Ελλάδα	Η.Π.Α.	Καναδάς	Γαλλία	Αγγλία	Αραβία
ΝΑΙ	30	83	7	19	14	12
ΟΧΙ	10	10	7	0	5	3
Άλλο	1	1	0	0	0	0
Σύνολο	41	94	14	19	19	15

Πίνακας 4.42 Επιλογή μιας Ιαματικής φυσικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα την εθνικότητα

Ιαματικές Πηγές	Εθνικότητα					
	Ινδία	Αυστραλία	Ισραήλ	Νότια Κεντρική Αμερική	Διάφορα	Σύνολο
ΝΑΙ	8	24	11	15	30	253
ΟΧΙ	5	4	3	3	4	54
Άλλο	0	0	0	0	0	2
Σύνολο	13	28	14	18	34	309

Οι πίνακες 4.41 και 4.42 εξετάζουν τις τυχόν διαφορές των προτιμήσεων του κάθε τουρίστα επισκέπτη ενός Spa ανάλογα με την εθνικότητα του, αν θα προτιμήσει έναν πιο εναλλακτικό τρόπο διακοπών, επιλέγοντας μια φυσική ιαματική πηγή ή όχι, σε ένα οργανωμένο κέντρο ευεξίας, για τις διακοπές του. Οι πίνακες αυτοί αντιστοιχούν στην ερώτηση με αριθμό 10 του ερωτηματολογίου.

Όπως παρουσιάζονται από τα παραπάνω στοιχεία, είναι εντυπωσιακό ότι όλες οι εθνικότητες ανεξαρτήτου χώρας προέλευσης, θα επιθυμούσαν να περάσουν τις διακοπές τους σε έναν φυσικό ιαματικό πόρο, που βρίσκεται σε ένα οργανωμένο κέντρο ευεξίας - spa.

Σχόλιο: Ως τελικό συμπέρασμα λοιπόν από τα παραπάνω στοιχεία φαίνεται να υπάρχει επενδυτικό ενδιαφέρον και πρόκληση ως προς την οργάνωση και την αξιοποίηση των φυσικών ιαματικών πηγών σε οργανωμένα κέντρα ευεξίας – spa, όπου θα μετατραπούν σε τουριστικούς προορισμούς, επιφέροντας ανάπτυξη της οικονομίας τόσο για την τοπική αυτοδιοίκηση, όσο και για το ίδιο το κράτος.

Πίνακας 4.43 Επιλογή φυσικής ιαματικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα το εισόδημα

Ιαματικές Πηγές	Εισόδημα		
	Λιγότερο από 150000 €	Περισσότερο από 150000 €	Σύνολο
ΝΑΙ	122	109	231
ΟΧΙ	28	18	46
Άλλο	2	0	2
Σύνολο	152	127	279

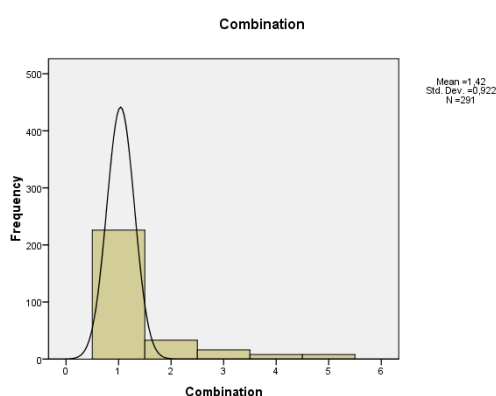
Ο παραπάνω πίνακας 4.43 αξιολογεί τις απαντήσεις επίσης της ερώτησης με αριθμό 10 του ερωτηματολογίου και απορρέεται από αυτό πως το οικονομικό υπόβαθρο κάποιου δεν μπορεί να στερήσει την επιθυμία και την επιλογή του για χαλάρωση και βελτίωση

της υγείας του, όταν αυτός επιθυμεί να περάσει τις διακοπές του σε ένα οργανωμένο κέντρο ευεξίας – Spa, το οποίο του προσφέρει τα οφέλη μιας φυσικής ιαματικής πηγής. Η οικονομικά μικρομεσαία τάξη δήλωσε θετικό ενδιαφέρον με ποσοστό 80,3 %, ενώ οι οικονομικά υψηλά σε εισόδημα τάξη, εκδήλωσε ακόμη μεγαλύτερο θετικό ενδιαφέρον της τάξεως του 85,8%.

Σχόλιο: Όπως παρατηρήθηκε από την ανάλυση των απαντήσεων της ερώτησης 11 του ερωτηματολογίου, οι επισκέπτες δεν συγκατέλεξαν πρωτίστως ή στις αρχικές τους επιλογές τις ιαματικές πηγές για προορισμό διακοπών. Αυτή η ανταπόκριση τώρα δείχνει ότι ίσως να μην το είχαν σκεφτεί ότι μπορούν να συνδυάσουν τη βελτίωση της υγείας τους παράλληλα με τις διακοπές τους.

Πίνακας 4.44 Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές

Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Spa και Θαλασσοθεραπεία	226	70,6	77,7	77,7
Υγιεινό πρόγραμμα Διατροφής	33	10,3	11,3	89,0
Ιαματικές Πηγές	16	5,0	5,5	94,5
Διαλογισμός / Γιόγκα	8	2,5	2,7	97,3
Άλλο	8	2,5	2,7	100,0
Σύνολο	291	90,9	100,0	



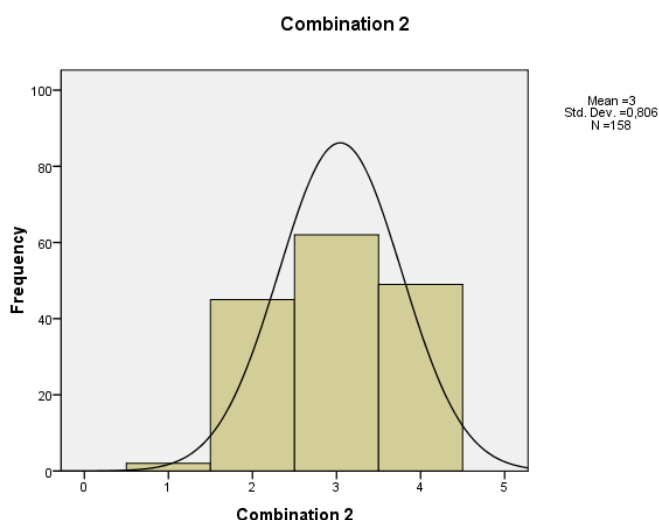
Γράφημα 4.44 Ιστόγραμμα συχνότητων για τον συνδυασμό εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές.

Στο παραπάνω γράφημα και πίνακα 4.44 απεικονίζεται με υψηλό ποσοστό 77,7% η προτίμηση των Spa και της θαλασσοθεραπείας να συνυπάρχουν στις διακοπές των

συμμετεχόντων ως ένας από τους εναλλακτικούς τρόπους διακοπών (καλύπτει τα αποτελέσματα της ερώτησης 11).

Πίνακας 4.45 Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 2

Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 2	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Spa και Θαλασσοθεραπεία	2	,6	1,3	1,3
Υγιεινό πρόγραμμα Διατροφής	45	14,1	28,5	29,7
Ιαματικές Πηγές	62	19,4	39,2	69,0
Διαλογισμός / Γιόγκα	49	15,3	31,0	100,0
Σύνολο	158	49,4	100,0	

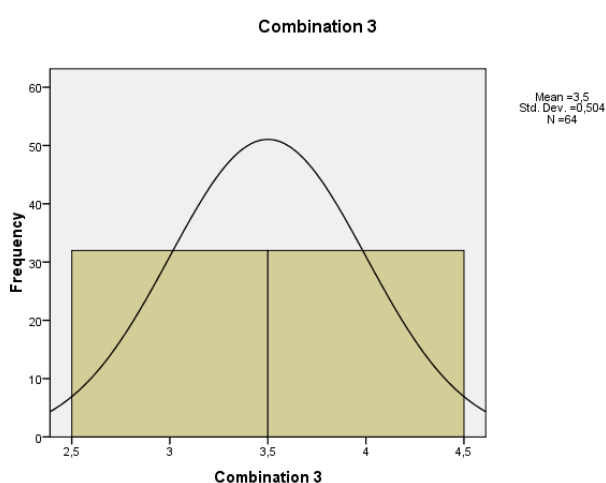


Γράφημα 4.45 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τον συνδυασμό εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 2.

Στο παραπάνω γράφημα και πίνακα 4.45, απεικονίζονται οι προτιμήσεις των περιηγητών με ετήσιο εισόδημα κάτω των 150.000€ οι οποίοι εκφράζουν την επιθυμία να συνδυάσουν τις διακοπές τους με τις εξής εναλλακτικές δραστηριότητες. Την προτίμηση για τις ιαματικές πηγές να αντιστοιχεί σε 39,2% ποσοστό. Μετά να ακολουθεί η ένταξη του διαλογισμού και της γιόγκα με ποσοστό 31%, κατόπιν το πρόγραμμα μιας υγιεινής διατροφής με ποσοστό προτίμησης 28,5% και τέλος η θαλασσοθεραπεία και τα spa με ποσοστό προτίμησης 1,3%.

Πίνακας 4.46 Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 3

Συνδυασμός εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 3	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Ιαματικές Πηγές	32	10,0	50,0	50,0
Διαλογισμός/ Γιόγκα	32	10,0	50,0	100,0
Σύνολο	64	20,0	100,0	



Γράφημα 4.46 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τον συνδυασμό εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές 3

Στο παραπάνω γράφημα και πίνακα 4.46, απεικονίζεται με ισόποσο ποσοστό 50% οι προτιμήσεις των συμμετεχόντων που δήλωσαν τις ιαματικές πηγές με ταυτόχρονη την επιθυμία τους να συνυπάρχουν οι εναλλακτικές επιλογές της γιόγκα και του διαλογισμού με τις φυσικές ιαματικές πηγές, ως εναλλακτικοί τρόποι διακοπών.

Σχόλιο: Με βάση τις παραπάνω επιλογές φαίνεται ότι οι άνθρωποι είναι θετικοί ως προς τους διάφορους τύπους εναλλακτικού τουρισμού και έχουν ανάγκη να χαλαρώσουν και να προάγουν τη βελτίωση της υγείας τους μέσω της επαφής τους με το φυσικό περιβάλλον και αξιοποιώντας τα οφέλη που παρέχει η φύση ως προς την προαγωγή της βελτίωσης της ανθρώπινης υγείας.

Πίνακας 4.47 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την ηλικία

Συνδυασμοί	Ηλικία			
	18-25	26-35	36-50	51-65
Spa και Θαλασσοθεραπεία	20	70	81	48
Υγιεινό πρόγραμμα διατροφής	2	9	14	6
Ιαματικές πηγές	2	7	3	4
Γιόγκα / Διαλογισμός	0	4	0	4
Άλλο	0	0	2	6
Σύνολο	24	90	100	68

Πίνακας 4.48 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την ηλικία

Συνδυασμοί	Ηλικία	
	65+	Σύνολο
Spa και Θαλασσοθεραπεία	7	226
Υγιεινό πρόγραμμα διατροφής	2	33
Ιαματικές πηγές	0	16
Γιόγκα / Διαλογισμός	0	8
Άλλο	0	8
Σύνολο	9	291

Οι παραπάνω πίνακες 4.47 και 4.48 αναλύουν την ερώτηση με αριθμό 11 του ερωτηματολογίου για να διερευνηθεί κατά πόσο η ηλικία μπορεί να διαμορφώσει τις εναλλακτικές δραστηριότητες με τις διακοπές.

Αρχικά η «θαλασσοθεραπεία και τα Spa» ως επιλογή, επιλέγονται πρωτίστως και με διαφορά από όλες τις ηλικίες, μετά ακολουθεί ομόφωνα στη δεύτερη κατά προτίμηση σειρά, το «πρόγραμμα υγιεινής διατροφής» και κατόπιν με ελάχιστο ενδιαφέρον οι ιαματικές πηγές, η γιόγκα και ο διαλογισμός.

Σχόλιο: Το εντυπωσιακό είναι ότι η νεότερη ηλικία μεταξύ των 18-25 ετών, τοποθετεί στη δεύτερη επιλογή με τις ιαματικές πηγές και το πρόγραμμα υγιεινής διατροφής, όπου αυτό μας δείχνει, είτε ότι το περισσότερο ενδιαφέρον των νέων για τα ιαματικά, είτε την καλύτερη πληροφόρηση και γνώση γύρω από τα οφέλη και την ανάγκη ή την αρέσκεια για αυτά. Η πληροφόρηση και η ενημέρωση κατά επέκταση, έρχεται και από την ευελιξία των νέων στην εύκολη πρόσβαση μέσω του διαδικτύου, σε αντίθεση με τις μεγαλύτερες ηλικίες, που δεν κατέχουν στο σύνολο τους την ίδια ευελιξία για ενημέρωση στα μέσα της τεχνολογίας.

Όπως γίνεται αντιληπτό σύμφωνα με τα παραπάνω στοιχεία, η ηλικία δεν διαμορφώνει ξεχωριστές επιλογές όσον αφορά τις εναλλακτικές δραστηριότητες, απλά σε ορισμένες ηλικίες, παρατηρείται μεγαλύτερη προτίμηση σε αυτές τις δραστηριότητες.

Σχόλιο: Η ομοιογένεια αυτή στις συγκεκριμένες επιλογές μπορεί να συμβαίνει, καθώς στο συγκεκριμένο spa που διεξήχθη η παρούσα έρευνα, προσέφερε στον κατάλογο των υπηρεσιών του, τη θαλασσοθεραπεία ως επιλογή και πιθανόν να τους φαινόταν γνώριμη ή οικεία επιλογή, για αυτό και έχει επιλεγεί παμψηφεί από όλες τις ηλικίες.

Πίνακας 4.49 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα

Συνδυασμοί	Εθνικότητα				
	Ελλάδα	Αμερική	Καναδάς	Γαλλία	Αγγλία
Spa και θαλασσοθεραπεία	29	76	8	16	9
Υγιεινό πρόγραμμα διατροφής	4	6	1	1	4
Ιαματικές πηγές	1	5	1	1	1
Γιόγκα / Διαλογισμός	0	1	1	1	1
Άλλο	2	2	1	0	2
Σύνολο	36	90	12	19	17

Πίνακας 4.50 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα

Συνδυασμοί	Εθνικότητα				
	Αραβία	Ινδία	Αυστραλία	Ισραήλ	Νότια κεντρική Αμερική
Spa και θαλασσοθεραπεία	11	8	17	12	15
Υγιεινό πρόγραμμα διατροφής	5	1	6	0	3
Ιαματικές πηγές	0	4	0	0	0
Γιόγκα / Διαλογισμός	0	1	1	0	0
Άλλο	0	0	1	0	0
Σύνολο	16	14	25	12	18

Πίνακας 4.51 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα το εισόδημα

Συνδυασμοί	Εθνικότητα	
	Διάφορα	Σύνολο
Spa και θαλασσοθεραπεία	25	226
Υγιεινό πρόγραμμα διατροφής	2	33
Ιαματικές πηγές	3	16
Γιόγκα / Διαλογισμός	2	8
Άλλο	0	8
Σύνολο	32	291

Οι πίνακες 4.49, 4.50 και 4.51 εξετάζουν τα αποτελέσματα της ερώτησης 11 του ερωτηματολογίου και ερευνά κατά πόσο η εθνικότητα ενός επισκέπτη στο Spa, μπορεί να μεταβάλλει τις διάφορες επιλογές στις εναλλακτικές μεθόδους που θα συνδυάσουν με τις διακοπές τους οι περιηγητές. Από τα παραπάνω αποτελέσματα φαίνεται ότι όλες οι εθνικότητες επιδεικνύουν ομόφωνα το ίδιο ενδιαφέρον για τα Spa και τη θαλασσοθεραπεία, μετά ένα πρόγραμμα υγιεινής διατροφής και κατόπιν ακολουθούν με μικρό ή ελάχιστο ενδιαφέρον οι ιαματικές πηγές ανάλογα την εθνικότητα και ελάχιστο ή καθόλου ενδιαφέρον η γιόγκα και ο διαλογισμός.

Πίνακας 4.52 Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα το εισόδημα

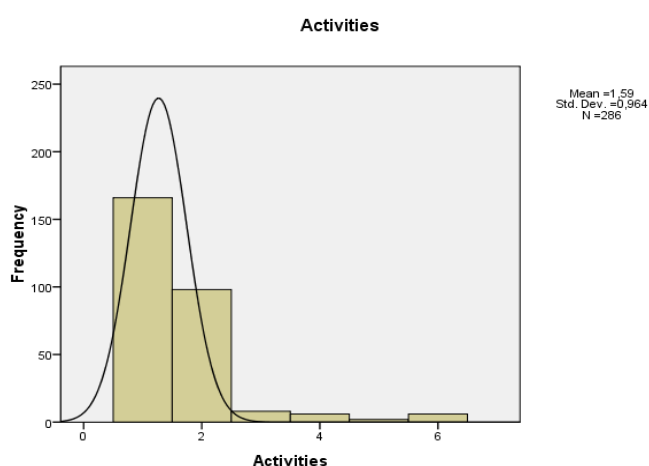
Συνδυασμοί	Εισόδημα		
	Λιγότερο από 150.000€	Περισσότερο από 150.000€	Σύνολο
Spa και θαλασσοθεραπεία	100	100	200
Υγιεινό πρόγραμμα διατροφής	16	17	33
Ιαματικές πηγές	12	4	16
Γιόγκα / Διαλογισμός	6	2	8
Άλλο	4	2	6

Ο παραπάνω πίνακας 4.52 παρουσιάζει τα αποτελέσματα της ερώτησης 11 του ερωτηματολογίου για το κατά πόσο αυτή τη φορά, οι επισκέπτες του Spa θα συνδυάζαν τις εναλλακτικές μεθόδους με τις διακοπές τους επηρεαζόμενοι από το εισόδημά τους. Από τα παραπάνω αποτελέσματα φαίνεται ότι όλες και οι δυο οικονομικές κατηγορίες, δηλώνουν το ίδιο ενδιαφέρον με τη σειρά με πρώτο στις επιλογές τους ομόφωνα τα Spa

και τη θαλασσοθεραπεία, δεύτερο το πρόγραμμα υγιεινής διατροφής και κατόπιν ακολουθούν με ελάχιστο ενδιαφέρον οι ιαματικές πηγές, η γιόγκα και ο διαλογισμός.

Πίνακας 4.53 Επιπλέον Δραστηριότητες στις διακοπές

Επιπλέον Δραστηριότητες στις διακοπές	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Αθλήματα	166	51,9	58,0	58,0
Πολιτισμός και Ιστορία	98	30,6	34,3	92,3
Εκπαιδευτικά σεμινάρια	8	2,5	2,8	95,1
Δραστηριότητες για παιδιά	6	1,9	2,1	97,2
Ρητορική και Φιλοσοφία	2	,6	,7	97,9
Άλλο	6	1,9	2,1	100,0
Σύνολο	286	89,4	100,0	

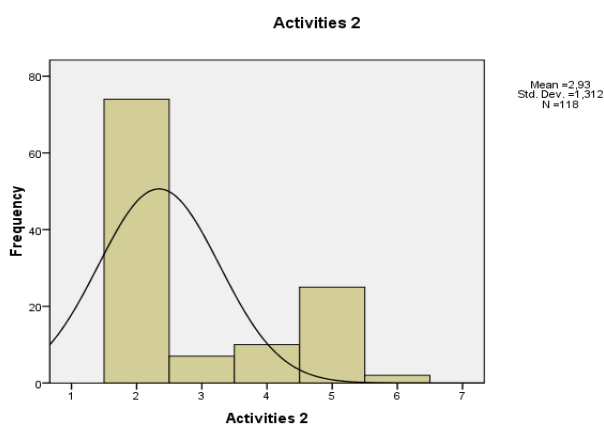


Γράφημα 4.53 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις επιπλέον δραστηριότητες στις διακοπές

Στο παραπάνω γράφημα και πίνακα 4.53, απεικονίζονται τα ποσοστά των προτιμήσεων των περιηγητών για το συνδυασμό διαφόρων δραστηριοτήτων κατά τη διάρκεια των διακοπών τους. Η επιθυμία και προτίμηση τους να συνυπάρχουν τα αθλήματα έρχεται με συντριπτική διαφορά, πρώτο στις προτιμήσεις τους με εκδήλωση ενδιαφέροντος 58%. Κατόπιν με ποσοστό προτίμησης 34,3% παρουσιάστηκε ενδιαφέρον για τον πολιτισμό και την ιστορία του τόπου, όπου επισκέπτεται ο περιηγητής. Μετά ακολουθούν με αρκετά μικρότερο ποσοστό προτίμησης 2,8% τα εκπαιδευτικά σεμινάρια, οι δραστηριότητες για τα παιδιά (ποσοστό προτίμησης 2,1%) και με 0,7% η επιλογή της ρητορικής και φιλοσοφίας.

Πίνακας 4.54 Επιπλέον Δραστηριότητες στις διακοπές

Επιπλέον Δραστηριότητες στις διακοπές	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Πολιτισμός και Ιστορία	74	23,1	62,7	62,7
Εκπαιδευτικά σεμινάρια	7	2,2	5,9	68,6
Δραστηριότητες για παιδιά	10	3,1	8,5	77,1
Ρητορική και Φιλοσοφία	25	7,8	21,2	98,3
Άλλο	2	6	1,7	100,0
Σύνολο	118	36,9	100,0	



Γράφημα 4.54 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις επιπλέον δραστηριότητες στις διακοπές

Στο παραπάνω γράφημα και πίνακα 4.54 απεικονίζονται σε ποσοστιαία ανάλυση απομονωμένες οι άλλες επιλογές εκτός των αθλημάτων που προτίμησαν οι 118 περιηγητές στην ερώτηση 12 του ερωτηματολογίου, σε ότι αφορά τις προτιμήσεις για τις διάφορες δραστηριότητες συμπληρωματικά με τις διακοπές τους. Όπως παρουσιάζονται από το στατιστικό σύστημα πρώτο στις προτιμήσεις των περιηγητών παρουσιάζει ως ενδιαφέρουσα δραστηριότητα κάθε τι που σχετίζεται με τον πολιτισμό και την ιστορία του μέρους του οποίου επισκέπτονται. Το ποσοστό αυτό ανέρχεται το 62,7%. Το συγκεκριμένο δείγμα περιηγητών εμφανίζει υψηλό ενδιαφέρον επίσης και για τη «ρητορική και τη φιλοσοφία», που την επιλέγει ως δεύτερη του προτίμηση με ποσοστό προτίμησης 21,2%. Κατόπιν ακολουθεί ως τρίτη προτίμηση για αυτούς «οι δραστηριότητες για τα παιδιά» με ποσοστό επιλογής 8,5% και τέλος με ποσοστό 5,9% τα «εκπαιδευτικά σεμινάρια». Ένα 1,7% δεν επέλεξε κανένα από τα παραπάνω ή απλά σημείωσαν στις παρατηρήσεις να μην κάνουν τίποτα άλλο, παρά μόνο τις διακοπές τους.

Σχόλιο: Όσον αφορά το γεγονός ότι δεν εκδηλώθηκε ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τις ιαματικές πηγές να συνδυαστούν με τις διακοπές (ερώτηση 11), παρατηρήθηκε ότι μέρος του κοινού (τουλάχιστον αυτό το οποίο γνωρίζει τον όρο της ιαματικής πηγής), έχει συνδέσει τον όρο αυτόν με ηλικιωμένα άτομα και παθογόνους καταστάσεις, που δεν τους κάνει να νιώθουν τόσο όμορφα ώστε να καταστεί μια ιαματική πηγή προσεγγίσιμη για προορισμό των διακοπών τους.

Σύμφωνα με την έρευνα αν πληρούσε ίσως τα στοιχεία που οι επισκέπτες σημείωσαν στον πίνακα **«Συνδυασμοί εναλλακτικών δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα το εισόδημα»** να υπήρχε ενδιαφέρον, ώστε να επιλεγεί μια ιαματική πηγή ως τουριστικός προορισμός διακοπών.

Σημείωση: Στον πίνακα **«Επιλογή φυσικής ιαματικής πηγής ως προορισμός διακοπών με γνώμονα το εισόδημα»** (ερώτηση 10), οι επισκέπτες εκδήλωσαν θετική ανταπόκριση. Αυτή η διαφορετική άποψη που διατυπώθηκε αρχικά, παρουσιάζει ενδιαφέρον που μετέπειτα εκδηλώθηκε διαφορετική γνώμη από το ίδιο κοινό συμμετεχόντων. Προφανώς επειδή στις διακοπές τους περιπλέκονται ποικίλα ενδιαφέροντα και επιθυμούν διαφορετικούς συνδυασμούς για να καταναλώσουν ακόμη πιο ευχάριστα το χρόνο τους εμπλέκοντας ποικίλες και πολυάριθμες δραστηριότητες και καινούριες προκλήσεις για αυτούς.

Ο πίνακας 4.55 παρουσιάζει τα αποτελέσματα της ερώτησης 12 του ερωτηματολογίου για το συνδυασμό διαφόρων δραστηριοτήτων που θα επιλέγονταν από τους περιηγητές για τις διακοπές τους. Σε αυτόν το πίνακα, αναλύονται οι επιλογές με γνώμονα την ηλικία τους. Προκύπτει λοιπόν ότι όλες οι ηλικίες πλην αυτή μεταξύ 51-65 ετών, εκδηλώνουν το μεγάλο τους ενδιαφέρον για τα αθλήματα τοποθετώντας το στην πρώτη θέση των προτιμήσεων τους.

Πίνακας 4.55 Συνδυασμός δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την ηλικία

Δραστηριότητες	Ηλικία					Σύνολο
	18-25	26-35	36-50	51-65	65+	
Αθλήματα	16	53	65	28	4	166
Πολιτισμός και ιστορία	8	35	25	28	2	98
Εκπαιδευτικά σεμινάρια	0	2	2	4	0	8
Δραστηριότητες για παιδιά	0	2	4	0	0	6
Ρητορική και Φιλοσοφία	0	2	0	0	0	2
Άλλο	0	0	0	4	2	6
Σύνολο	24	94	96	64	8	286

Οι ηλικίες μεταξύ 51-65 ετών έχουν δηλώσει την ίδια προτίμηση για τα αθλήματα και την επιλογή «πολιτισμός και ιστορία», η οποία ακολουθεί τη δεύτερη θέση για όλες τις υπόλοιπες ηλικίες στο συνδυασμό δραστηριοτήτων που θα επέλεγαν να έχουν στις διακοπές τους.

Όσον αφορά τις υπόλοιπες δραστηριότητες, αυτές δεν εκδήλωσαν ιδιαίτερο αντίκτυπο ενδιαφέροντος από κάποια ηλικιακή ομάδα, οπότε και δεν υπάρχει λόγος περαιτέρω σχολιασμού.

Πίνακας 4.56 Συνδυασμός δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα

Δραστηριότητες	Εθνικότητα					
	Ελλάδα	Αμερική	Καναδάς	Γαλλία	Αγγλία	Αραβία
Αθλήματα	21	46	7	11	7	13
Πολιτισμός και ιστορία	13	35	3	3	5	3
Εκπαιδευτικά σεμινάρια	1	4	0	0	1	0
Δραστηριότητες για παιδιά	0	2	0	0	1	0
Ρητορική και Φιλοσοφία	0	1	0	0	0	0
Άλλο	2	2	1	0	0	0
Σύνολο	37	90	11	14	14	16

Πίνακας 4.57 Συνδυασμός δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα

Δραστηριότητες	Εθνικότητα			
	Ινδία	Αυστραλία	Ισραήλ	Νότια κεντρική Αμερική
Αθλήματα	7	13	7	9
Πολιτισμός και ιστορία	5	10	7	6
Εκπαιδευτικά σεμινάρια	0	2	0	0
Δραστηριότητες για παιδιά	0	2	0	1
Ρητορική και Φιλοσοφία	0	1	0	0
Άλλο	0	0	1	0
Σύνολο	12	28	15	16

Πίνακας 4.58 Συνδυασμός δραστηριοτήτων στις διακοπές των τουριστών με γνώμονα την εθνικότητα

Δραστηριότητες	Εθνικότητα	
	Διάφορες	Σύνολο
Αθλήματα	25	166
Πολιτισμός και ιστορία	8	98
Εκπαιδευτικά σεμινάρια	0	8
Δραστηριότητες για παιδιά	0	6
Ρητορική και φιλοσοφία	0	2
Άλλο	0	6
Σύνολο	33	286

Οι παραπάνω πίνακες με αριθμούς 4.56, 4.57 και 4.58 αναφέρονται και παρουσιάζουν επίσης τα αποτελέσματα της ερώτησης 12 του ερωτηματολογίου για το συνδυασμό των διαφόρων δραστηριοτήτων που μπορούν να συνδυαστούν με τις διακοπές των τουριστών και πως αυτοί θα τις επέλεγαν με γνώμονα την εθνικότητά τους.

Όπως προκύπτει από την ανάλυση των στοιχείων, τα αθλήματα διατηρούν με διαφορά την πρώτη θέση επιλογής για όλες τις εθνικότητες πλην του Ισραήλ, η οποία έχει

επιλέξει ισάριθμα τις επιλογές «αθλήματα», «πολιτισμός και ιστορία», η οποία ακολουθεί τη δεύτερη θέση για όλες τις υπόλοιπες εθνικότητες για τις διάφορες δραστηριότητες που επιλέγονται να συνδυαστούν στις διακοπές τους.

Κάποιες από τις αναφερόμενες δραστηριότητες δεν έχουν επιλεγθεί καθόλου από ορισμένες εθνικότητες, οπότε συμπερασματικά γίνεται απόλυτα κατανοητό, ότι η ύπαρξη αθλημάτων και δραστηριότητες που προάγουν τον πολιτισμό και την ιστορία του τόπου που επισκέπτεται ο περιηγητής, αυξάνει το ενδεχόμενο να επιλέξει για τις διακοπές του, τον εκάστοτε προορισμό που καλύπτει τις προϋποθέσεις αυτές.

Πίνακας 4.59 Συνδυασμός δραστηριοτήτων με τις διακοπές των τουριστών με γνώμονα το οικονομικό τους υπόβαθρο

Δραστηριότητες	Εισόδημα		
	Λιγότερο από 150.000 €	Μεγαλύτερο από 150.000€	Σύνολο
Αθλήματα	71	80	151
Πολιτισμός και ιστορία	54	40	94
Εκπαιδευτικά σεμινάρια	8	0	8
Δραστηριότητες για παιδιά	4	2	6
Ρητορική και Φιλοσοφία	0	2	2
Άλλο	2	2	4
Σύνολο	139	126	265

Όπως παρουσιάζονται τα αποτελέσματα του πίνακα 4.59, εμφανίζονται οι προτιμήσεις των επισκεπτών με κριτήριο ανάλυσης το εισόδημα και πως αυτό επηρεάζει τις επιλογές τους στις επιπλέον δραστηριότητες που συνδυάζονται με τις διακοπές.

Προκύπτει συμπερασματικά ότι το εισόδημα δεν μεταβάλλει τις επιλογές των δραστηριοτήτων που οι άνθρωποι θέλουν να συνδυάσουν με τις διακοπές τους.

Και οι δυο οικονομικές κατηγορίες επισκεπτών προτιμούν να εντάξουν στις διακοπές τους πρωτίστως τα αθλήματα, με ποσοστό προτίμησης 51% για τη μικρομεσαία κατηγορία επισκεπτών και για τους υψηλότερα οικονομικά σε ποσοστό 63,5% αντίστοιχα.

Δεύτερη σε προτίμηση επιλογή εξίσου και για τα δυο οικονομικά στρώματα, εμφανίζεται ο «πολιτισμός και η ιστορία». Σημειώνεται ποσοστό προτίμησης 38,8% για τη μικρομεσαία κατηγορία επισκεπτών και 31,7% αντίστοιχα στην υψηλότερη οικονομικά κατηγορία.

Κατόπιν ακολουθούν στις προτιμήσεις οι υπόλοιπες επιλογές με τα ελάχιστα ποσοστά που απομένουν. Επίσης η μικρομεσαία κατηγορία σημειώνει μηδενικό ενδιαφέρον για

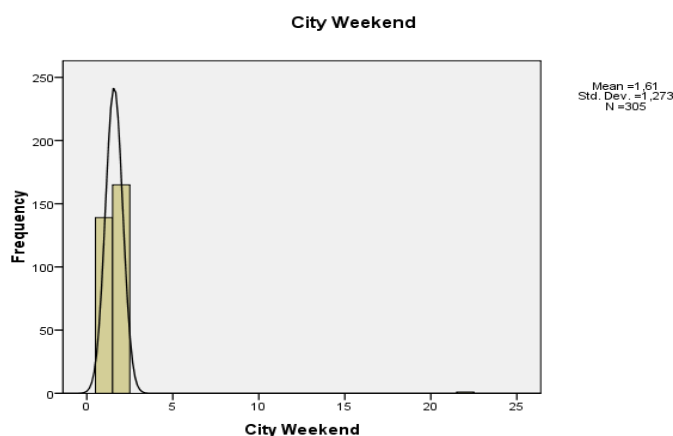
την επιλογή της «ρητορικής και φιλοσοφίας», ενώ η κατηγορία των υψηλών εισοδημάτων εμφανίζει μηδενική προτίμηση στην επιλογή «Εκπαιδευτικά σεμινάρια», το οποίο έρχεται τρίτο στις προτιμήσεις της μικρομεσαίας κατηγορίας με ποσοστό ζήτησης 5,8%.

Σχόλιο: Στους πίνακες 4.55-4.59 παρουσιάζονται τα αποτελέσματα που αφορούν τους συνδυασμούς δραστηριοτήτων που θα εμπλέκονταν με τις διακοπές των περιηγητών με γνώμονα την ηλικία τους, την εθνικότητα και το οικονομικό τους επίπεδο.

Το συμπέρασμα που προκύπτει είναι ότι ανεξαρτήτου ηλικίας, εθνικότητας και οικονομικού υπόβαθρου, δυο δραστηριότητες είναι απαραίτητες να υπάρχουν: πρωτίστως η άθληση και κατόπιν οι δραστηριότητες σχετικές με τον πολιτισμό και την ιστορία.

Πίνακας 4.60 Ανταπόκριση στην επίσκεψη της περιοχής των Θερμοπυλών

Ανταπόκριση στην επίσκεψη στις Θερμοπύλες	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
ΝΑΙ	139	43,4	45,6	45,6
ΟΧΙ	165	51,6	54,1	99,7
Σύνολο	305	95,3	100,0	



Γράφημα 4.60 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για την ανταπόκριση στην επίσκεψη στις Θερμοπύλες

Στο παραπάνω γράφημα και πίνακα 4.60, αποτυπώνονται τα ποσοστά των προτιμήσεων των περιηγητών όσον αφορά την επιλογή τους στην τοποθεσία των Θερμοπυλών να αποτελεί εκεί τον πιθανό προορισμό διακοπών τους, εφόσον θα υπάρχει στον τόπο αυτό ένας οργανωμένος χώρος ευεξίας – Spa με τα οφέλη της Ιαματικής πηγής. Από το δείγμα που απάντησε στην ερώτηση αυτή, δηλαδή από τους 305 έναντι των 320 στο

σύνολο, το 54,1% απάντησε αρνητικά και το 45,6% απάντησε θετικά ότι θα πήγαινε στις Θερμοπύλες για τουρισμό εφόσον συνδυάζεται με ένα οργανωμένο κέντρο ευεξίας – Spa.

Σχόλιο: Παρουσιάζει εξαιρετικά μεγάλο ενδιαφέρον και πρόκληση για επένδυση στον τόπο αυτό, όταν σχεδόν ο ένας στους δυο περιηγητές (45,6%) δηλώνει θετική απάντηση για τις Θερμοπύλες ως επιλογή του, για προορισμός των διακοπών του. Αυτό προκύπτει και χωρίς να γνωρίζει το σημαντικό ιστορικό υπόβαθρο του τόπου αυτού, ούτε το μοναδικό σε ομορφιά φυσικό περιβάλλον με το φυσικό καταρράκτη της ιαματικής πηγής και τα ρυάκια με το θεραπευτικό ιαματικό νερό, που η ιστορία του συνδέεται με τη μυθολογία.

Σημείωση: Ορισμένοι από τους περιηγητές δήλωσαν ότι δεν γνωρίζουν το μέρος αυτό καθόλου. Αφού συμπλήρωναν το ερωτηματολόγιο, και κάποιοι από αυτούς ενημερώθηκαν εκ των υστέρων ότι αφορά το ιστορικό μέρος για το οποίο γυρίστηκε η γνωστή Αμερικάνικη ταινία “300”, τότε ενθουσιάζονταν ακόμη περισσότερο όταν τους γνωστοποιούνταν ότι το μέρος αυτό είναι προσβάσιμο για τους επισκέπτες και υπάρχει εκεί φυσική θεραπευτική ιαματική πηγή.

Άλλοι από το εξωτερικό ανέφεραν ότι αν είχαν περισσότερες μέρες διαμονής στην Αθήνα, πιθανόν και να επισκέπτονταν τον προορισμό αυτόν, παρόλο που δεν το είχαν εντάξει στο πρόγραμμά τους.

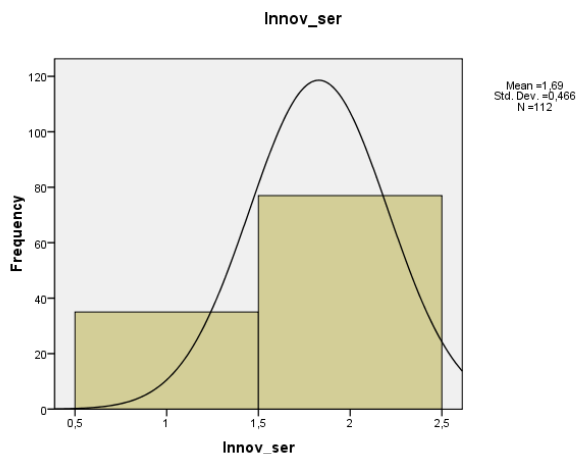
Πίνακας 4.61 ΝΑΙ στις Θερμοπύλες

ΝΑΙ στις Θερμοπύλες	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
1-3 μέρες	37	11,6	59,7	59,7
4-6 μέρες	20	6,3	32,3	91,9
Περισσότερο από 7 μέρες	3	,9	4,8	96,8
Σύνολο	62	19,4	100,0	

Ο παραπάνω πίνακας 4.61 παρουσιάζει τις μέρες διαμονής που συμπλήρωσαν οι περιηγητές με θετική ανταπόκριση στο κάλεσμα των Θερμοπυλών, δηλαδή το 45,6%, (πίνακας 4.60) ως τουριστικός προορισμός διακοπών. Από το ποσοστό αυτό, δήλωσε το 59,7% ότι θα επισκεπτόταν τον τόπο αυτό με διαμονή 1-3 μέρες, το 32,3% ότι θα διανυκτέρευε 4-6 μέρες στην περιοχή και ένα ποσοστό της τάξεως 4,8% δήλωσε πάνω από 7 ημέρες διαμονής.

Πίνακας 4.62 Προτάσεις βελτιστοποίησης στους χώρους ευεξίας

Προτάσεις βελτιστοποίησης στους χώρους ευεξίας	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Δεν απαιτείται καμία αλλαγή	35	10,9	31,3	31,3
Απαιτούνται αλλαγές	77	24,1	68,8	100,0
Σύνολο	112	35,0	100,0	



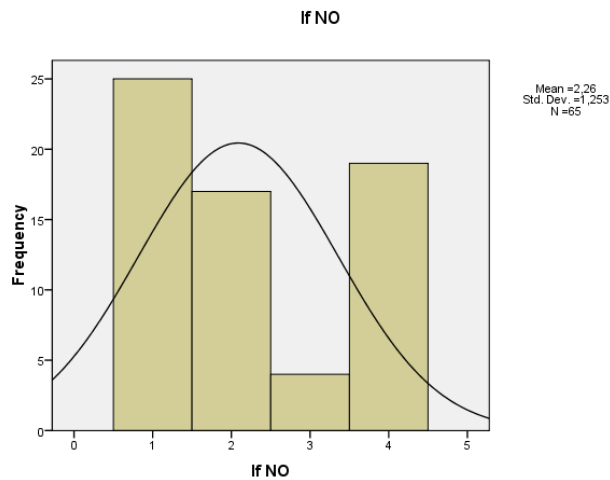
Γράφημα 4.62 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις προτάσεις βελτιστοποίησης στους χώρους ευεξίας

Στο παραπάνω γράφημα και πίνακα 4.62, απεικονίζεται η ανταπόκριση των περιηγητών σχετικά με το αν θα τροποποιούσαν κάτι σε ένα χώρο ευεξίας και ποιο θα ήταν αυτό. Οι πληροφορίες αυτές χρειάζονται να εκμαιευτούν από την τελευταία ανοικτού τύπου ερώτηση 14 του ερωτηματολογίου, με σκοπό τη βελτιστοποίηση των χώρων ευεξίας – spa. Το 68,8% δήλωσε ότι θα προτιμούσε να υπάρχουν αλλαγές στους χώρους ευεξίας.

Οι αλλαγές αυτές αναλύονται στον επόμενο πίνακα 4.63.

Πίνακας 4.63 Συγκεκριμένες τροποποιήσεις στους χώρους ευεξίας

Συγκεκριμένες τροποποιήσεις στους χώρους ευεξίας	Συχνότητα	Ποσοστό	Έγκυρο Ποσοστό	Σωρευτικό ποσοστό
Νέες θεραπείες	25	7,8	38,5	38,5
Νέες εγκαταστάσεις	17	5,3	26,2	64,6
Περιβάλλον	4	1,3	6,2	70,8
Υπηρεσίες	19	5,9	29,2	100,0
Σύνολο	65	20,3	100,0	



Γράφημα 4.63 Ιστόγραμμα συχνοτήτων για τις συγκεκριμένες τροποποιήσεις στους χώρους ευεξίας

Ο παραπάνω πίνακας και το γράφημα με αριθμό 4.63, απεικονίζουν σε ποσοστιαία ανάλυση όλα όσα σημείωσαν χειρόγραφα οι επισκέπτες του Spa, στην ερώτηση 14 σχετικά με το τι διαφορετικό και καινοτόμο θα ήθελαν να συναντούν σε ένα κέντρο ευεξίας - Spa. Οι επισκέπτες εκδήλωσαν περισσότερο ενδιαφέρον για τον περιβάλλοντα χώρο του spa, όπου θα ήθελαν να βρίσκεται σε φυσικό περιβάλλον, για τις εγκαταστάσεις του spa και τη διακόσμηση του, καθώς επίσης επισήμαναν την ανάγκη για καλή εξυπηρέτηση από το προσωπικό και θέληση για νέες θεραπείες στους χώρους ευεξίας.

Πιο συγκεκριμένα το 38,5% εκδήλωσε ενδιαφέρον για νέες θεραπείες στους χώρους ευεξίας – spa, ένα 26,2 % για νέες εγκαταστάσεις, το 29,2 % των περιηγητών για την εξυπηρέτηση από το προσωπικό και τέλος το 6,2% για το περιβάλλοντα χώρο, συγκεκριμένα την προτίμηση του στο φυσικό περιβάλλον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

5.1 ΓΕΝΙΚΑ

Στη συγκεκριμένη ποσοτική έρευνα, αρχικά συμμετείχαν άνθρωποι οι οποίοι είχαν ήδη μια προηγούμενη πελατειακή σχέση με τα κέντρα ευεξίας - spa, το λιγότερο μια φορά στη ζωή τους. Η έρευνα ήθελε να εστιάσει στις απόψεις και τις προτιμήσεις των ήδη έμπειρων περιηγητών των κέντρων ευεξίας και επιπρόσθετο σημαντικό στοιχείο για την έρευνα αυτή, αποτέλεσε ότι οι περισσότεροι από τους συμμετέχοντες στην έρευνα επισκέπτες, ήταν ήδη πολυταξιδεμένοι με διαφορετικά ερεθίσματα και εμπειρίες από ποικίλα μέρη και πολιτισμούς από όλον τον κόσμο, πρόθυμοι να μεταλαμπαδεύσουν τις εμπειρίες τους.

Χάρη στη θετική ανταπόκριση των συμμετεχόντων, καλύφθηκαν σχεδόν όλοι οι προσδοκώμενοι στόχοι της έρευνας αυτής, εξυπηρετώντας τον απώτερο σκοπό όλων, που είναι η αναβάθμιση στις υπηρεσίες των spa και η καλύτερη εξυπηρέτηση των περιηγητών στους χώρους ευεξίας.

Όπως παρουσιάστηκαν λοιπόν στο προηγούμενο κεφάλαιο, αναλύθηκαν και σχολιάστηκαν σε πίνακες και γραφήματα οι επιλογές των συμμετεχόντων της έρευνας, από διάφορες εθνικότητες, ηλικίες, φύλα και οικονομικές τάξεις, προκύπτουν και παρουσιάζονται παρακάτω αρκετά ενδιαφέροντα συμπεράσματα.

Τα αποτελέσματα της έρευνας και τα εκπορευόμενα συμπεράσματα της, είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι θέτουν πλέον την πρόκληση επενδυτικού ενδιαφέροντος στον ιαματικό τουρισμό και τον τουρισμό υγείας και ευεξίας στη Χώρα μας.

Οι χώρες από τις οποίες οι επισκέπτες έλαβαν μέρος στην ποσοτική έρευνα ήταν οι εξής:

Ελλάδα, Αμερική, Ισραήλ, Καναδάς, Ινδία, Αυστραλία, Αγγλία, Γαλλία, Νότια Κεντρική Αμερική, Αραβία, Κίνα, Νότια Αφρική, Ελβετία, Γερμανία, Σουηδία, Τουρκία, Φιλιππίνες, Κορέα, Κουβέιτ, Ιταλία, Ιορδανία, Βέλγιο, Βερμούδες, Μονακό, Νορβηγία.

Συνολικά το δείγμα αποτελούνταν από 25 διαφορετικές Χώρες.

5.2 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Λαμβάνοντας υπόψη τους βασικούς σκοπούς της έρευνας αυτής, παραθέτονται αρχικά οι λόγοι για τους οποίους ένας περιηγητής επισκέπτεται ένα κέντρο ευεξίας - spa.

- Η χαλάρωση αποτελεί τον πρωταρχικό λόγο επίσκεψης των περιηγητών στους χώρους ευεξίας - Spa συγκεντρώνοντας συνολικά το 87,5% σε ποσοστό. Η χαλάρωση είναι σχεδόν ο μοναδικός λόγος που επισκέπτονται τα κέντρα ευεξίας οι άνθρωποι, όλων των εθνικοτήτων και των δυο φύλων, των διαφόρων οικονομικών τάξεων και από όλες τις ηλικιακές ομάδες.

Δευτερεύοντες λόγοι ακολουθούν της ομορφιάς, δηλαδή της φροντίδας του δέρματος είτε του προσώπου, είτε του σώματος και η φυσική βελτίωση της υγείας τους, ενώ σημειώθηκε ελάχιστο έως μηδαμινό ενδιαφέρον για τη βελτίωση της πνευματικής τους υγείας.

Φαίνεται περίεργο αλλά ενδιαφέρον πως ακόμα και οι νέοι της ηλικίας 18-25 ετών, ανεξαρτήτου εισοδήματος, αναζητούν και αυτοί τη χαλάρωση στα spa, ως κύριο λόγο της επίσκεψης τους σε αυτά και αυτό προφανώς οφείλεται λόγω της έντονης εργασιακής τους απασχόλησης ή του άγχους των νέων για το μέλλον τους. Ενώ οι μεγαλύτεροι σε ηλικία άνθρωποι, σε ένα χώρο ευεξίας, σημειώθηκε ότι εκτός από τη χαλάρωση και την ομορφιά, αναζητούν επιπλέον τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης της υγείας τους.

Όσον αφορά τις οικονομικά υψηλά τάξεις έχουν ως δεύτερο και τρίτο λόγο της επίσκεψής τους στο κέντρο ευεξίας, την ανακούφιση από τους πόνους και τη φυσική βελτίωση της υγείας τους. Ενώ στις χαμηλότερες οικονομικές τάξεις, ακολουθεί ως δευτερεύον λόγος επίσκεψης στο spa, η ομορφιά και μετά η φυσική βελτίωση της υγείας.

- Το εισόδημα ενώ θα αναμενόταν ότι θα επηρέαζε την επισκεψιμότητα στα κέντρα ευεξίας, δείχνει να μην αποθαρρύνει τους ανθρώπους με την οικονομική κατάσταση κάτω των 150.000€ ετησίως, των οποίων η συμμετοχή είναι μεγαλύτερη (οφείλεται προφανώς στο γεγονός ότι είναι και περισσότεροι σε αριθμό) από τους οικονομικά άνω των 150.000€ ετησίως σε εισόδημα. Η συχνότητα όμως των ανθρώπων με εισόδημα άνω των 150.000€ ετησίως είναι μεγαλύτερη, δηλαδή της τάξεως 4-8 φορές και στην πλειοψηφία τους, πάνω από 9 φορές το χρόνο.

Οι Έλληνες επισκέπτονται τα Spa 1-3 φορές το χρόνο.

Η πλειοψηφία του δείγματος των συμμετεχόντων είναι επισκέπτες 1-3 φορές ετησίως σε χώρους ευεξίας σε ποσοστό προσέλευσης 50,9%, κατόπιν 4-8 φορές ετησίως επισκέπτεται τα Spa το 26,6% και τέλος ένα 22,2% πάνω από 9 φορές ετησίως.

Όπως ο κύριος λόγος της επίσκεψης στο spa, είναι κοινός για τα δυο οικονομικά στρώματα, φαίνεται ενδιαφέρον ότι και η σειρά προτίμησης των υπηρεσιών στους χώρους ευεξίας είναι ακριβώς η ίδια. Γεγονός που δείχνει ότι οι άνθρωποι έχουν τις ίδιες ανάγκες ανεξαρτήτου οικονομικού υπόβαθρου. Πρώτη επιλογή κατατάσσεται η μάλαξη, δεύτερη οι περιποιήσεις προσώπου, τρίτη στις προτιμήσεις οι περιποιήσεις σώματος και τελευταία ως επιλογή τοποθετείται η θαλασσοθεραπεία.

Όσον αφορά τις προτιμήσεις ανάλογα με την ηλικία, παρατηρούνται αλλαγές στη σειρά των προτιμήσεων που είναι σημαντικό να λαμβάνονται υπόψη από το τμήμα της διοίκησης, όταν στοχεύει στις διάφορες προωθητικές ενέργειες σε συγκεκριμένες ηλικιακές ομάδες.

Τα στοιχεία που συγκεντρώθηκαν έχουν ως εξής: η μάλαξη έρχεται πρώτη στις προτιμήσεις των πιο δυναμικά εργαζόμενων ηλικιακών ομάδων δηλαδή αυτών μεταξύ 26-65 ετών. Αυτό είναι λογικό να συμβαίνει καθώς οι ηλικίες αυτές είναι οι πιο παραγωγικές, κουράζονται περισσότερο ή αθλούνται πιο πολύ, και κατά επέκταση η αίσθηση της κούρασης του σώματος με την πάροδο της ηλικίας, συσσωρεύεται και γίνεται πιο αισθητή. Για τις ηλικίες 18-25 ετών, έρχεται πρώτη σε επιλογή οι περιποιήσεις του προσώπου, δεύτερη επιλογή τους η μάλαξη, μετά οι περιποιήσεις σώματος και καθόλου στις επιλογές τους δεν συμπεριλαμβάνουν τη θαλασσοθεραπεία. Εν αντιθέσει με τις ηλικιακές ομάδες μεταξύ 51-65 ετών που κατατάσσουν στις προτιμήσεις τους δεύτερη τη θαλασσοθεραπεία μετά τη μάλαξη, καθώς επίσης και οι ηλικίες μεταξύ 36-50 ετών επιλέγουν με υψηλό ποσοστό προτίμησης 24% τη θαλασσοθεραπεία, τρίτη σε σειρά μετά την περιποίηση προσώπου με ποσοστό ζήτησης 27% .

Συμπερασματικά λοιπόν όσον αφορά τις επιλογές υπηρεσιών ενός χώρου ευεξίας Spa, η μάλαξη έρχεται πρώτη στις προτιμήσεις με ποσοστό 44,2 % από τους 315 συμμετέχοντες που συμπλήρωσαν αυτήν την ερώτηση. Ακολουθούν σε προτίμηση οι περιποιήσεις προσώπου με ποσοστό προτίμησης 20,3%, μετά οι περιποιήσεις σώματος με ποσοστό προτίμησης 18,4% και τελευταία ακολουθεί η θαλασσοθεραπεία με ποσοστό 17,14%.

- Είναι εντυπωσιακό ότι για όλες τις εθνικότητες που συμμετείχαν στην έρευνα καθώς και για όλα τα οικονομικά στρώματα, το αγαπημένο είδος μάλιαξης των περιηγητών και πρώτο σε προτίμηση παρουσιάζεται με διαφορά το «deep tissue», δηλαδή η μάλιαξη της έντονης και εν τω βάθι πίεσης σε ολόκληρο το σώμα. Μετά ακολουθούν με σειρά προτίμησης, η αρωματοθεραπεία, η μάλιαξη με ζεστά πετρώματα, το λεγόμενο “Hot stones massage”, η ρεφλεξολογία, η μάλιαξη κεφαλής “Scalp Massage” και τελευταίο σε προτίμηση το “Shiatsu”.

Ανάλογα με την εθνικότητα αλλάζουν λίγο τα κριτήρια για τη δεύτερη θέση ως το πιο αγαπημένο και περιζήτητο είδος μάλιαξης.

Συγκεκριμένα η αρωματοθεραπεία επιλέγεται δεύτερη, για τις εθνικότητες των Αράβων, τους Ισραηλίτες, τους Ινδούς, τους Αυστραλούς και τους περιηγητές της Νότιας Κεντρικής Αμερικής.

Για τους Έλληνες στη δεύτερη σειρά επιλογής βρίσκεται εξίσου η αρωματοθεραπεία και η μάλιαξη με τα ζεστά πετρώματα, το λεγόμενο «Hot stones massage», το οποίο έρχεται δεύτερο στις προτιμήσεις για τους Αμερικάνους και τους Γάλλους.

Κατόπιν στη δεύτερη θέση στα αγαπημένα για τους Άγγλους ακολουθεί το μασάζ κεφαλής –«Scalp massage», ενώ για τους Καναδούς, εξίσου στη θέση αυτή βρίσκονται η αρωματοθεραπεία, το «Hot stones Μάλιαξη» και το «Scalp massage».

- Το γυναικείο φύλο εκδηλώνει τη διπλάσια σχεδόν (65,6%) σε αριθμό απήχηση σε επισκεψιμότητα στους χώρους ευεξίας Spa, συγκριτικά με τους άντρες (34,4%).
- Οι ηλικίες οι οποίες είναι οι συχνότεροι επισκέπτες στα spa, είναι οι ηλικίες μεταξύ 36-50 ετών, μετά ακολουθεί η ηλικιακή ομάδα μεταξύ των 26-35 ετών και τέλος οι ηλικιακές ομάδες των 51-65 ετών.
- Τη μεγαλύτερη σε ζήτηση υπηρεσία στους χώρους ευεξίας – Spa, παρουσιάζει η μάλιαξη με ποσοστό ζήτησης 44,1%.

Η μάλιαξη είναι πρώτη στις προτιμήσεις όλων των εθνικοτήτων, εκτός από τη Γαλλία, η οποία τοποθετεί στην πρώτη της επιλογή υπηρεσιών στα Spa τη θαλασσοθεραπεία και μετά τη μάλιαξη. Για τις υπόλοιπες εθνικότητες ακολουθεί δεύτερη σε ζήτηση η περιποίηση προσώπου, ύστερα οι περιποιήσεις σώματος και τέλος η θαλασσοθεραπεία.

Θαλασσοθεραπεία: Πρώτη σε προτίμηση για τους Γάλλους και τελευταία για τους Αυστραλούς και τους Νεοζηλανδούς.

Οι επισκέπτες του Spa, δεν γνωρίζουν τον όρο και τον ορισμό της θαλασσοθεραπείας, αλλά ούτε και τα οφέλη της. Εντυπωσιάζονταν από την επεξήγηση για τα οφέλη στην υγεία τους, καθώς και από την ελληνική προέλευση της λέξης. Για τους περισσότερους ήταν η πρώτη φορά που δοκίμαζαν την εμπειρία της θαλασσοθεραπείας. Εξαίρεση αποτελούσαν οι Γάλλοι επισκέπτες, οι οποίοι γνώριζαν τον όρο της θαλασσοθεραπείας, είχαν ξαναδοκιμάσει στο παρελθόν την υπηρεσία αυτή και γνώριζαν επίσης τα οφέλη της.

- Οι ιαματικές πηγές ως προορισμός διακοπών θα επιλεγόταν από όλες τις ηλικίες και όλα τα οικονομικά στρώματα, με την προϋπόθεση όμως να είναι εγκατεστημένα στο μέρος αυτό οργανωμένα κέντρα ευεξίας – Spa, όπου θα παρέχονται οι κατάλληλες υπηρεσίες.

Οι ιαματικές πηγές σημειώνουν ενδιαφέρον προσέλευσης για το 10,7% των περιηγητών. Δηλαδή 1 στους 10 επισκέπτες έχει δοκιμάσει αυτές έστω μια φορά στη ζωή του ή συνεχίζει να επισκέπτεται και να προτιμά τις ιαματικές πηγές.

Το ποσοστό μπορεί να δείχνει μικρό, αλλά είναι μεγάλο αν σκεφθεί κανείς ότι δεν υπάρχουν οπουδήποτε οι ιαματικές πηγές και πολύς κόσμος δεν γνωρίζει ακόμη τίποτα για αυτές.

Επίσης καθίσταται απαραίτητη η προϋπόθεση να υπάρχει οργανωμένο κέντρο ευεξίας μαζί με τη φυσική ιαματική πηγή, διότι μεγάλος αριθμός των περιηγητών που είχαν συμπεριλάβει στις επιλογές τους τις ιαματικές πηγές, επέλεξαν ταυτόχρονα και την υπηρεσία των μαλάξεων σε μεγαλύτερο μάλιστα ποσοστό προτίμησης από τα ιαματικά μόνα τους.

Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι μια ιαματική πηγή από μόνη της δεν μπορεί να επιλεγεί από μεγάλο εύρος περιηγητών ως τουριστικός προορισμός για τις διακοπές τους, αν στο μέρος αυτό δεν προσφέρονται και άλλες υπηρεσίες. Γίνεται ξεκάθαρα κατανοητό από τις απαντήσεις που δόθηκαν, ότι ο περιηγητής επιθυμεί να συνδυάσει τις διακοπές του και με άλλες δραστηριότητες οι οποίες αναφέρονται παρακάτω.

- Όσον αφορά τα κριτήρια επιλογής ενός κέντρου ευεξίας – spa, αυτό δείχνει να εξαρτάται πρωτίστως από την τοποθεσία (με ποσοστό επιλογής 71,3%). Μετά επηρεάζεται από τις υπηρεσίες του εκάστοτε spa (ποσοστό 21,3%) και τέλος από τη φήμη αυτού, χωρίς αυτό εν τέλει να έχει ιδιαίτερη σημασία για τους

περιηγητές, (ποσοστό επιλογής 6,8 %). Αυτό ισχύει για όλες τις εθνικότητες και για τα δυο οικονομικά στρώματα και για όλες τις ηλικίες.

Συμπερασματικά λοιπόν ο επισκέπτης επιλέγει πρώτα τις διακοπές του και μετά το spa που βρίσκεται στην περιοχή των διακοπών του, με βάση τις υπηρεσίες που του προσφέρει το spa και τελευταία επηρεάζεται από τη φήμη του.

- Αν και οι επισκέπτες δεν συμπεριέλαβαν πρωτίστως ή στις αρχικές τους επιλογές τις ιαματικές πηγές για τον προορισμό διακοπών τους, μετέπειτα σημειώθηκε ότι θα επέλεγαν έναν φυσικό ιαματικό πόρο για να συνδυάσουν τις διακοπές τους εκεί. Αυτή η αντιπαράθεση δείχνει ότι ίσως να μην είχαν σκεφτεί ότι μπορούν να συνδυάσουν τη βελτίωση της υγείας τους παράλληλα με τις διακοπές τους ή κάτι τέτοιο να μην είναι ακόμα τόσο διαδεδομένο και οικείο για αυτούς (ερώτηση 11).

Έτσι λοιπόν εκπορευόμενοι από την ερώτηση 10 του ερωτηματολογίου της ποσοτικής έρευνας, για το αν θα επέλεγαν για προορισμό των διακοπών τους, μία ιαματική πηγή οργανωμένη σε ένα κέντρο ευεξίας με παρεχόμενες υπηρεσίες spa, το αποτέλεσμα είναι ενθαρρυντικό της θετικής ανταπόκρισης των περιηγητών, όπου σημειώθηκε ποσοστό θετικής απάντησης 81,9%.

Είναι εντυπωσιακό ότι όλες οι εθνικότητες, οι οικονομικές τάξεις και οι ηλικιακές ομάδες, θα επιθυμούσαν να περάσουν τις διακοπές τους σε έναν αξιοποιημένο ιαματικό πόρο με οργανωμένο κέντρο ευεξίας – spa.

Συμπέρασμα: Γίνεται φανερά αντιληπτό ότι υπάρχει επενδυτικό ενδιαφέρον στην Ελλάδα, για την οργάνωση και την αξιοποίηση των φυσικών ιαματικών πηγών σε οργανωμένα κέντρα ευεξίας – spa, ως τουριστικοί προορισμοί υγείας και ευεξίας, με αποτέλεσμα να προκύψουν πολλά οικονομικά οφέλη τόσο για την ανάπτυξη της τοπικής αυτοδιοίκησης, όσο και για το ίδιο το κράτος που του ανήκουν αυτοί οι φυσικοί πόροι.

- Ενθαρρυντικό είναι επίσης το γεγονός ότι οι περιηγητές και των δυο οικονομικών κατηγοριών, συμπεριέλαβαν στις προτιμήσεις τους τις εναλλακτικές δραστηριότητες μαζί με τις διακοπές τους, καθώς και τα Spa και τη θαλασσοθεραπεία, σε ποσοστό προτίμησης 77,7%.

Πρόταση: Η Ελλάδα που έχει όλο το χρόνο καλό κλίμα, μεγάλη ακτογραμμή και θάλασσα, είναι εύκολο να κάνουν οι ξενοδοχειακές μονάδες τις κατάλληλες εγκαταστάσεις για να αξιοποιήσουν το θαλασσινό νερό για θαλασσοθεραπεία στις παρεχόμενες υπηρεσίες του spa.

Ακόμη είναι σημαντικό να συμπεριληφθούν και οι επιλογές των διάφορων δραστηριοτήτων που προτίμησαν οι περιηγητές για επιπρόσθετες δραστηριότητες στις διακοπές τους, όπως τα *αθλήματα*.

Η εκδήλωση αυτού του ενδιαφέροντος σημειώθηκε εξίσου και από τις δυο κατηγορίες οικονομικών στρωμάτων, από όλες τις ηλικιακές ομάδες και όλες τις εθνικότητες με την ίδια σειρά προτίμησης, πλην του Ισραήλ.

Οπότε γήπεδα του τένις, γυμναστήρια, γκολφ, θαλάσσια αθλήματα κλπ θα τα λάμβαναν υπόψη τους οι περιηγητές στα κριτήρια επιλογών για τις διακοπές τους.

Όπως επίσης θα λάμβαναν υπόψη να υπάρχει και ένα πρόγραμμα περιήγησης για παράδειγμα στα ιστορικά σημεία του μέρους που επισκέπτονται και πρόγραμμα σειράς των εκδηλώσεων, που προάγουν τα έθιμα του τόπου και τον πολιτισμό του, αφού αυτή η προτίμηση σημειώθηκε από την πλειοψηφία των περιηγητών ως δεύτερη.

Το Ισραήλ, κατά εξαίρεση εκδήλωσε εξίσου ίδιο ενδιαφέρον για τα αθλήματα καθώς και για τον πολιτισμό και την ιστορία, η οποία ακολουθεί τη δεύτερη σε προτίμηση επιλογή για όλες τις υπόλοιπες εθνικότητες, ηλικίες και οικονομικά στρώματα.

Αυτό είναι καλό στοιχείο για μια προωθητική ενέργεια που εστιάζει να προσεγγίσει μεγάλο φάσμα οικονομικών τάξεων, ηλικιών καθώς και διαφόρων εθνικοτήτων για την προσέλευση σε ένα τουριστικό προορισμό.

Ακόμη αποτελεί ένα πολύ σημαντικό σημείο για τη μελέτη περίπτωσης στις Θερμοπύλες, (όπως και για άλλα τουριστικά ιστορικά μέρη της Ελλάδας) καθώς μπορεί και συνδυάζει τους παραπάνω συνδυασμούς δραστηριοτήτων που επέλεξαν οι περιηγητές.

Συμπέρασμα: Αυξάνεται λοιπόν το ενδεχόμενο να επιλέξει ο περιηγητής, έναν προορισμό που να εμπεριέχει αθλήματα και δραστηριότητες που προάγουν τον πολιτισμό και την ιστορία του τόπου που πρόκειται να επισκεφθεί για τις διακοπές του.

Οι δυο παραπάνω δραστηριότητες οι οποίες βρίσκονται πρώτες στις προτιμήσεις μπορούν να αναπτυχθούν και να αξιοποιηθούν στις Θερμοπύλες, καθώς το μέρος αποτελεί σημαντικό ιστορικό προορισμό και υπάρχει χώρος για αθλητικές εγκαταστάσεις κοντά στις ιαματικές πηγές αυτού του τόπου.

Πρόταση: Οι αθλητικές εγκαταστάσεις μπορούν να συσχετίζονται με την ιστορία του τόπου και να προσφέρεται μια διαδραστική εμπειρία στον επισκέπτη συνοδευόμενη με εκπαιδευτικό χαρακτήρα για τη μάχη των Θερμοπυλών.

Τα αποτελέσματα της ερώτησης 13 του ερωτηματολογίου, που αφορούσαν επίσης την περίπτωση μελέτης στην περιοχή των Θερμοπυλών είναι αρκετά ενθαρρυντικά. Το 45,6% απάντησε θετικά ότι θα πήγαινε στις Θερμοπύλες για τουρισμό, εφόσον συνδυάζεται με ένα οργανωμένο κέντρο ευεξίας – Spa στην περιοχή. Επίσης ένα 32,3% δήλωσε ότι θα διανυκτέρευε στην περιοχή των Θερμοπυλών 4-6 μέρες, που είναι υψηλό ποσοστό, δηλαδή σχεδόν ένας στους τρεις θα διανυκτέρευε σχεδόν μια εβδομάδα. Όλα τα παραπάνω λοιπόν επισφραγίζουν την πρόκληση για επενδυτικά σχέδια στην περιοχή.

Πρόταση: Θα ήταν επίσης ενδιαφέρον να προτάσσεται στους περιηγητές η δυνατότητα να κάνουν έναν περίγυρο στα ιαματικά λουτρά της ευρύτερης περιοχής και να δοκιμάζει ο περιηγητής την ποικιλία από τα οφέλη και των γύρω ιαματικών πηγών. Οι ιαματικές πηγές στην ευρύτερη περιοχή εμπεριέχουν τα λουτρά της Υπάτης, των Καμένων βούρλων, του Πλατύστομου, του Κονιαβίτη και άλλες ακόμη πιο ευρύτερα του νομού.

Συμπέρασμα: Όλα τα παραπάνω αποτελέσματα σηματοδοτούν ενθαρρυντικά στοιχεία για τη βιωσιμότητα μιας πιθανής επένδυσης στην περιοχή των Θερμοπυλών για ιαματικό τουρισμό με διαφορετικές δραστηριότητες που εμπεριέχουν τα αθλήματα, την ιστορία και τον πολιτισμό, καθώς και τον αλιευτικό τουρισμό, αφού στην περιοχή εκεί υπάρχει θάλασσα.

Όσον αφορά τις καινοτόμες ιδέες και τις τροποποιήσεις που θα ήθελαν να υπάρχουν από τους επισκέπτες του spa, το 68,8% των περιηγητών σημείωσε τις παρατηρήσεις και τις προτάσεις του για αλλαγές στους χώρους ευεξίας - spa.

Οι επισκέπτες εκδήλωσαν περισσότερο ενδιαφέρον για τον περιβάλλοντα χώρο ενός spa, όπου επιλέγουν ένα φυσικό περιβάλλον, γεγονός που αποτελεί επίσης μια πρόκληση για την επιχειρηματική ιδέα στις φυσικές ιαματικές πηγές των Θερμοπυλών και όχι μόνο, αφού η Ελλάδα κατακλύζεται σχεδόν παντού από ιαματικές πηγές σε φυσικούς περιβάλλοντες χώρους.

Κάποιες αναφορές έγιναν για τις εγκαταστάσεις και τη διακόσμηση του spa, να είναι προσεγμένες, αλλά χωρίς άλλη πιο λεπτομερή συγκεκριμένη επισήμανση.

Αρκετοί ήταν αυτοί επίσης που επισήμαναν την ανάγκη για την καλή εξυπηρέτηση του προσωπικού προς τους περιηγητές και κλείνοντας εκδηλώθηκε ενδιαφέρον να δοκιμάσουν νέες θεραπείες στους χώρους ευεξίας και να δουν κάτι διαφορετικό.

Συμπέρασμα: Σε αυτό το σημείο φαίνεται η σημασία του ανθρώπινου παράγοντα και το ανθρώπινο δυναμικό, πόσο σημαντικά είναι και πως επηρεάζει απόλυτα τη γενική εικόνα του περιηγητή και για αυτό θα πρέπει να υπάρχει η κατάλληλη εκπαίδευση στο προσωπικό για τους χώρους αυτούς.

Όλα τα παραπάνω λοιπόν αποτελούν ισχυρά πλεονεκτήματα για την υποστήριξη της πρότασης ανάπτυξης της επιχειρηματικής και επενδυτικής ιδέας στη φυσική ιαματική πηγή των Θερμοπυλών.

Η περιοχή καλύπτει και μπορεί να ενσωματώσει πολλές από τις απαιτήσεις και τις προτιμήσεις των περιηγητών, ώστε να γίνει ακόμη πιο ελκυστικό το μέρος ως ιαματικό θέρετρο και γενικότερα τουριστικός προορισμός που προάγει την ευεξία, τον πολιτισμό και την ιστορία.

Το γεγονός ότι το 45,6% απάντησε θετικά στο να επισκεφθεί τις Θερμοπύλες για τουρισμό, εφόσον εκεί θα βρίσκεται ένα οργανωμένο κέντρο ευεξίας – Spa, ώστε να συνδυάσουν τις διακοπές τους, καθιστά πολύ ενθαρρυντικό τη μελέτη για μια τέτοια επένδυση.

Η δημιουργία εξειδικευμένου κέντρου ευεξίας στις Θερμοπύλες για την αποκατάσταση και την πρόληψη της υγείας, στα πλαίσια που ήδη αξιοποιούνται και στην Ευρώπη οι εκάστοτε φυσικοί ιαματικοί πόροι, προς όφελος της υγείας των πολιτών καθίσταται παράδειγμα και για την Ελλάδα να καλύπτεται μέρος της θεραπείας, από τα ασφαλιστικά ταμεία του κράτους, που αυτή η κίνηση μετέπειτα επιφέρει λιγότερη κρατική νοσοκομειακή δαπάνη για τους πολίτες του.

Μια τέτοια επένδυση θα μπορούσε να χρηματοδοτήσει είτε ιδιώτες, είτε τους Δήμους, με κονδύλια της Ευρωπαϊκής ένωσης ή του κράτους, ώστε να δρομολογηθεί η αξιοποίηση αυτών των φυσικών ιαματικών πόρων που αποτελούν κρατική περιουσία, προς κοινό όφελος.

Η ανάπτυξη του τουρισμού στις φυσικές ιαματικές πηγές της Ελλάδος γενικότερα θα επέφερε τεράστια ανάπτυξη του ΑΕΠ, καθώς από την εκμετάλλευση μέρους των ήδη 48 ως τώρα αναγνωρισμένων φυσικών ιαματικών πηγών της Χώρας (ΣΔΙΠΕ, 2018) θα δημιουργούνταν ποικίλες θέσεις εργασίας μέσω του εγχώριου και του αλλοδαπού τουρισμού σε ετήσια βάση.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- A.van Tubergen & S.van der Linden, (2002). A brief history of spa therapy. *Ann Rheum Dis*.61:273–275
- Abilash K. et.al. (2017). Fracture-dislocation at C6-C7 level with Quadriplegia after Traditional Massage in a Patient with Ankylosing Spondylitis: A Case Report. *Malays Orthop J*.Jul;11(2):75-77. doi: 10.5704/MOJ.1707.013
- Αγγελίδης, Ζ. (2008). *Ιαματικές πηγές και λουτρόπολοι - Τετράδιο Εργασίας*, Θεσσαλονίκη
- Αγγελίδης, Ζ. (2008). *Ιαματικές πηγές και λουτρόπολοι - Τετράδιο Εργασίας*, Θεσσαλονίκη
- Αγγελίδης, Ζ. (2011). *Ο Θερμαλισμός στο κατώφλι μιας νέας ιστορικής περιόδου thermalism.doc*
- Adamczyk J.G. et.al. (2016). The use of thermal imaging to assess the effectiveness of ice massage and cold-water immersion as methods for supporting post-exercise recovery. *J Therm Biol*. Aug;60:20-5. doi: 10.1016/j.jtherbio.2016.05.006. Epub 2016 Jun 6.
- Barreto DM, Batista MVA. (2017). Swedish Massage: A Systematic Review of its Physical and Psychological Benefits. *Adv Mind Body Med*. Spring;31(2):16-20.
- Benedetto, AV. & Millikan, LE. (1996). Mineral water and spas in the United States. *Clin Dermatol*;14:583–600.)
- Botha R., Newman RT., Maleka PP. (2016). Radon Levels Measured at a Touristic Thermal Spa Resort in Montagu (South Africa) and Associated Effective Doses. *Health Phys. Sep*;111(3):281-9. doi: 10.1097/HP.0000000000000527.
- Βουδούρης, Κ. (2009). *Υδρογεωλογία Περιβάλλοντος*. Εκδόσεις Τζιόλα, Θεσσαλονίκη.
- Brenke R1 (2015). Das Potenzial der Sauna im Rahmen der Prävention - eine Übersicht neuerer Erkenntnisse. [Article in German] *Forsch Komplementmed*. ;22(5):320-5. doi: 10.1159/000441402. Epub 2015 Oct 20.

Cowen VS., Miccio RS., Parikh B.,(2017). Massage Therapy in Outpatient Cancer Care: A Metropolitan Area Analysis. *J Evid Based Complementary Altern Med*. Jan 1:2156587217727938. doi: 10.1177/2156587217727938. [Epub ahead of print]

Crinnion WJ1 (2011). Sauna as a valuable clinical tool for cardiovascular, autoimmune, toxicant- induced and other chronic health problems. *Altern Med Rev*. Sep;16 (3):215-25.

Croutier, AL. (1992). *Taking the waters: spirit, art, sensuality*. New York: Abbeville Publishing Group.

Currall, S.C., Hammer, T.H., Baggett, L.S., Doniger, G.M. (1999). Combining Qualitative and Quantitative Methodologies to study group processes: An illustrative study of a Corporate board of directors. *Organizational Research Methods*, Volume 2, Issue 1, pp.5-36

Dandinoglu T. et.al.(2017). Can balneotherapy improve the bowel motility in chronically constipated middle-aged and elderly patients? *Int J Biometeorol*. Jun;61(6):1139-1148. doi: 10.1007/s00484-016-1295-8. *Epub* 2016 Dec 23.

Donndorf P., et.al.(2015). Mobilization of Bone Marrow-Derived Endothelial Progenitor Cells following Finnish Sauna: A Pilot Study *Forsch Komplementmed*. ;22(4):246-50. doi: 10.1159/000438956. *Epub*. Aug 17.

Elkayam O., et.al. (1991). Effect of spa therapy in Tiberias on patients with rheumatoid arthritis and osteoarthritis. *J Rheumatol*;18:1799–803

Franke A, et.al. (2000). Long-term efficacy of radon spa therapy in rheumatoid arthritis—a randomized, sham-controlled study and follow-up. *Rheumatology (Oxford)*;39:894–902.

Furlan A.D., et.al. (2009). Massage for low back pain: an updated systematic review within the framework of the Cochrane Back Review Group. *Spine (PhilaPa1976)*. Jul15;34(16):166984. doi:10.1097/BRS.0b013e3181ad7bd6.

Φυτίκας, Μ. (2004). *Γεωθερμία*. Εκδόσεις Τζιόλα, Θεσσαλονίκη.

Gunay SM1, Keser I2, Bicer ZT3 (2017). The effects of balance and postural stability exercises on spabased rehabilitation programme in patients with ankylosing spondylitis. *J Back Musculoskelet Rehabil*. Sep 8. doi: 10.3233/BMR-169755. [Epub ahead of print]

Hall J., et.al. (1996) A randomized and controlled trial of hydrotherapy in rheumatoid arthritis. *Arthritis Care Res*;9:206–15.

Jackson R. (1990) Waters and spas in the classical world. *Med Hist Suppl*;10:1–13.

Karagülle M1,2, Kardeş S3, Karagülle MZ3. (2017). Real-life effectiveness of spa therapy in rheumatic and musculoskeletal diseases: a retrospective study of 819 patients. *Int J Biometeorol*. May 30. doi: 10.1007/s00484-017-1384-3. [Epub ahead of print]

Karagülle M1. et.al. (2017) Spa therapy adjunct to pharmacotherapy is beneficial in rheumatoid arthritis: a crossover randomized controlled trial. *Int J Biometeorol*. Sep 7. doi: 10.1007/s00484-017-1441-y. [Epub ahead of print]

Kluger N1 (2011). Sauna: cardiac and vascular benefits and risks. *Presse Med*. Oct;40(10):895-9. doi: 10.1016/j.lpm.2011.02.010. *Epub* Mar 17. [Article in French]

Knapik, M. (2006). The Qualitative Research Interview: Participants' Responsive Participation in Knowledge Making *International Journal of Qualitative Methods* 5 (3) September 2006
http://www.ualberta.ca/~ijqm/https://sites.ualberta.ca/~iiqm/backissues/5_3/HTML/knapik.htm

Kuciel-Lewandowska J, Paprocka-Borowicz M. (2015). The impact of the spa therapy on reduction of the perception of pain intensity in patients with degenerative joints and disc disease. *Pomeranian J Life Sci.*;61(3):257-62. [Article in Polish]

Kunutsor SK., Laukkanen T., Laukkanen JA. (2017). Sauna bathing reduces the risk of respiratory diseases: a long-term prospective cohort study. *Eur J Epidemiol*. Sep 13. doi: 10.1007/s10654-017-0311-6. [Epub ahead of print]

Looman J, Pillen H. (1989). The development of the bathing culture [in Dutch]. *Integraal*;4:7–24.

Miller B.F. et.al (2017). Enhanced skeletal muscle regrowth and remodelling in massaged and contralateral non-massaged hind limb. *J. Physiol* .Oct 31. doi: 10.1113/JP275089. [Epub ahead of print]

Morer C. et.al. (2017). The role of mineral elements and other chemical compounds used in balneology: data from double-blind randomized clinical trials. *Int J Biometeorol*. Aug 28. doi: 10.1007/s00484-017-1421-2. [Epub ahead of print]

Mustapha, K. (2010). *Quantitative, Qualitative, and Action Research: A Compare and Contrast View of their Purpose, Method, Applications and Limitations in Social Science Research* Learning About Quantitative & Qualitative Methods (paper)https://www.academia.edu/5067007/Understanding_Qualitative_and_Quantitative_Research

Ortega E., et.al. (2017). Anti-inflammatory effect as a mechanism of effectiveness underlying the clinical benefits of pelotherapy in osteoarthritis patients: regulation of the altered inflammatory and stress feedback response. *Int J Biometeorol*. 2017 Oct;61(10):1777-1785. doi: 10.1007/s00484-017-1361-x. Epub Apr 29.

Ricciardi E, Ricciardi CA, Ricciardi B (2016). Treatment of kidney diseases in the thermal springs of Pithecusa during the XVIII Century. *G Ital Nefrol*. Feb;33 Suppl 66:33.S66.26.

Richard A. Swanson, Elwood F. Holton (2005). *Research in Organizations: Foundations and Methods in Inquiry*. San Francisco, California: Berrett-Koehler Publishers

Romanowski M.W., et.al. (2017). Comparison of Deep Tissue Massage and Therapeutic Massage for Lower Back Pain, Disease Activity, and Functional Capacity of Ankylosing Spondylitis Patients: A Randomized Clinical Pilot Study. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2017:9894128. doi: 10.1155/2017/9894128. Epub 2017 Aug 6.

Roseen E.J. et.al. (2017). Inpatient Massage Therapy Versus Music Therapy Versus Usual Care: A Mixed-methods Feasibility Randomized Controlled Trial. *Glob Adv Health Med*. Oct 16;6:2164957X17735816. doi: 10.1177/2164957X17735816. eCollection 2017.

Routh HB.et.al. (1996). Balneology, mineral water, and spas in historical perspective. *Clin Dermatol*;14:551-4.

Santos I. et.al.(2016) Balneotherapy and Rheumatoid Arthritis: A Randomized Control Trial. *Isr Med Assoc J.* Aug;18(8):474-478.

Schadewalt H. (1989). The history of Roman bathing culture [in Dutch]. *Integraal*; 4:25–35.

Swanson R.A. & E.F. Holton III (1997). *Human resource development research handbook*. San Francisco: Berrett-Koehler pp.3-20

Σωτηριάδης, Λ., Σούλιος, Γ., κ.ά. (1987): *Γεωλογική-Υδρογεωλογική Έκθεση. Κοινότητα Θερμοπυλών. Αρχείο ΣΔΠΠΕ.*

T. Bender, et.al.,(2014) Evidence-based hydro- and balneotherapy in Hungary—a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Biometeorology* April, Volume 58, Issue 3, pp 311–323| Cite as

Verhagen AP1 et.al.(2015) Balneotherapy (or spa therapy) for rheumatoid arthritis. *Cochrane Database Syst Rev.* Apr 11;(4):CD000518. doi: 10.1002/14651858.CD000518.pub2.

Woodward A.H., (2010) Re: Furlan AD, Imamura M, Dryden T, et al. Massage for low back pain: an updated systematic review within the framework of the Cochrane Back Review Group. *Spine* 2009;34:1669-84. *Spine (Phila Pa 1976)*. Apr 1;35(7):843-4; author reply 844. doi: 10.1097/BRS.0b013e3181d2a7cf.

Yang B, et.al. (2018) Spa therapy (balneotherapy) relieves mental stress, sleep disorder, and general health problems in sub-healthy people. *Int J Biometeorol.* Feb;62(2):261-272. doi: 10.1007/s00484-017-1447-5. *Epub* 2017 Sep 21.PMID:28936572

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ

<https://sete.gr/> 2018

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΣΕ ΑΓΓΛΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

WELLNESS AND SPA SERVICES QUESTIONNAIRE

This questionnaire is part of a Master research in the framework of the postgraduate program “The use of thermal springs and Spa Management” of Alexander Technological Educational Institute of Thessaloniki in order to improve the spa services in Greece. This questionnaire is confidential and anonymous.

We appreciate your help and we thank you in advance for your collaboration.

1. Gender Male Female

2. Age

- a. 18-25
- b. 26-35
- c. 36-50
- d. 51-65
- e. Older than 65

3. Nationality:

4. What is your annual income approximately?

- a. Lower than 150.000 €
- b. More than 150.000 €

5. How often do you visit a spa per year?

- a. 1-3 times
- b. 4-8 times
- c. 9 or more

**6. What is the main reason you visit a spa?
(You can select more than one answer)**

- a. Relaxation
- b. Beauty

- c. Pain relief
- d. Physical health improvement
- e. Mental health improvement
- f. Other (please note):

**7. What type of services do you prefer more frequently in a spa?
(You can select more than one answer)**

- a. Thalassotherapy
- b. Facial treatments
- c. Body treatments
- d. Massages
- e. Thermal springs
- f. Other (please note):

8. Which is your favorite type of massage or treatment?

.....

9. What is your main criteria for the selection of a spa?

- a. I select the spa that exists in the place that I visit for my vacation.
- b. I take into consideration the offered spa services in order to select the destination for my vacation.
- c. The popularity of the Spa
- d. Other (please note):.....

10. Would you select a place as a vacation destination if this place has thermal springs and provides superior spa and wellness services?

- a. Yes
- b. No

**11. Would you like a combination of holidays with alternative forms?
(You can select more than one answer)**

- a. Spa - Thalassotherapy
- b. Health nutrition program
- c. Thermal Springs
- d. Yoga - Meditation
- f. Other (please note):.....

**12. Would you prefer a combination of holidays with more activities?
(You can select more than one answer)**

- a. Sports
- b. Cultural activities and history
- c. Educational seminars
- d. Activities for the children
- e. Evenings of rhetoric and philosophy
- f. Other (please note):

**13. Would there be any interest for a city weekend for Thermopylae destination
(2hours away from Athens by car), if there was an organized natural Spa
center with Thermal springs benefits?**

(If yes, please note how many days you would book for?)

- a. Yes
- b. No

Days of stay :

**14. What different or innovative service would you like to find in a spa?
Please note.**

.....
.....
.....

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΣΕ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΥΕΞΙΑ ΚΑΙ ΤΑ SPA

Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο αποτελεί μέρος μιας μεταπτυχιακής έρευνας στο πλαίσιο του μεταπτυχιακού προγράμματος "Η χρήση των ιαματικών πηγών και της διαχείρισης Spa" του Α.Π.Θ. Θεσσαλονίκης με σκοπό τη βελτίωση των υπηρεσιών spa στην Ελλάδα. Αυτό το ερωτηματολόγιο είναι εμπιστευτικό και ανώνυμο.

Εκτιμούμε πολύ τη βοήθεια σας και ευχαριστούμε εκ των προτέρων για τη συμμετοχή σας.

1. Γένος Αντρας Γυναίκα

2. Ηλικία

α) 18-25

β) 26-35

γ) 36-50

δ) 51-65

ε) Άνω των 65

3. Εθνικότητα:

4. Ποιο είναι το ετήσιο εισόδημα σας κατά προσέγγιση;

α) Χαμηλότερο των 150.000 €

β) Υψηλότερο των 150.000 €

5. Πόσο συχνά επισκέπτεστε ένα κέντρο ευεξίας (Spa) το χρόνο;

α) 1-3 φορές

β) 4-8 φορές

γ) περισσότερο από 9 φορές

**6. Ποιος είναι ο κύριος λόγος για τον οποίο επισκέπτεστε ένα spa (spa);
(Μπορείτε να επιλέξετε περισσότερες από μία απαντήσεις)**

- α) Χαλάρωση
- β) Ομορφιά
- γ) Ανακούφιση από τον πόνο
- δ) Βελτίωση της σωματικής υγείας
- ε) Βελτίωση της ψυχικής υγείας
- ζ) Άλλο (παρακαλώ σημειώστε):

**7. Ποιο είδος υπηρεσιών προτιμάτε συχνότερα σε ένα spa;
(Μπορείτε να επιλέξετε περισσότερες από μία απαντήσεις)**

- α). Θαλασσοθεραπεία
- β). Θεραπείες προσώπου
- γ). Θεραπείες σώματος
- δ). Μασάζ
- ε). Ιαματικές πηγές
- ζ). Άλλο (παρακαλώ σημειώστε):

8. Ποιο είναι το αγαπημένο σας είδος μάλαξης ή θεραπείας;

.....
.....

9. Ποια είναι τα βασικά σας κριτήρια για την επιλογή ενός spa;

- α) Επιλέγω το spa που υπάρχει στον τόπο που επισκέπτομαι για τις διακοπές μου.
- β) Λαμβάνω υπόψη τις προσφερόμενες υπηρεσίες spa για να επιλέξω τον προορισμό για τις διακοπές μου.
- γ) Η φήμη του Spa
- δ) Άλλα (παρακαλώ σημειώστε):

10. Θα επιλέξετε ένα μέρος ως προορισμό διακοπών, αν αυτός ο τόπος διαθέτει ιαματικές πηγές και προσφέρει εξαιρετικές υπηρεσίες ευεξίας - spa;

- α) Ναι
- β) Όχι

**11. Θα θέλατε ένα συνδυασμό διακοπών με εναλλακτικές μορφές;
(Μπορείτε να επιλέξετε περισσότερες από μία απαντήσεις)**

- α) Spa - Θαλασσοθεραπεία
- β) Πρόγραμμα διατροφής για την υγεία
- γ) Ιαματικές πηγές
- δ) Γιόγκα - Διαλογισμός
- ε) Άλλο (παρακαλώ σημειώστε):

**12. Θα προτιμούσατε έναν συνδυασμό διακοπών με περισσότερες δραστηριότητες;
(Μπορείτε να επιλέξετε περισσότερες από μία απαντήσεις)**

- α) Αθλήματα
- β) Πολιτιστικές δραστηριότητες και ιστορία
- γ) Εκπαιδευτικά σεμινάρια
- δ) Δραστηριότητες για τα παιδιά
- ε) Βραδιές ρητορικής και φιλοσοφίας
- ζ) Άλλο (παρακαλώ σημειώστε):

**13. Θα υπήρχε κάποιο ενδιαφέρον για μια απόδραση στον προορισμό των
Θερμοπυλών (2 ώρες μακριά από την Αθήνα με το αυτοκίνητο), εάν υπήρχε
οργανωμένο φυσικό κέντρο Spa με τα οφέλη της ιαματικής πηγής;
(Εάν ναι, παρακαλούμε να σημειώσετε πόσες ημέρες θα κάνατε κράτηση;**

- α) Ναι
 - β) Όχι
- Ημέρες διαμονής:

**14. Ποια διαφορετική ή καινοτόμος υπηρεσία θα θέλατε να συναντήσετε σε ένα
spa; Παρακαλώ σημειώστε**

.....
.....
.....