

ABSTRAK

Fitness berasal dari bahasa Inggris *fit* yang artinya bugar, maka terjemahan dari kata *fitness* adalah kebugaran. Menurut KBBI, bugar merupakan sehat dan segar sehingga kebugaran dapat didefinisikan sebagai sebuah kemampuan tubuh manusia pada saat melakukan aktifitas fisik dalam waktu lama tanpa merasa kelelahan. Sedangkan *wellness* didefinisikan sebagai suatu proses yang panjang untuk mendapatkan kehidupan yang baik yaitu berfikir positif, keadaan fisik yang optimal, psikologikal, dan fungsi social.

Metode yang digunakan dalam perancangan ini bersifat deskriptif, analisis dan sintesa. Sehingga desain baru yang diciptakan dapat memberikan manfaat terhadap manusia agar selalu tampil menjaga kebugaran dan kesehatan untuk mencapai gaya hidup yang produktif melalui suatu objek dan elemen interior yang dapat mendorong semangat. Konsep yang akan di terapkan dalam *Fitness and Wellness Center* ini adalah *active* melalui *physical active* dengan tujuan untuk mendukung aktifitas pengguna dan menyadarkan manfaat dari aktifitas yang dilakukan di perancangan ini. Tema yang akan digunakan dalam perancangan adalah *healthy lifestyle* yang dapat membantu mengubah pola hidup masyarakat menuju yang lebih baik.

Kata kunci : *Fitness, wellness, active*

