



全面啟動，女性魅力曲線

文：陳文玲
圖：李慧臻

交大資工 69 級的黃種智學長，跟當初是排球校隊的隊友們創辦了「康聚公司」，該公司經營企業員工的健康管理。現在的人越來越注重養身和心靈層次的追求，尤其在報章雜誌常看到有員工壓力過大而尋短的現代社會，康聚公司的經營方針，跟各大企業想要有個健康形象剛好相輔相成。

健康，才能快樂！

對於現代人而言，為了自己的身體健康，以往不愛運動的現代人，開始會想撥時間讓自己肚子的贅肉動一動，讓自己雙手的蝴蝶袖甩一甩，期許在身上的脂肪能夠跟自己說 bye-bye，但是，運動習慣的養成是多麼的不容易阿！要撥出時間來運動，而且還是持之以恆的運動，實在是有難度。

關於這點，黃種智學長指出現代人之所以不健康是因為生活健康習慣不好，健康習慣的培養十分不容易，因為大家對於自己的生活方式不會想要改變太多，尤其是在社會裏已經打滾那麼多年的中年人，對於自己的生活方式也早就習慣了，因此如果要再培養一個新的習慣---「運動」，對他們而言是個新的衝擊，單靠自己微薄的念



黃種智學長談健康習慣的養成不易。

力是不夠的！還需要外界的推力與拉力，一起幫幫忙。

把運動，變有趣！

有人交了大把的錢在健身中心，期望用金錢的羈絆，促使自己去健身房運動。但是一般的健身房的經營模式，在黃種智學長看來，實在十分無趣。

一個人很無聊的做自己的運動，請教練還得再另外花大筆的錢，而且還得忍受旁人(尤其是異性)的眼光 -- 看

到自己穿緊身褲，露出身上贅肉，氣喘如牛的費勁操練那副模樣，一般的人都不希望讓異性看到這樣的自己！

時間也是一個因素。上健身房動輒一個小時，如果讓運動效果更好，兩個小時跑不掉，多數的現代人很少有這麼多時間去運動，另外健身房設在交通繁忙的市中心，那通勤的時間更是可觀。

綜合上述健身房的不足，他看到 Curves 健身中心的經營方式，他覺得很喜歡，這就是他想要的，「讓運動變得有趣」！

黃種智學長的兒子曾跟他有這樣的談話：「爸爸！為什麼健康的東西都那麼難吃

阿？」黃種智學長也大談：「每天去健身房超無聊！去早上爬山超無聊！因為覺得健康越來越重要，所以好玩就犧牲一下，減重班的東西就很難吃，但是為了要瘦，所以忍受那些不開心，但是那種方式是不能持久的，因此有人一結束減重班，很快的就又復胖了，因為瘦了就想要彌補之前的不快樂嘛！」他很開心的是，Curves 健身中心讓他找到一種可以快樂但是又健康的方法。

Curves 健身中心有別於一般人對於健身房的印象，邱玉瑞教練表示「對台灣來說，這是一個新的運動型態，對我們來說也是！我們也需要適應。」



邱玉瑞教練親自示範運動器材的使用。

另類健身房，走藍海策略！

這裡沒有時髦的設施、高級的裝潢、猛男健身教練、以及附有衛浴設備和三溫暖的全套更衣室，這裡走的是完全相反的健身市場，顧客群鎖定想運動但又容易半途而廢，且沒有太多時間能撥出來運動的中年婦女，Curves 健身中心將他們的市場跟一般的健身房區隔，反其道而實行「藍海策略」。

講求的是有趣的運動，讓運動不再是枯燥無味，所有年齡層都能一起參與，健身器材圍成一圈，方便會員彼此交換使用，運動器材和有氧踏步機依序使用，30分鐘就能完成整套運動，

對於現代人來說，這樣的時間剛剛好。

液壓運動器材，不會有衝



將運動器材環狀擺設，讓所有的會員跟著音樂的節奏依序交換使用。

擊力太大不能使用的問題，任何年齡層都能上手。使用完所有的運動器材，讓全身的肌肉都能活動到，雕塑完美的曲線，讓想瘦的女性不再只是專瘦腿，但是肚子卻沒有動到。Curves 健身中心的會員陳以青表示，她就是被這些因素所吸引，才來 Curves 健身中心，所有的器材都符合人體工學，半小時都能做完，對她來說不會有太大的負擔。

同伴的鼓勵，動力加分！

另外，同性同伴們之間的鼓勵和打氣更是有別於健身房，充斥著異性注視的眼光。會員許秀麗女士表示，她才剛來 Curves 健身中心的

第一天，學員一看到她就很熱情的打招，這裡的老師也都很有親和力，不像之前的她曾上過的有氧舞蹈班，上完了整堂課，隔壁是誰她完全不記得。

注意到了嗎？這個市場專攻中年婦女，也許有人會疑問，那麼男性在哪？是否也有男性會來 Curves 健身中心？答案是：男生不會想來，不是 Curves 健身中心不



最後的收操，讓身體不會累積今天運動的疲勞。



教練親切的指導學員該如何使用運動器材。

收男性，而是在這幾年Curves健身中心的經營結果得出的結論，男性和女性的本身特質，促使女性Curves健身中心蓬勃發展，而男性在Curves健身中心，缺席。

Curves健身中心的服務理念，讓運動變有趣，來運動的人、教練、店長之間溫馨的相互打氣、談心，而且Curves健身中心藉由成員之間「好康相報」增加會員，維持營業額，這個特質使得男性



來這裡運動的學員，有些是買完菜就順路來這裡運動。

的Curves健身中心開不起來，男性進健身房喜歡獨來獨往，黃種智學長也大笑說：「越老的男人越封閉越懶！如果有一個健身中心可以就這樣坐著甚麼都不做，這樣男性客源就會多了！」

女性不同於男性，她們喜歡團體、互相分享這些女性特質讓Curves健身中心得以有源源不斷的客源。

區域性客戶，方圓三公里

Curves健康中心還有一個特點「區域性」，將客源鎖定是中年女性，而且是門市方圓三公里的中年女性，他們不要那些會員大老遠得花費半小時以上的車程，就為了來這裡做半小時的運動。



針對每個學員的狀況，教練會給予不同的指導。

對於Curves健康中心的經營者而言，因為區域性的特質，所以客群穩定，不會有搶客戶的情況，更因為和一般的健身中心走不同的路線，也不用怕隔壁有一家豪華的健身房來跟他們搶飯碗，區域性也讓想來運動的中年女性，通勤時間縮短，不用怕浪費太多時間、心力在交通上面。

經營秘方：3M、3F

綜觀上述，沒有男性關注的眼光(No Man)，沒有鏡子(No Mirror)，不用化妝(No Makeup)等3M原則以及和親友一起來運動的趣味(Fun)、在家附近運動帶來的迅速(Fast)和有效健美(Fitness)，3F

原則讓 Curves 的會員迅速增加！

另外，黃種智學長指出 Curves 健康中心最大的特點：「什麼店會讓你一個禮拜去三次？早餐店及 7-11。但是你對 7-11 沒有忠誠度，但這裡的會員卻是有忠誠度的，這對我們來說很重要！」，「你有一群很忠實的客戶，在這個市場，是最有價值的，你有產品不如你有客戶呀！」。

黃種智學長希望這些來 Curves 健身中心的中年婦女，能將運動習慣也帶回家。他指出，中年婦女可說是「一家之主」，他們的影響力是不容小覷的！他們掌握著家裡的採購權，張羅所有家裡的開銷，如果他們能將好的運動習慣帶回去，改變的，是一整個家庭！

康聚信念：健康的事業！

Curves 健康中心的經營理念，跟康聚想要做健康的事業，信念一致黃種智學長。提到，他一開始鎖定是竹科，但是一碰到 2008 金融海嘯，還是覺得賺錢比健康重要，有關健康的活動，都因為公司沒預算而停辦。

但媽媽不會這樣！

母親不會因為收入減少，而不管家人的健康。「健康」在家庭占很大的地位！不像企業將賺錢擺在第一位。所以，黃種智學長把客戶族群，從原先設定的竹科，擴展向區域性的女性客層！

溫馨活動，感情增溫

在新竹市中山店，每天都



學員笑容滿面地運動，這裡是學員們可以相互交流快樂的秘密基地

有不同主題的溫馨小活動，增進學員、店長、教練的感情。在這裡大家相處的十分融洽，大家像認識多年的好姐妹似的，見到對方會互相擁抱，關心彼此最近過得怎麼樣...

邱瑞玉教練：「一開始，我純粹只是來教這些學員運動，但漸漸的，看到這些學員因為來這裡運動，臉色變的紅潤、每個出去都是充滿笑容，讓我覺得很有成就感，也替他們開心。一天一天的相處，跟他們搏感情，到最後變得像是朋友一樣的親密，學員的信任感讓我覺得很高興！」

開幕一個月，會員已近 200 人

人和人在這裡，沒有都會水泥叢林的冰冷，有的是互



不同主題的溫馨小活動，讓彼此的感情加溫。



學員們和店長鄭惠憶(右)感情十分融洽

相噓寒問暖的熱情。在這裡，我們看到了真正的服務業。

Curves健康中心帶來身體的健康，也豐富你的心靈。黃種智學長就是看中了這點，決定出資加盟 Curves 健康中心，跟康聚公司所經營的企業員工健康管理事業，要讓大家擁有健康的身心的訴求，不謀而合。

現今Curves健康中心蓬勃發展，開幕一個月就已擁有近兩百個會員，未來還有更大的成長空間。人人都會想要有一個健康的生活，Curves 健康中心有趣、溫馨、簡單、又不耗時，成了都會人最佳的選擇。

照顧健康，從 B2B 到 B2C

資工 78 級的鄭妃珍學

姊，是康聚公司的一員。她投身 Curves 健康中心事業，扮演協調者的角色。

康聚公司是一個平台亦是骨幹，而 Curves 健康中心是其中一個業務。以往康聚公司走的是 B2B(Business-to-Business)路線，將營運對象瞄準企業。但投資 Curves 健康中心後，則變成B2C(Business-to-Consumer)，營運的對象鎖定直接客戶，這是康聚公司的一項轉變。

黃種智學長表示，未來的營業取向，希望能夠成立更多的分店，通常一個店的會員是三、五百人，如果有一百家，那就是三、五萬人，將影響著三、五萬個家庭！

「這個平台是蠻好的，將來會和健康的食衣住行活動

與產品做複合經營。這些來運動的婆婆媽媽們手上掌握的是一整個家庭的採購權，當他們有了健康的觀念後，除了運動，其它方面也會有健康觀念，到時候會有許多相關健康的商機出現。」

「成立整個健康網絡是未來的展望，而我們的責任就是幫大家把關，告知他們健康的資訊，讓大家都能夠有一個健康又快樂的生活」，這是康聚公司的經營方針，也是黃種智學長最心中最理想的生活。友聲



健康又快樂，讓大家臉上充滿笑容是黃種智學長所追求的