



**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÒGICO BOLIVARIANO
DE TECNOLOGÌA**

**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN COMERCIAL,
ADMINISTRATIVA Y CIENCIAS**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE
TECNÓLOGO EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESA**

TEMA:

**PROPUESTA DE PLAN DE NEGOCIO PARA UN GIMNASIO
EN LA MEJORA DEL ESTILO DE VIDA DE LOS
HABITANTES DE LA COMUNA
SAN ANTONIO**

Autor:

Granados Guerrero Juan Carlos

Tutor:

Simón Alberto Illescas Prieto

Guayaquil, Ecuador

2018



DEDICATORIA

Con todo el esfuerzo realizado en estos años de estudio, a pesar de muchos obstáculos que se me han presentado en el camino, he podido realizar este proyecto en donde se ve reflejado todo mi esfuerzo y sacrificio, va dedicado a Dios por guiarme, mostrarme día a día que con humildad, paciencia, sabiduría todo es posible.

A mi familia que se sacrificaron el poco tiempo que les di, ellos estuvieron apoyándome en todo momento, me dieron valentía para seguir estudiando, comprobando que con esfuerzo y perseverancia se pueden alcanzar las metas.

Juan Carlos Granados Guerrero



AGRADECIMIENTO

Gracias al Instituto Tecnológico Bolivariano “ITB” por permitir formarme en ella, a todas las personas que fueron partícipes de este proceso, ya sea de manera directa e indirecta, han formado parte de mi vida profesional, a las que me encantaría agradecerles su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía en los momentos más difíciles de mi vida. Algunas están aquí conmigo y otras en mis recuerdos y en mi corazón, sin importar en donde estén quiero darles las gracias por formar parte de mí, por todo lo que me han brindado y por todas sus bendiciones. Para ellos: Muchas gracias y que Dios los bendiga.

Juan Carlos Granados Guerrero



INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO BOLIVARIANO DE TECNOLOGÍA

CERTIFICACIÓN DE LA ACEPTACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Proyecto de Investigación, nombrado por el Consejo Directivo del Instituto Superior Tecnológico Bolivariano de Tecnología.

CERTIFICO:

Que he analizado el proyecto de investigación con el tema: **“Propuesta de plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida de los habitantes de la comuna San Antonio”**, presentado como requisito previo a la aprobación y desarrollo de la investigación para optar por el título de:

TECNÓLOGO EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESA

El problema de investigación se refiere a: **¿Qué incidencia tendría la elaboración de un plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida, de los habitantes de la comuna San Antonio, del cantón Playas, provincia del Guayas, en el año 2018?**

El mismo que considero debe ser aceptado por reunir los requisitos legales y por la importancia del tema:

Presentado por el Egresado:

Granados Guerrero Juan Carlos

Tutor:

Simón Alberto Illescas Prieto

CLÁUSULA DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE TITULACIÓN

Yo, **Juan Carlos Granados Guerrero** en calidad de autor con los derechos patrimoniales del presente trabajo de titulación “**Propuesta de plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida de los habitantes de la comuna San Antonio**”, de la modalidad de semipresencial realizado en el Instituto Superior Tecnológico Bolivariano de Tecnología como parte de la culminación de los estudios en la carrera de Administración de Empresa, de conformidad con el *Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN* reconozco a favor de la institución una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial del mencionado trabajo de titulación, con fines estrictamente académicos. Asimismo, autorizo al Instituto Superior Tecnológico Bolivariano de Tecnología para que digitalice y publique dicho trabajo de titulación en el repositorio virtual de la institución, de conformidad a lo dispuesto en el *Art. 144 de la LEY ORGÁNICA DE EDUCACIÓN SUPERIOR*.

Juan Carlos Granados Guerrero

Nombre y Apellidos del Autor

No. de cédula: **0928452093**

Firma



CERTIFICACIÓN DE ACEPTACIÓN DEL CEGESCIT

En calidad de colaborador del Centro de Gestión de la Información Científica y Transferencia de Tecnológica (CEGESCIT) nombrado por el Consejo Directivo del Instituto Superior Tecnológico Bolivariano de Tecnología.

CERTIFICO:

Que el trabajo ha sido analizado por el URKUND y cumple con el nivel de coincidencias permitido según fue aprobado en el **REGLAMENTO PARA LA UTILIZACIÓN DEL SISTEMA ANTIPLAGIO INSTITUCIONAL EN LOS PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y TRABAJOS DE TITULACIÓN Y DESIGNACIÓN DE TUTORES** del ITB.

Nombre y Apellidos del Colaborador
CEGESCYT

Firma



**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÒGICO BOLIVARIANO
DE TECNOLOGÌA**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE TECNÓLOGO EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESA**

TEMA:

**PROPUESTA DE PLAN DE NEGOCIO PARA UN GIMNASIO
EN LA MEJORA DEL ESTILO DE VIDA DE LOS
HABITANTES DE LA COMUNA
SAN ANTONIO**

Autor:

Granados Guerrero Juan Carlos

Tutor:

Simón Alberto Illescas Prieto

RESUMEN

El presente Plan de negocio es la creación de un gimnasio “GUERREROS GYM” de la Comuna San Antonio del Cantón Playas, se debe a que en este sector no existe un gimnasio por lo tanto hay personas que no tienen un buen estilo de vida en su alimentación, este proyecto brinda la oportunidad de contribuir por medio del servicio de asesoramientos físicos realizando actividades que permitan el fortalecimiento muscular, cardiovascular y el desarrollo de las habilidades atléticas, deporte, pérdida de peso, así como actividad recreativa con la finalidad de que el cliente reciba una atención completa, en el desarrollo económico de la comunidad para que la empresa sea productiva y rentable, tiene como finalidad brindar fuentes de trabajo aquellas personas que tienen que salir de su entorno a otros en busca de mejorar su calidad de vida y que a veces ni siquiera tienen la oportunidad de superarse por sí mismo debido a la situación económica del país. Como lo establece la constitución esta orientado a mejorar las condiciones de vida y alcanzar el buen vivir. La inversión inicial necesaria será financiada por capital propio y préstamo en el banco, la evaluación financiera en su conjunto demuestra que este proyecto es rentable para su ejecución. Los métodos teóricos que se utilizó fue el inductivo – deductivo. El tipo de investigación que se realizó fue descriptiva y explorativa. Las técnicas aplicadas en la investigación, fue la encuesta y la observación. Con el pasar del tiempo se han convertido en un pequeño mundo en que las personas ingresan a un gimnasio por la necesidad de mejorar las condiciones físicas, pero luego se hacen parte de su vida diaria.

Plan

Negocio

Estilo

Vida



INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÒGICO BOLIVARIANO

DE TECNOLOGÌA

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE TECNÓLOGO EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESA**

TEMA:

**PROPUESTA DE PLAN DE NEGOCIO PARA UN GIMNASIO
EN LA MEJORA DEL ESTILO DE VIDA DE LOS
HABITANTES DE LA COMUNA
SAN ANTONIO**

Autor:

Granados Guerrero Juan Carlos

Tutor:

Simón Alberto Illescas Prieto

ABSTRACT

The present Business Plan is the creation of a gymnasium "GUERREROS GYM" of the San Antonio del Cantón Commune Playas, it is because in this sector there is no gymnasium therefore there are people who do not have a good lifestyle in their feeding, this project provides the opportunity to contribute through the service of physical assessments performing activities that allow muscle strengthening, cardiovascular and the development of athletic skills, sports, weight loss, as well as recreational activity in order that the client receive a complete attention, in the economic development of the community so that the company is productive and profitable, has as purpose to provide sources of work those people who have to leave their environment to others in search of improving their quality of life and that Sometimes they do not even have the opportunity to overcome themselves due to the economic situation of the country. As established by the constitution is aimed at improving the conditions of life and achieve good living. The initial investment needed will be financed by equity and loans in the bank, the financial evaluation as a whole shows that this project is profitable for its execution. The theoretical methods that were used were the inductive - deductive. The type of research that was carried out was descriptive and exploratory. The technique that was used in the investigation was the survey and the observation. With the passing of time they have become a small world in which people enter a gym because of the need to improve physical conditions, but then they become part of their daily lives.

Scheme

Business

Style

Life

ÍNDICE GENERAL

Contenidos:	Páginas:
Portada.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Certificación de la aceptación del tutor.....	iv
Cláusula de autorización para la publicación de trabajos de titulación.....	v
Certificación de aceptación del cegescit.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
Índice general.....	ix
Índice de cuadros.....	xi
Índice de gráficos.....	xii

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del problema

Ubicación del problema en un contexto.....	1
Situación conflicto.....	4
Delimitación del problema.....	5
Formulación del problema.....	5
Variables de la investigación.....	6
Evaluación del problema.....	6
Preguntas de la investigación.....	7
Objetivos de la investigación.....	7
Justificación e importan.....	7

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Fundamentación teórica

Antecedentes históricos.....	10
Antecedentes referenciales.....	17
Fundamentación legal.....	21
Variables de la investigación.....	23
Definiciones conceptuales.....	26

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

Presentación de la Empresa

Datos de la empresa.....	29
Diseño de la investigación	33
Tipo y diseño de investigación.....	36
Población y muestra.....	37
Técnicas de la investigación.....	40
Procedimiento de la investigación.....	44

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Aplicación de las técnicas e instrumento.....	46
Análisis de la guía de observación.....	56
Plan de Mejora.....	57
Plan de Negocio.....	58
Presupuesto	63
Cronograma.....	64
Conclusión.....	65
Recomendación.....	66
Bibliografía.....	67
Anexos.....	69

ÍNDICE DE CUADROS

Contenidos:	Páginas:
Cuadro 1 Habitante	4
Cuadro 2 Situación Conflicto	4
Cuadro 3 Delimitación del Problema	5
Cuadro 4 Comparación de las investigaciones	35
Cuadro 5 Tipos de la investigación	36
Cuadro 6 Universo	39
Cuadro 7 Proceso	42
Cuadro 8 Actividad Física	46
Cuadro 9 Horario	47
Cuadro 10 Irías a un gimnasio	48
Cuadro 11 Razones	49
Cuadro 12 Actividades	50
Cuadro 13 Cursos	51
Cuadro 14 Información	52
Cuadro 15 Dieta Saludable	53
Cuadro 16 Mensualidad	54
Cuadro 17 Gimnasio	55
Cuadro 18 Plan de Negocio	56



ÍNDICE DE GRÁFICOS

Contenidos:	Páginas:
Gráfico 1	2
Gráfico 2	46
Gráfico 3	47
Gráfico 4	48
Gráfico 5	49
Gráfico 6	50
Gráfico 7	51
Gráfico 8	52
Gráfico 9	53
Gráfico 10	54
Gráfico 11	55

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Ubicación del Problema en un Contexto

En los últimos años, nuestro país ha procurado sentar bases de transformación en cuanto a la economía del Ecuador, ha marcado un hito en la historia de la nación, en el sentido del cambio de la matriz productiva, impulsado desde el año 2010. Actualmente su economía se caracteriza por ser proveedores de materia prima, y a la vez importadora de bienes y servicios que genere mayor valor agregado a su producción dentro del mercado de construcción de una sociedad del conocimiento.

Actualmente en el Ecuador hay otra tendencia que está abarcando nuevos nichos de mercado como la conocida cadena de gimnasios, que ha aportado un enorme crecimiento en los últimos años. Las personas han adquirido una cultura y cuidado acerca de su salud y belleza corporal que anteriormente no se tomaba en cuenta porque se tenía el concepto de que solo eran máquinas para ganar masa muscular, con el pasar del tiempo se han convertido en un pequeño mundo en que las personas ingresan por necesidad de mejorar las condiciones físicas, pero luego se hacen parte de su vida diaria de estos, porque encuentras clases de baile, diversidad de ejercicios, guías de alimentación, rutina de ejercicio para la reducción de peso y llevar un buen estilo de vida, entre otros.

En un estudio realizado en la Comuna San Antonio del Cantón Playas Provincia del Guayas se evidenció que carecen de un gimnasio. Por lo que los habitantes se ven obligados de movilizarse al cantón Playas,

ocasionando gastos y tiempo, y desisten de acudir a un gimnasio y generan la falta de interés del cuidado de la salud.

Realmente se ha visto poca preocupación por parte de la directiva del Cabildo de la Comuna San Antonio promover a las personas llevar una buena alimentación.

Este proyecto brinda la oportunidad de ayudar a los habitantes de la Comuna San Antonio, en poder mejorar su estilo de vida en cuanto a la salud y en su bienestar. Realizando actividades físicas que permitan el fortalecimiento muscular, cardiovascular y el desarrollo de las habilidades atléticas, deporte, pérdida de peso, así como actividad recreativa con la finalidad de que el cliente reciba una atención completa, pero antes debe ser evaluado por un nutricionista que le recomiende una dieta adecuada y luego se le asigna la rutina de ejercicios a seguir.

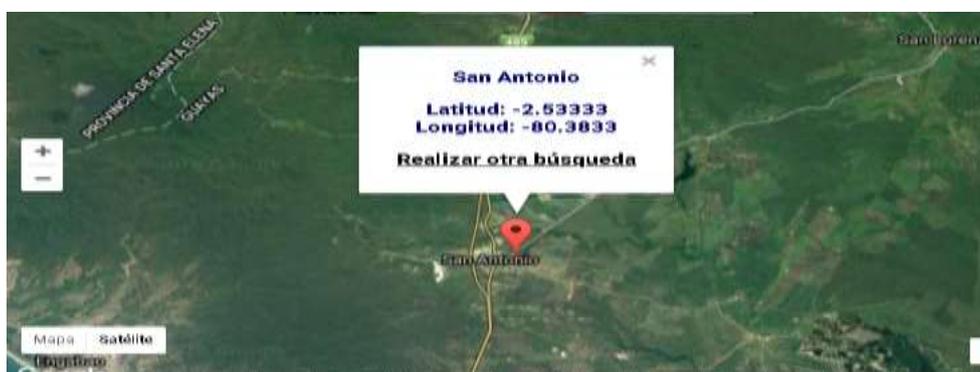
Localización del proyecto

Longitud: -80.3833 Mapa, coordenadas GPS e imagen de satélite de San Antonio en Guayas, Playas.

San Antonio, se encuentra ubicado en la parroquia GENERAL VILLAMIL (PLAYAS) del cantón PLAYAS perteneciente a la provincia GUAYAS, Ecuador.

Latitud: -2.53333

Figura 1: Mapa de ubicación satelital



Fuente: Google maps

Aspecto Geográfico: La Comuna San Antonio, pertenece al cantón Playas, está ubicado a 11 Km sur de la cabecera cantonal General Villamil con una superficie de 8106.21 Km y alrededor de 6.218.000 ha. Sus límites son: Al norte con el recinto Juan Gómez Rendón (Progreso), Al sur con la cabecera cantonal General Villamil, Al este con los recinto San Miguel y San Juan, Al oeste con la Comuna Engabao.

Aspecto Histórico: En 1945 construcción de la vía Playas – Progreso,1960 se inician los flujos migratorios a la ciudad de Guayaquil,1965 inicios de la producción de cal, agricultura intensa, construcción de la iglesia nueva,1975 energía eléctrica se instala red de tendido,1989 del 4 de Agosto se obtiene reconocimiento jurídico por parte del estado como Comuna San Antonio.

Aspecto Político: Desde 1989 hasta el día de hoy, se realizan elecciones de Cabildo de la Comuna San Antonio, en el mes de diciembre.

Aspecto cultural: Se realizan las fiestas Patronales de San Antonio de Padua el 13 de junio, desfile cívico cultural por aniversario de la Comuna San Antonio todo los 4 de agosto, al siguiente día la tradicional carrera de caballos.

Aspecto socio-económico: Existen organizaciones funcionales como: El Cabildo de la Comuna, Consejo Pastoral, caja solidaria, comité barriales, asociaciones, Unidad Educativa Fiscal José de Villamil, Grupo de caballería mecanizada Saraguro.

Tiene una población de 1000 habitantes, 15% se dedican a actividades vinculadas con la agricultura de ciclo corto, 35% actividades vinculada con la cantera de carbonato de calcio y piedra caliza, 5% con actividades comerciales de carbonato de calcio y piedra caliza, 5% en actividades ganadera, 20% albañiles, 10%empleados privados, 5% comerciantes, 5%empleados público.

De los 1000 habitantes de la Comuna San Antonio se pueden diferenciar por edades a la población.

Cuadro 1**Habitantes**

Edad	Cantidad
12 – 15	102
16 – 20	300
21 – 30	150
31 - 40	100
41 – 50	105
51 – 60	160
61 - 70	83

Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Situación Conflicto

Cabe recalcar que la propuesta del plan de negocio de la creación de un gimnasio está basada por la carencia de este servicio en la Comuna San Antonio por lo que seremos los pioneros en ingresar en este nuevo nicho de mercado en este sector. A su vez debemos tomar todas las medidas necesarias para captar clientes mediante las estrategias de marketing, esto suma tener una buena infraestructura para que el cliente no quede descontento con el servicio, sino que nos permita promocionar el servicio a los sectores cercanos de la comunidad. Dando una buena referencia de nuestro plan de negocio.

El incremento demográfico de la comunidad permite que el plan de negocio sea viable, en este sector específico.

Hay que tomar en cuenta que cada uno de estos factores son importantes y se logró identificar por medio de la investigación realizada detalla mente que existe un grado de sobrepeso y eso causa a las personas que se desmotiven, actualmente debido a la revolución tecnológica ha generado que contribuyan a mejorar el desempeño físico de los clientes.

Cuadro 2**Conflicto**

Causas	Consecuencias
✓ Inexistencia de Gimnasio en la Comunidad.	✓ Mal hábito de alimentación.

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Disponibilidad de presupuesto para el desarrollo de actividades físicas. ✓ Cantidad de usuarios que acuden al gimnasio. ✓ Falta de máquinas modernas ✓ Contar con asesoramiento técnico ✓ Escasez de tarifas ventajosas. ✓ Falta de equipo de cómputo para registro de usuarios. ✓ 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desarrollar un plan de Marketing para dar a conocer el gimnasio. ✓ Ofrecer variedad, calidad y calidez. ✓ Afecta a la masa muscular ✓ Maquinas obsoletas que no permiten su funcionamiento. ✓ Precio bajo y adquirible. ✓ Reconocer clientes fijos para que puedan acceder a un descuento.
--	---

Elaborado por: Juan Carlos Granados

Delimitación del Problema

Cuadro 3

Campo	Administración.
Área	Planificación.
Aspecto	Plan, Negocio, Estilo, Vida.
Periodo	En el año 2018.
Tema	Propuesta de plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida de los habitantes de la Comuna San Antonio.

Elaborado por: Juan Carlos Granados

Formulación del Problema.

¿Qué incidencia tendrá la elaboración de un plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida, de los habitantes de la comuna San Antonio, del cantón Playas, provincia del Guayas, en el año 2018?

Variables de la Investigación

Variable Independiente.- Plan de negocio.

Variable Dependiente.- Estilo de vida.

Evaluación del Problema

Delimitado: Surge la siguiente formulación de los aspectos generales de evaluación que se encuentran en la Propuesta de plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida de los habitantes de la comuna San Antonio. Con el objetivo de mejorar su rutina de ejercicios y alimenticios, para que los clientes puedan gozar de un buen hábito por medio de los asesores quienes le controlarán cada una de sus rutinas.

Claro: En este plan de negocio se pudo reconocer claramente los objetivos planteados dentro del estudio del mismo para conseguir y lograr la formación física de los habitantes, como proponer charlas de nutrición que ayuden a mejorar el estilo de vida, contar con una buena estructura y maquinas actuales de ejercicios. Que actualmente en la comuna de San Antonio carecen de este servicio.

Evidente: Realmente por medio de la investigación que se realizó en la Comuna San Antonio fue notorio que no cuentan con este servicio y ningún otro recurso en donde las personas puedan mantener un buen estado físico, sobretodo una guía nutricional para cuidar la salud en general, por lo que los directivos del cabildo tienen poco interés en cuanto a esta problemática.

Original: Nuestro plan de negocio está bien planteado ya que es una nueva propuesta para los habitantes de la comunidad, tenemos un buen sector, contamos con todas las máquinas de ejercicios, nuestros entrenadores tienen experiencia y mantenemos un buen servicio para nuestros clientes.

Relevante: Tiene una gran relevancia a nivel nacional porque con el cambio de la matriz productiva ha impulsado e incentivando al deporte de manera general, cubriendo nuevos nichos de mercado en la creación de

los gimnasios, en donde se benefician personas de diferentes edades. Optimizando mejor los recursos y manejo de todas la áreas.

Factible: Nos permite mejorar el estado físico de los habitantes de la Comuna San Antonio y sectores aledaños como San Juan, San Miguel y Ayalán es decir mediante la aplicación de procedimientos llevados a la práctica y solucionar el problema que se presentan por el sobrepeso de las personas optimizando mejor los recursos y manejo de todas la áreas, para lograr nuestros objetivos.

Preguntas de Investigación

1. ¿Cuál sería la estrategia principal para que los habitantes de la Comuna San Antonio se motiven a llevar un buen estilo de vida?
2. ¿Qué rutinas de ejercicios podremos implementar o promover para el plan de negocio?
3. ¿Cómo se puede concretar de manera detallada la creación de un gimnasio en la Comuna San Antonio?

Objetivos de Investigación

Objetivo General

Desarrollar un plan de negocio de un gimnasio, para mejorar la salud y el estilo de vida de los habitantes de la Comuna San Antonio.

Objetivos Específicos

- ✓ Fundamentar teóricamente el plan de negocio y estilo de vida.
- ✓ Identificar la tendencia de prácticas de esencias físicas de los habitantes.
- ✓ Preparar un plan de negocio en la mejora del estilo de vida.

Justificación de la Investigación

Actualmente en el Ecuador existe la tendencia en mejorar la imagen corporal y desarrollar hábitos saludables de vida que ayuden a prolongar la

vida y prevenir posibles enfermedades en el futuro, apoyado por la constitución del Buen Vivir, en la creación de espacios deportivos y de gimnasios estos aportan en el sector a nivel poblacional.

Ecuador en los últimos veinte años ha crecido en lo económico por lo cual ha permitido realizar inversiones mediante la creación de empresas con diferentes servicios ya que se beneficia directamente con la sociedad y por lo tanto generan numerosos puestos de trabajo de forma directa e indirecta, que ayudan a que la población este económicamente activa.

El presente plan de negocio, que se establecerá en la Comuna de San Antonio permitirá evaluar las necesidades, gustos y preferencias de los habitantes de este sector, a la vez pretende incentivar a que puedan realizar ejercicios para el cuidado, mejorando la salud y así puedan obtener una mejor calidad de vida.

La propuesta de este plan de negocio se establecerá en la Comuna San Antonio ya que no cuentan con centro deportivo o gimnasio con servicios versátiles e integrales de calidad para satisfacer las necesidades de las personas. Estos les permiten gozar de rutinas de entrenamiento y dietas saludables, nutricionales adecuadas para mantener el cuidado personal, así como también generara espacios cómodos para las personas, donde ellos puedan acudir y realizar sus rutinas de ejercicios normales con frecuencia. Para adelgazar y mantenerse saludable ya no basta con la fuerza de voluntad, en la actualidad existen variedades de dietas que en muchos casos son extremas y nada saludables, tampoco con el ejercicio en casa que es poco efectivo por diversos factores que podrían distraer e interrumpir el entrenamiento, la actividad física se ha vuelto parte fundamental en el estilo de vida de la sociedad actual.

De esta manera se logrará un incremento de la demanda de personas que acudan al gimnasio y poder posesionarse en el sector de manera factible, como opción atractiva por lo que se estima una gran oportunidad de encontrar un mercado muy amplio en este sector que todavía no ha sido explotado.

Frente a esta necesidad palpable se hace necesario generar una cultura hacia el deporte y la recreación con la finalidad de disminuir los índices de enfermedades catastróficas como la diabetes, obesidad, colesterol, derrames, infartos entre otros, por lo tanto para poder erradicar este problema será preciso realizar una investigación aplicando el método de encuesta en donde podremos determinar las causas y efectos que nos ayuden a concientizar la necesidad del cuidado de la salud en cada familia de la comunidad, por medios de programas de nutrición y los buenos hábitos alimenticios y del deporte.

Conllevar a una vida sana, un estilo de vida saludable comprende disminuir los riesgos de diferentes maneras a través de un control adecuado de tensiones y emociones negativas, constantes rutinas de ejercicios, dormir bien, distraerse, y evitar al alcohol disminuirá la conocida enfermedad el Estrés pues nadie escapa a sus efectos y estos es provocado por la baja de la autoestima de las personas, producto de la falta de ejercicios. La actividad física, el consumo de comer saludablemente son básicos en la actualidad ya que esta propenso a que los alimentos sean elaborados a base de químicos.

Los gimnasios son espacios que no tienen género, edad, condición social, exclusividad, religión. Se da entender que la parte externa no lo es lo principal sino la salud mental y física todas estas juntas mejoraremos la calidad de vida.

El propósito fundamental es en brindar un buen servicio al cliente por medio de la creación de un gimnasio a la vez se prepara a los clientes por medio de charlas sobre nutrición de medicina, entrenamiento deportivo, aeróbicos.

En la Comuna San Antonio del Cantón Playas mediante el estudio realizado por medio de la investigación, no existe otro espacio deportivo que ayude a los habitantes a tener una vida social o de carácter público abierto a toda la sociedad.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Antecedentes Históricos

(Diem, 1966) Según investigaciones de Diem:

En la antigüedad los sitios donde se realizaban los deportes y la formación intelectual eran lugares que estaban conformados de forma sencilla por lo general cerca de un lago rodeado de árboles que produjeran sombra donde se erigían altares y luego templos convirtiéndose y llegando a ser los primeros parques para la humanidad. Solo estaban abiertas al público en ciertas horas, teniendo una vigilancia monitoreada para que los esclavos no puedan asistir a esos lugares porque estaba prohibido su ingreso.

La característica principal que tenía la ciudad helénica era contar con suficientes campos deportivos situados en tres lugares del centro de la ciudad entre ellos se ubicaban los gimnasios; además en las afueras tenía hipódromos y lugares para la juventud donde desarrollaban sus competiciones.

En Atenas estaba el gimnasio de Hermes, el de Filadelfos y el de la Attalos Stoa de Adriano. Durante el siglo IV, un sirio llamado Adronikos fundó el cuarto gimnasio, en honor al caudillo de los mercenarios macedonios, el Diogeneion. Antiguamente los gimnasios eran destinados a la enseñanza, Aristóteles tenía uno que era el Lykeion y el de Herakles, en el Kynosarges estaba destinado a los atenienses naturalizados solamente. Hablando de ciudades que tenían gimnasios vale la pena nombrar a Priene una ciudad pequeña que tenía en su centro y cerca del templo principal un gimnasio y otro en el límite sur de la ciudad, unido a un estadio cubierto que se abría hacia el Meandro y servía al mismo tiempo como vestuario. En Pérgamo

descubrieron un gimnasio tripartito: abajo estaba la parte correspondiente a los niños, una terraza más alta y cubierta con baño, vestuarios y un templo de Herakles, aula, sala de fiestas, campo de entrenamiento, termas y un laboratorio médico para adultos.

La ciudad de Nysa, construida hacia el año 300 a. de J. C. tenía una pista de longitud olímpica construida sobre poderosos soportes y finalizando a ambos extremos en semicírculos análogos a una arena. En la cabeza de esta instalación estaba el teatro y junto al límite exterior de las gradas había un gigantesco gimnasio cuya superficie era de 170x450 metros.

Según inscripciones del siglo II había un cuarto gimnasio y en el año XVI un quinto y un sexto gimnasio. Las recientes excavaciones descubren más instalaciones deportivas, donde se dan a conocer tres gimnasios en Jasos, cuatro en Tralleis y cinco en Thyrateira (Lidia).

(Musso, 2011) Un gimnasio es un lugar que permite realizar deporte y ejercicio en un recinto cerrado. Se puede practicar a partir de los dieciséis años en algunos países, como en España, Argentina, Colombia, México, Portugal, Canadá, Estados Unidos y Reino Unido se utiliza esta palabra para referirse a estos recintos. En alemán, en cambio, Gymnasium, significa escuela secundaria. (Pág. 1)

La palabra gimnasio deriva de la palabra griega gym, que significa desnudo. La palabra griega gymnasium significa "lugar donde ir desnudado", y se utilizaba en la Antigua Grecia para denominar el lugar donde se educaban los chicos jóvenes. En estos centros se realizaba educación física, que se acostumbraba a practicar sin ropa, de la misma manera que los baños y los estudios.

Para los griegos, la educación física era tan importante como el aprendizaje cognitivo. Muchos de estos gimnasios griegos tenían bibliotecas que se podían utilizar después de un baño relajado.

Los primeros gimnasios exteriores de Alemania surgieron gracias al trabajo del profesor Friedrich Jahn y el grupo de los Gimnásticos (Turners, en

alemán), un movimiento político del siglo XIX. El primer gimnasio interior fue, muy posiblemente, el de Hesse, construido el año 1852 y auspiciado por Adolph Spiess, un entusiasta del deporte a las escuelas.

En los Estados Unidos, el movimiento de los Gimnásticos apareció a mediados del siglo XIX y a principios del siglo XX. El primer grupo fue formado a Cincinnati, el año 1848, que construyó muchos gimnasios, por jóvenes y adultos, alrededor de Cincinnati y St. Louis, que tenían una buena parte de población de ascendencia germánica.

El apogeo de los gimnasios de las escuelas, los institutos y de las asociaciones cristianas fueron eclipsando el movimiento de los Gimnásticos. El gimnasio de la Universidad de Harvard, del año 1820, se considera el primero de los Estados Unidos. Como la mayoría de los gimnasios de la época, estaba equipado con aparatos y máquinas para realizar ejercicio. La academia militar de los Estados Unidos también construyó un gimnasio a West Point, de la misma manera que lo hicieron muchos institutos y campus universitarios.

La Asociación Cristiana de Jóvenes (Young Men's Christian Association, YMCA) apareció en Boston el año 1851. Diez años más tarde, unas doscientas YMCA estaban repartidas por todo el territorio. La mayoría de ellas tenían su propio gimnasio para hacer deporte y jugar.

Los años 20 fueron una década muy próspera en el que tiene a ver con la construcción de grandes escuelas y gimnasios. A lo largo del siglo XX, los gimnasios fueron evolucionando como concepto, hasta llegar a los gimnasios de máquinas, aparatos y ejercicios guiados de la actualidad.

En España, la mayor parte de centros siguen este concepto, añadiendo el aprendizaje de artes marciales, natación y técnicas de defensa personal dentro de estos recintos.

Pero antiguamente ¿Cómo eran los gimnasios?

(Constanza Palomino & Reyes Varon, 2011) Eran un terreno cercado o cerrado con varias divisiones para realizar ejercicios pero con el

desarrollo de la arquitectura paso a ser un local con elegancia de puertas y paredes decoradas con pinturas, baños y donde se ejercita el cuerpo y se encontraban los Filósofos y literatos de la época. Proliferaron poco a poco por todas las ciudades griegas, entre las más conocidas Atenas, El Liceo, La Academia y el Cinosargo. (Pág. 3)

Los gimnasio en la antigüedad eran terrenos cerrados con diferentes sitios para cada uno de los ejercicios pero con el pasar del tiempo la arquitectura fue desarrollando logrando que estos sitios se conviertan lugares elegantes con puertas paredes decorados baños y pinturas donde se ejercitaban el cuerpo.

(Constanza Palomino & Reyes Varon, 2011) En la antigua Grecia los gimnasios eran lugares para ejercitar tanto las facultades físicas como las intelectuales en sus dependencias se reunían los filósofos, matemáticos, retóricos, literatos y científicos, aunque estas categorías no estaban tan definidas como actualmente. Todas las ciudades griegas de alguna importancia contaban al menos con un gimnasio. (Pág. 3)

En un artículo del periódico digital de la Universidad del Rosario se encuentra que: **“Hoy en día se dice que el objetivo de un gimnasio es generar un espacio donde se potencian las capacidades físicas de las personas que hacen parte de esta actividad, ofrecerles un lugar para la recreación y un espacio de encuentro para los que asisten”** (Pág. 1)

(Constanza Palomino & Reyes Varon, 2011) Menciona que eran sitios oscuros con pesas de hierro negro. A estos gimnasios concurrían solo hombres fanáticos levantadores de pesas o deportistas profesionales. El perfeccionamiento del hombre se expresa en el espíritu de una cultura integral del hombre en la frase "Mens sana en Corpore sano". (Pág. 3)

(Diem, 1966) **“Antiguamente designaban a los gimnasios como una instalación mayor que una palestra (campo para ejercicios de**

menores dimensiones dedicado a la lucha y el pugilato) con pista de carreras y un campo para lanzamiento”. (Pág. 182 – 192)

(Jaeger, 2001) En su libro sostiene que el ateniense de aquellos tiempos pasaba más tiempo en un gimnasio que en su casa allí se reunían diariamente los jóvenes y viejos para dedicarse al cultivo de su cuerpo los ratos de ocio y descanso se dedicaban a la conversación. (Pág. 410 – 412)

(Lic. Astudillo Avilés, 2006) Según el libro Lauro: Historia del Deporte Ecuatoriano.

La gimnasia en el Ecuador ha estado verdaderamente antes de que el país fuera creado como tal, pues el ser humano desde su nacimiento ya ejecuta movimientos gimnásticos. Personajes conscientes de su práctica y beneficios para la salud la promovieron sin tener eco ni resultados inmediatos.

Ciertamente que fue incipiente en un inicio la gimnasia con ejercicios y movimientos sin mayor importancia para los diferentes grupos musculares y órganos corporales, a ello se sumaban detractores que se oponían a su práctica por considerarla indecente y pecaminosa por-que se tenía que utilizar vestimenta ligera acompañada generalmente de movimientos sin mayor coordinación.

A mediados del siglo XIX en los cuarteles militares se practicaba una gimnasia grotesca con implementos como postes de madera, piedras, bolsas de arena, saltos sobre obstáculos naturales peligrosos que con el paso del tiempo darán lugar a la aparición de implementos más seguros que ya se utilizaban en otros países como las barras asimétricas, las paralelas, barras verticales, las cuerdas, los balones, los aros, las cajonetas sobrepuestas, las colchonetas, implementos que en las primeras décadas del siglo XX no adquirirían todavía las escuelas y colegios. A pesar de que el movimiento olímpico internacional crecía con las propuestas e invitaciones a eventos tanto internos como externos, en el país todavía se hacía difícil estos fogueos por situaciones de diversa índole.

Retraso que se reflejaba en la realidad de la educación a la que tenía acceso solamente la gente de cierta clase social que poseía dinero porque era pagada, estaba monopolizada por el clero que obtuvo gran poder económico y político desde la época colonial.

Felizmente las ideas revolucionarias del Presidente Eloy Alfaro al fin se plasmaron con el impulso a la educación laica, la creación de institutos normalistas para la formación de maestros vino a dar otra dinámica al Ecuador, se fundaron escuelas y colegios a los que podían acceder los niños y jóvenes de toda condición social.

Su comienzo fue difícil porque había exagerada oposición empezando por los clérigos quienes desde el púlpito emitían desconcertantes comentarios so pena de condenación y excomunión.

Los preclaros maestros de ese entonces se exponían a sufrir toda clase de maltratos desde el psicológico hasta el físico.

Un hecho digno de comentar se produjo en esos tiempos confusos con una maestra cofundadora de una prestigiosa escuela en la ciudad de Cuenca, los vecinos le criticaban con epítetos como “laica”, “desvergonzada”, “incrédula”, con cartas anónimas exageradamente insultantes.

La maestra comenzó con 7 alumnas internas, las preparó en la doctrina cristiana, todos los domingos las llevaba a misa. En cierta ocasión una de las “mesdames” desde el balcón de su casa señorial las bañó con orina de su dormitorio.

La insigne maestra jamás se inmutó ante semejantes bajezas, todos estos golpes los recibía con estoicismo hasta el día de su muerte acaecida en 1955.

Hoy el recuerdo agradecido en el corazón de la sociedad morlaca rinde su homenaje a Dolores J. Torres, cofundadora de la escuela 3 de Noviembre.

En los albores del siglo XXI todavía resulta difícil creer en los rezagos que han quedado de esos traumas y complejos colectivos en las mentes más

vulnerables que divagan sin rumbo fijo en la búsqueda de chivos expiatorios, con resentimientos ancestrales que los llevan a desconocer su realidad; resultados que están a la vista: fuerte migración, desmembración familiar, pobreza, delincuencia, corrupción en las más altas esferas políticas, regionalismo, machismo, aires de nobleza según el apellido, que surcan fantasmagóricamente vagabundos.

Gracias al asesoramiento de profesores alemanes en el área de la Cultura Física a comienzos de 1920 se fomenta en Quito y Guayaquil la práctica obligatoria en los centros educativos especialmente de la gimnasia a manos libres y en aparatos, lo cual permitirá lentamente que se especialicen los profesores nacionales en bien de toda la educación integral del país.

A partir de la década del 30 , profesores, estudiantes y autoridades educativas del gobierno que viajaban a Europa dieron importancia a su práctica formativa y de competencia con aparatos modernizados como el caballete y las barras fijas, las paralelas y saltos ornamentales sobre el piso para varones; la gimnasia a manos libres sobre el piso, las barras asimétricas, la barra de equilibrio para las damas, se comenzaron a dar encuentros bilaterales y colectivos entre ciertos colegios de Quito, similar actitud ocurrió en Guayaquil, primeras competencias que con el pasar de los años dará lugar a los importantes campeonatos intercolegiales organizados por las Federaciones Deportivas Estudiantiles del país con los deportes más tradicionales.

Para 1940 y 1950 se toma conciencia general sobre su práctica y beneficios en todos los establecimientos educativos del Ecuador.

La Gimnasia Olímpica como verdadera asignatura deportiva de competición comienza a tener vigencia en los primeros años de la década de 1960 con la conformación de las Comisiones Provinciales de Gimnasia; entre los primeros dirigentes que aportaron para su desarrollo están los señores Juvenal Sáenz Gil, como instructor se nombró al señor Elmo Suárez Peñafiel, gran gimnasta y campeón de saltos ornamentales en natación que a fines de la década del 50 representó al país en una gira por

países europeos que le brindaron muchos conocimientos. Se realizaron competencias de fogueo entre gimnastas de Guayas y de Pichincha y surgieron figuras representativas como los hermanos Rendón Portalanza, Manolo Sáenz, Arnaldo Chérrez, Leonidas Parrales, los hermanos Rodríguez, Max Blum Manzo, quién poco tiempo después se convirtió en un gran impulsador de la gimnasia olímpica en el Ecuador como dirigente.

Antecedentes Referenciales

En la Universidad de la Salle Facultad de Administración de Empresas Bogotá – Colombia del año 2009, se declaró el tema “**Plan de desarrollo empresarial del gimnasio cronos gym fitness, ubicado en el sector del Tintal de la localidad de Kennedy en la ciudad de Bogotá**”, de las autoras: **Andrea Ortiz Vanegas y Martha Pilar Castañeda Peña.**

Este proyecto formula un plan de desarrollo empresarial para el gimnasio Cronos Gym Fitness, ubicado en el sector del Tintal de la localidad de Kennedy en la ciudad de Bogotá, soportado tanto teórica como conceptualmente, mediante elementos de la teoría y postulados establecidos por autores que hacen referencia directa sobre el tema investigado. Se consideran aspectos tales como, un diseño metodológico aplicable, el direccionamiento estratégico de la empresa con el fin de establecer las condiciones óptimas de funcionamiento, un estudio de mercado para determinar las necesidades del cliente, una revisión de la instalación actual y distribución de elementos en el establecimiento, una revisión y análisis de la normatividad dentro de los contextos jurídico y ambiental. También se aborda el estudio financiero y administrativo de la empresa mediante indicadores financieros para emitir un diagnóstico empresarial y determinar el punto de partida para un plan de expansión. Palabras clave: acondicionamiento físico, salud, gimnasio, plan empresarial, mercado, direccionamiento estratégico, administración, plan de expansión.

Este proyecto formula un plan de desarrollo empresarial, soportado tanto teórica como conceptualmente, mediante elementos de la teoría y postulados establecidos por las autoras que hacen referencia directa sobre el tema investigado. En este proyecto esta soportado tanto teórica como conceptualmente, mediante elementos de la teoría y postulados establecidos en la ciudad de Bogotá – Colombia. A diferencia del diseño de proyecto que trata sobre la creación de un plan de negocio, gimnasio en la Comuna San Antonio.

En la Universidad Pontificia Universidad Católica del Perú Facultad de Gestión y Alta Dirección Lima – Perú del año 2015, se declaró el tema **“Bellacy Feminine fitness: Gimnasio Especializado en la mujer ubicado en San Miguel - Lima”**, de los autores: **Holguín Salazar Gerardo, Juscamaita Sánchez Tirsa, Navarro Infante Shirley, Rodríguez Quispe Cristian.**

Bellacy es un gimnasio pensado exclusivamente en la mujer y su bienestar integral. Por tal motivo, su modelo de negocio no se limita a proporcionar un espacio de acondicionamiento físico, sino que integra una oferta diversificada de servicios complementarios (Spa, salón de belleza y aparatología estética) con la finalidad de satisfacer en un solo lugar los objetivos de salud y estética de sus usuarias. Su propuesta de valor se origina en un modelo de éxito comprobado a nivel internacional que explota la tendencia hacia la especialización de servicios en el público femenino. Bellacy posee un contexto auspicioso para el éxito de su modelo de negocio en el mercado nacional. En tal sentido, pertenece a un sector con un atractivo potencial de expansión (20% de crecimiento anual) que capitaliza la tendencia del mercado hacia una mayor inversión en el cuidado de la imagen personal.

El plan de negocio tiene varias diferencia en la forma de establecerlo como un negocio rentable ya que realmente es un gimnasio que va dirigido a varios géneros tanto femenino como masculino sin límite de edad, lo que se quiere lograr es que los clientes puedan obtener un mejor

estilo de vida basándonos en diferentes actividades física. No solamente enfocándonos en las mujeres como es el proyecto Bellacy Feminine fitness: Gimnasio Especializado en la mujer ubicado en San Miguel - Lima.

En la Universidad EAN (Especialización Gerencia de Proyectos) facultad de Posgrados, de la ciudad de Bogotá – Colombia en el año 2012, se declaró el tema **“Plan de Negocio para Creación de un Gimnasio On Line (E – GYM)”**, de los autores: **Claudia Marcela Rengifo, Marcela Salazar, Iván Darío Aguilar.**

E-Gym es un servicio pensado en las personas modernas, cuyo ritmo de vida no les permite dedicar parte del día para desplazarse a un centro de entrenamiento físico y sin embargo, consideran necesario mantenerse saludables. El negocio hace uso de una de las herramientas tecnológicas de mayor importancia y uso en la actualidad, el Internet, por medio del cual se tendrá interacción con el usuario durante la prestación del servicio que consiste en mantener una reunión virtual entre un entrenador físico que estará ubicado en el centro de entrenamiento virtual en un cubículo que contará con las herramientas necesarias para establecer comunicación mediante audio y video con 6 participantes que pueden estar conectados desde cualquier parte en la que cuenten con un computador y conexión a internet, de manera que reciban clases de entrenamiento modernas tales como: Equilibrio, Coordinación, Agilidad, Velocidad, Potencia, Precisión, Core, Fuerza, entre otras técnicas conocidas en el medio del fitness, que no requieren máquinas para su desarrollo. El objetivo del negocio es ofrecer una opción de salud y bienestar al usuario alterna a las comunes y más frecuentadas, buscando brindar la posibilidad de realizar ejercicio desde cualquier parte donde se encuentre, manteniendo el contacto directo del entrenador por medio de una videoconferencia, contando siempre con clases divertidas y dinámicas que hagan sentir como si se estuviese en una clase grupal presencial.

Este proyecto está enfocado de la manera personalizada es decir entrenadores y clientes ya que de esta forma, pueden hacer sugerencias o pedir asesoramiento de cómo realizar los ejercicios, a diferencia del Plan de Negocio para Creación de un Gimnasio On Line (E – GYM) que se basa en prestar servicios de manera on-line de esta manera no puedes interactuar con los clientes y muchos menos realizar una buena rutina de ejercicios.

En la Universidad de Guayaquil facultad de Comunicación Social carrera de Publicidad y Mercadotecnia, de la ciudad de Guayaquil – Ecuador en el año 2011, se declaró el tema **“Plan de negocios para la creación y promoción de olimpo gym en la cdla. La Florida de la ciudad de Guayaquil”**, del autor **Hugo Geovanny Cevallos Ortega**.

El presente “Plan De Negocios Para La Creación Y Promoción De Olimpo Gym En La Cdla. La Florida De La Ciudad De Guayaquil” ha sido desarrollada con la finalidad de satisfacer un nicho de mercado demandante de los servicios propios de un gimnasio y las nuevas tendencias deportivas que son requeridas por los usuarios.

El proyecto de olimpo GYM está enfocado en el sector de la florida, el target serán los habitantes de este sector que tengan una edad de entre 15 a 65 años de edad. A diferencia del proyecto del plan de negocio de un gimnasio del recinto San Antonio, queremos posesionarnos en este mercado ya que en la actualidad no cuentan con un gimnasio es decir seremos líderes en este mercado.

En la Universidad Nacional de Loja facultad de Jurídica Social y Administrativa, de la ciudad de Loja – Ecuador en el año 2017, se declaró el tema **“Factibilidad para la Implementación de un Gimnasio en el Cantón Pindal, Provincia de Loja”**, del autor **Daniel Ulises Duarte Ato**.

El presente proyecto se desarrolló en el cantón Pindal Provincia de Loja, debido a la inexistencia de los servicios de un gimnasio, por lo cual, se realizó un estudio de mercado, técnico, administrativo,

financiero y evaluación financiera con el propósito de determinar si es factible la implementación de un gimnasio en este cantón, la cual se denomina “Factibilidad Para La Implementación De Un Gimnasio En El Cantón Pindal, Provincia De Loja”. El estudio principal parte de una revisión bibliográfica sobre los referentes de los gimnasios y las teorías sobre la implementación de proyectos de inversión, el cual está compuesto por un estudio de mercado, técnico, administrativo, financiero y una evaluación financiera que determina si el proyecto es factible para su implementación.

El diseño del plan de negocio de un gimnasio en el Cantón Playas recinto San Antonio, es aplicado por medio de una investigación que se realizó tomando en cuenta muchos factores no solo por la inexistencia del mismo como lo realizó el proyecto de la Provincia de Loja sino que nos enfocamos específicamente en el bienestar de las persona, brindándoles un servicio diferente con profesionales especializado en cada parte del cuerpo, y sobretodo contamos con máquinas modernas que nos aseguran una óptima rutina de ejercicios.

Fundamentación legal

Constitución Política de la República del Ecuador (2008)

Art. 53.- Definición y Clasificación de las MIPYMES. La Micro, Pequeña y Mediana empresa es toda persona natural o jurídica que, como una unidad productiva, ejerce una actividad de producción, comercio y/o servicios, y que cumple con el número de trabajadores y valor bruto de las ventas anuales, señalados para cada categoría, de conformidad con los rangos que se establecerán en el reglamento de este Código. En caso de inconformidad de las variables aplicadas, el valor bruto de las ventas anuales prevalecerá sobre el número de trabajadores, para efectos de determinar la categoría de una empresa. Los artesanos que califiquen al criterio de micro, pequeña y mediana empresa recibirán los beneficios de este Código, previo cumplimiento de los requerimientos y condiciones señaladas en el reglamento.

Art 23.- Las personas tienen derecho a acceder y a participar del espacio público como ámbito de deliberación, intercambio cultural, cohesión social y promoción de la igualdad en la diversidad. El derecho a difundir en el espacio público las propias expresiones culturales se ejercerá sin más limitaciones que las que establezca la Ley, con sujeción a los principios constitucionales.

Art. 13.- Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales. El Estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.

Art. 24.- Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre.

Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional.

Art. 319.- Se reconocen diversas formas de organización de la producción en la economía, entre otras las comunitarias, cooperativas, empresariales públicas o privadas, asociativas, familiares, domésticas, autónomas y mixtas. El Estado promoverá las formas de producción que aseguren el

buen vivir de la población y desincentivará aquellas que atenten contra sus derechos o los de la naturaleza; alentará la producción que satisfaga la demanda interna y garantice una activa participación del Ecuador en el contexto internacional.

Código del Buen Vivir

Objetivo 3 Mejorar la calidad de vida de la población: Mejorar la calidad de vida de la población es un reto amplio que demanda la consolidación de los logros alcanzados en los últimos seis años y medio, mediante el fortalecimiento de políticas intersectoriales y la consolidación del Sistema Nacional de Inclusión y Equidad Social.

Variables de la Investigación

Variable Independiente

✓ Plan de Negocio.

Plan de negocio es una serie de procesos que de manera determinado son pasos a seguir para el desarrollo de un proyecto o plan de negocio es decir una idea específica de negocio.

Donde se detalla cada una de las actividades que se va a realizar mediante el avance de una planeación de un negocio y sobretodo se plasma la viabilidad de la idea principal mediante un plan. No debe confundirse con el estudio de factibilidad sino más bien el concepto de plan de negocio es mucho más amplio y proactivo es decir es una visión a futuro del proyecto. Muchas personas definen un plan de negocio como una técnica pero esto es mucho más complejo porque no solo se necesita de unos días sino de un tiempo determinado para elaborar un plan de negocio para lograr un documento apropiado en donde se invertirá tiempo y trabajo.

Para obtener un plan de negocio óptimo se consideran varios elementos como son: La empresa se debe enfocarnos en lo que se esta formando y

que pretendemos y como está estructurada y bajo qué modelo funciona, es importante buscar una reseña histórica del inicio de la empresa.

Como segundo punto tenemos el producto o servicio que se va a ofrecer este proceso es muy importante porque dependemos de cual mayor sea el impacto en el mercado para poder establecernos como empresa.

El análisis del mercado es un objetivo primordial porque nos permite realizar una investigación de campo para saber las debilidades y fortalezas de la competencia si este sea el caso.

Las estrategias y su implementación permite lograr las estrategias del negocio saber en qué posición estamos y hasta donde queremos llegar mediante una estrategia de crecimiento.

Richard Stutely en su libro Plan de negocio: La estrategia inteligente menciona que es cuando (Stutely, 2000) **“Se expone en un método una cierta actividad en cierto periodo en el futuro”** (Pág. 8) y esto se puede realizar en cualquier actividad y en cualquier periodo de tiempo.

Pérez Sandy dice en su libro Del Ocio del Negocio: Preguntas y retos para iniciar un negocio (Pérez, 2002) **“Que un plan de negocios es poder realizar sus actividades y cuantificarlas, a través de aspecto de administración, mercadotecnia, operación y finanzas, con metas identificadas que se convierten en objetivos”**. (Pág. 89).

Un plan de negocios es el objetivo esencial de una nueva empresa, es solucionar un problema existente en el mercado, es decir, satisfacer una necesidad de sus clientes potenciales. Por ello, el plan debe comenzar con la identificación de esta necesidad y con la propuesta de una solución.

Variable Dependiente

- ✓ **Estilo de Vida**

Definimos como estilo de vida a la evolución que ha tenido el hombre a medida que pasa el tiempo, es la manera en que viven las personas o grupos de personas en donde incluyen las relaciones personales, consumo, hospitalidad y sobretodo la forma de vivir. Una forma de vida refleja las actitudes, valores de cada individuo, las condiciones económicas depende directamente del medio natural y su calidad la valoración sobre cómo estamos en la salud y trabajo y desde tiempo atrás el hombre ha querido vivir más y mejor, si aceptar los cambios en el tiempo y la edad y esto les perjudica en la salud física como emocional llevándolo al envejecimiento y a la muerte, las enfermedades, las dolencias, las pérdidas, son procesos difíciles de aceptar en la cultura que cada persona dese vivir.

Al hablar del estilo de vida se puede mencionar varios aspectos como la salud, emocional, tiene muchos caracteres como por ejemplo actualmente muchas personas han adoptado una serie de preguntas como que tan rentable y saludable es mantener una rutina de ejercicios ya que actualmente estamos propensos a una serie de enfermedades catastróficas como la diabetes producto de la mala alimentación, muchas personas no son responsables con el habito de alimentarse. No realizan ejercicios y esto produce el estrés.

El autocontrol del comportamiento constituye la más importante herramienta de la que puede disponer un individuo para realizar cambios en su estilo de vida; y dado que el estilo de vida está determinado por las condiciones de vida, un elemento importante es la identificación de los factores de riesgo.

Aspectos como factores motivacionales, el aprendizaje, las creencias y las influencias sociales, además de la historia biológica, han sido identificados como componentes de las conductas y hábitos que caracterizan el estilo de vida de una persona, establecer conductas saludables y eliminar conductas de riesgo de manera estable, como aspiración de la promoción de salud, constituye un reto.

Según la Organización Mundial de la Salud definió en 1986 el estilo de vida como **“una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales”**. (Pág. 1)

El estilo de vida es el conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal, y no repercute en la salud tanto física como psíquica.

Según la revista Headways media

El estilo de vida del segmento del mercado al que se busca apuntar es una variable muy importante a la hora de desarrollar un producto, desarrollar un mercado o diseñar una estrategia de marketing. El estilo de vida es un conjunto de parámetros que incluyen el nivel socio-económico, nivel cultural, ubicación geográfica y otros factores, que influirán en las actitudes, opiniones y hábitos de consumo de las personas o grupos demográficos. (<https://www.headways.com.mx/glosario-mercadotecnia/palabra/estilo-de-vida/>)

Definiciones conceptuales

Análogos: Significa comparación o relación entre varias cosas, razones o conceptos; comparar o relacionar dos o más seres u objetos a través de la razón; señalando características generales y particulares comunes que permiten justificar la existencia de una propiedad en uno, a partir de la existencia de dicha propiedad en los otros.

Comuna: Se entiende una subdivisión administrativa menor que corresponde a una zona urbana, rural, o mixta. Es equivalente al municipio o concejo u otras instancias de administración local. El origen del nombre y función proviene de las comunas urbanas de la edad media, época en la cual era la designación de las ciudades italianas independientes de un señor feudal.

Deliberación: Una deliberación es un acto entendido en cuanto a proceso y resultado en el cual se evalúan los pros y contras relevantes con objeto de adoptar una decisión determinada.

Estética: Pereciente o relativo a la percepción o apreciación de la belleza.

Gimnasio: Un gimnasio es un lugar que permite practicar deportes o hacer ejercicio en un recinto cerrado con varias máquinas y artículos deportivos a disposición de quienes lo visiten.

Habitantes: Es el número total de personas que viven en todo el mundo en un momento en específico. Está determinada por los nacimientos y los fallecimientos de los individuos.

Hipódromo: Lugar destinado a carreras de caballos.

Interacción: Acción que se ejerce recíprocamente entre dos o más objetos, personas, agentes, fuerza, funciones, ect.

Meandro: Un meandro es una curva descrita por el curso de un río, cuya sinuosidad es pronunciada. Se forman con mayor facilidad en los ríos de las llanuras aluviales con pendiente muy escasa.

Mejora: Acción o situación favorable, de progreso o perfeccionamiento de las cosas o las personas en su constitución, estado o desarrollo.

Plan: Es una intención o un proyecto. Se trata de un modelo sistemático que se elabora antes de realizar una acción, con el objetivo de dirigirla y encauzarla. En este sentido, un plan también es un escrito que precisa los detalles necesarios para realizar una obra.

Propuesta: Presenta varios usos, en tanto, uno de los más comunes resulta ser el de proposición, invitación, que alguien le efectúa a otro individuo con la intención de llevar a cabo alguna actividad, fin, u objetivo común.

Retórica: Conjunto de reglas o principios que se refieren al arte de hablar o escribir de forma elegante y con corrección con el fin de deleitar, conmover o persuadir.

San Antonio: Fue un sacerdote de la Orden Franciscana, predicador y teólogo portugués, venerado como santo y doctor de la Iglesia por el catolicismo.

Vida: El concepto de vida puede ser definido desde diversos enfoques. La noción más habitual está vinculada a la biología, que sostiene que la vida es la capacidad de nacer, crecer, reproducirse y morir. En este sentido, la vida es aquello que distingue a hombres, animales y plantas.

CAPÍTULO III
METODOLOGÍA
PRESENTACIÓN DE LA EMPRESA

Datos de la Empresa

Nombre de la Empresa:

El plan de negocio se establecerá en la Comuna San Antonio, Cantón Playas Provincia del Guayas con la razón social “GUERREROS GYM”, nombre que describe fuerza, coraje, valentía para llevar un buen estilo de vida.

Fecha de constitución: 10 de Mayo del 2017

RUC: 0928452093001

Objeto Social:

Su objeto social comprende la prestación de servicios referente al deporte para el desarrollo de las actividades físicas y la asesoría por parte de nuestros instructores capacitados para brindar una buena atención a los habitantes de la Comuna San Antonio.

Visión:

Consolidarnos en el mercado como el mejor de los gimnasios específicamente en la Comuna San Antonio, Cantón Playas con la finalidad de crear conciencia deportiva e incentivar a que puedan llevar un estilo de vida saludable, hacer de nuestras instalaciones un espacio confortable para que los habitantes puedan sentirse cómodos y les permitan hacer vida social.

Misión:

“GUERREROS GYM” es una empresa pionera en el sector de la Comuna San Antonio, Cantón Playas dedicada a la prestación de servicios cuya misión es motivar, asesorar, educar a los habitantes de todas las edades y ofrecer programas de alimentación para que nuestros clientes puedan vivir un estilo de vida saludable por medio de entrenamientos personalizados que incluya ejercicios funcionales que les ayude alcanzar su máximo potencial en fuerza y resistencia.

Logo:



El logotipo del gimnasio “GUERREROS GYM” define a la empresa en general expresando por medio de la intensidad de sus colores rojo, verde, negro y blanco propios de la identidad de la empresa, causando un impacto visual que motivan a los clientes a tener fuerza, valentía y coraje para desarrollar sus actividades físicas.

Los colores y tipografía elegidos para desarrollar la imagen de la empresa son rojo, verde y blanco.

Según la psicología el color rojo expresa vitalidad, atracción, adrenalina, amor, pasión mientras el color verde denota ecología y salud a su vez el color blanco demuestra pureza y bondad, el color negro impacta elegancia y simplicidad.

Valores de la Empresa:

Los valores elegidos para la creación del gimnasio representan las convicciones o filosofía de la alta dirección respecto a qué conducirá al éxito, considerando tanto el presente como el futuro, por lo tanto, es primordial definirlo dentro de la planeación estratégica de la empresa, todo lo que aporte a una ventaja competitiva consistente podrá traducirse a obtener un valor estratégico del mismo.

Se ha considerado los siguientes valores que se mencionaran a continuación:

Calidad: Ofrecemos un servicio de excelencia, buscando siempre la perfección en nuestras acciones y el mejoramiento continuo.

Compromiso: Brindar a los clientes un servicio personalizado en base a sus reales capacidades.

Colaboración: Buscamos el bienestar colectivo, con mentalidad de equipo que facilite la superación de las debilidades y potencie nuestras fortalezas.

Integridad: Actuamos con honradez, enfrentamos nuestro trabajo con ética y sinceridad.

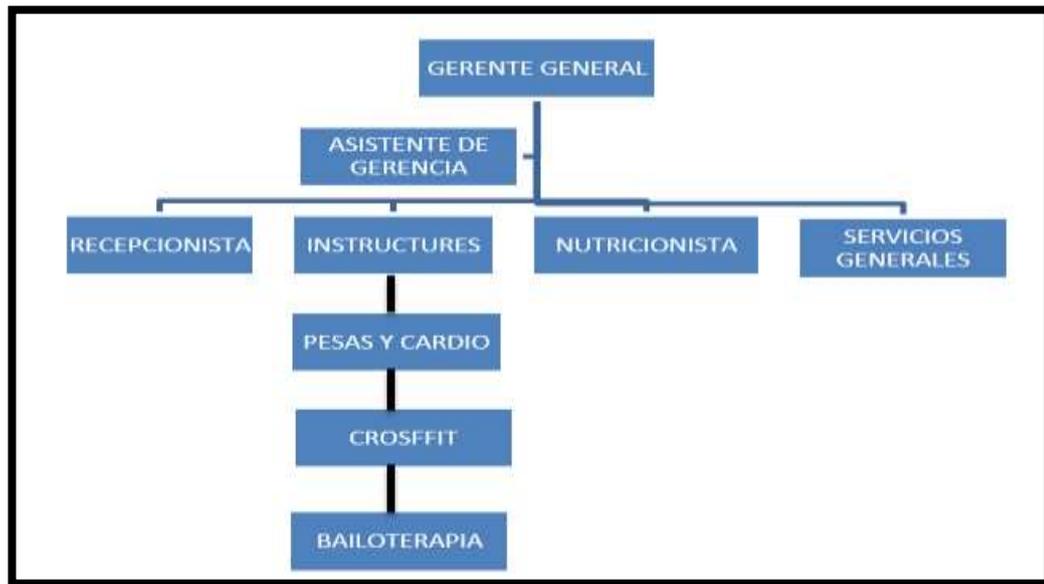
Innovación: Referente a las rutinas y al método de entrenamiento para la ejercitación de las personas.

Pasión: Anteponemos nuestra pasión por encima de todas las dificultades y nos entusiasman los nuevos desafíos que nos prepara el futuro.

Motivación: Motivar a los clientes a que puedan gozar de un estilo de vida saludable sin necesidad de recurrir a dietas estrictas que en un futuro afecten a su salud.

Respeto: Promovemos a mantener buenas relaciones cordiales, respetuosas y armoniosas con nuestros clientes y la comunidad en general, respetamos la diversidad y reconocemos el diálogo como herramienta esencial para la solución de conflictos.

Organigrama:



Descripción de los Colaboradores:

Gerente General:

Sus funciones serán planificar, organizar, dirigir, controlar, coordinar, analizar, calcular y deducir el trabajo de la empresa.

Asistente de gerencia:

Se va a encargar del asesoramiento de contratación de personal, elaboración de nóminas, sueldos y salarios, pago de beneficios sociales, capacitación y desarrollo, evaluación del desempeño, relaciones laborales, etc.

Recepcionista:

Apoyar al Gerente General en sus actividades diarias, efectuar los registros contables para la elaboración de los informes y diferentes balances financieros del negocio. Atender las llamadas telefónicas y llevar un control de los clientes en su horario de entrada y salida.

Instructor:

Serán quienes asesoren a los usuarios en sus rutinas de ejercicios y lleven un control de las personas a su cargo. Acudir puntualmente a impartir su

rutina de ejercicios. Lleva a cabo las sesiones y actividades físicas de ejercicios.

Nutricionista:

Elaborar un diagnóstico médico sobre las capacidades y limitaciones de cada usuario que contribuyan a su normal desempeño físico. Instruir a los usuarios sobre los alimentos que deben consumir para conseguir sus objetivos propuestos. Para que nuestros clientes queden satisfechos con el servicio de cada instructor.

Servicios Generales:

Será el encargado de realizar todas las actividades de limpieza en el gimnasio, manteniendo limpio y en buenas condiciones para que nuestros clientes no se molesten por la falta de limpieza e higiene.

Diseño de la investigación

Se define que el diseño de la investigación tiene varias características como son indagar, hallar, seguir, explorar de esta manera se podría considerar a un investigador como aquella persona que realiza su actividad con responsabilidad es decir un profesional de la materia, este constituye un plan general para obtener respuestas a la vez desglosa las estrategias básicas que el investigador adopta para generar información exacta como contar, medir, describir y resolver los problemas de investigación.

Según (Malhotra, 2008) **“El diseño de investigación es un esquema o programa para llevar a cabo el proyecto de investigación de mercados. Detalla los procedimientos que se necesitan para obtener la información requerida para estructurar y/o resolver los problemas de investigación de mercados”**. (Pág. 78)

Existen varios métodos que son comunes a muchas ciencias, pero cada una tiene sus propios problemas por lo tanto sus propias necesidades en donde es preciso emplear cada uno de los métodos en forma general que se ajusten a la solución de un problema específico.

En el plan de negocio que se va a implementar se ha utilizado herramientas en el proceso de investigación que se mencionaran a continuación.

La Universidad Pedagógica Experimental Libertador, (UPEL, 2003), en el Manual de Trabajos de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales define a este tipo de investigación:

Se entiende por Investigación de Campo, el análisis sistemático de problemas en la realidad, con el propósito bien sea de describirlos, interpretarlos, entender su naturaleza y factores constituyentes, explicar sus causas y efectos o predecir su ocurrencia, haciendo uso de métodos característicos de cualquiera de los paradigmas o enfoques de investigación conocidos o en desarrollo. Los datos de interés son recogidos en forma directa de la realidad; en este sentido se trata de investigaciones a partir de datos originales o primarios. (Pág. 14).

La investigación de campo consiste en extraer datos e informaciones directamente de la realidad mediante el uso de técnicas de recolección en el estudio a realizar como, por ejemplo, la entrevista o encuesta con la finalidad de dar respuesta a un problema.

Este proceso se presenta mediante la manipulación de una variable externa no comprobada en condiciones estrictamente controladas, con el propósito de describir de qué modo y cuáles son las causas que produce una situación en particular.

La investigación de campo se definirá como el proceso que utiliza el método científico que nos permite obtener nuevos conocimientos de campo de la realidad de la investigación, haciendo referencia de las informaciones, que proceden de una encuesta.

Respecto a la investigación cualitativa, Meneses (2004) indica que **“La ciencia social es fruto del conocimiento conseguido y aceptado por el**

hombre por medio de procesos de reflexión, sistematización y rigor realizados con la finalidad de interpretar y comprender la realidad” (Pág. 224)

(Malhotra, 2008)La investigación cuantitativa que **“Es una metodología de investigación que busca cuantificar los datos y que, por lo general, aplica algún tipo de análisis estadístico”**. (Pág. 143)

Con la investigación cuantitativa se generan datos o información numérica, este intenta especificar y delimitar la asociación o recolección de fenómenos sociales que el investigador utiliza como herramientas y variables confiables y estos resultados son bases fundamentales para la toma de decisiones.

Mientras que la variable cualitativa se basa en la recolección de información mediante la observación de comportamientos de la naturaleza discurso, respuestas abiertas para la posterior interpretación de significados de las personas.

Comparación de las investigaciones Cualitativas y Cuantitativas

Cuadro 4 Comparación

Investigación cualitativa	Investigación cuantitativa
✓ Uso de palabras (naturaleza, esencia, personas)	✓ Uso de números (cantidad, frecuencia)
✓ Se destaca por que es menos precisa	✓ Se destaca por que prefiere lo formal.
✓ Estudio de lo interno.	✓ Estudio de lo externo.
✓ Busca la comprensión.	✓ Se va a los hechos.

Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Para realizar la investigación respectiva del plan de negocio se ha considerado la Investigación de Campo y la Investigación Cuantitativa.

El diseño de investigación para este proyecto será de campo ya que permite recoger información verídica, mediante técnicas de recolección de

datos que ayuda al gerente a evaluar y seleccionar la línea de acción. Por lo tanto, la información que se obtendrá servirá para definir si la creación de este nuevo plan de negocio es válida para satisfacer las necesidades del mercado actual, a fin de alcanzar los objetivos planteados en la investigación. Para la investigación cuantitativa del plan de negocio del gimnasio se utilizaran este método porque permite buscar información real y verídica por medio de una encuesta.

Tipos de la investigación

En la investigación del plan de negocio de “Guerreros GYM” se utilizó tipos de investigación con el fin de recopilar documentos que existen sobre la problemática planteada. De las cuales mencionaremos dos acordes a nuestro plan de negocio que ayudan a recopilar información. Como la investigación descriptiva y la exploratoria.

Cuadro 5 Tipos

I. Explicativa	I. Descriptiva	I. Correlacional	I. Exploratoria
<p>“El objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado del cual se tiene muchas dudas o se ha abordado antes. Es decir cuando existe solo ideas vagamente relacionadas con el tema” (Hernández et al, 2006, Pág.101, 101).</p>	<p>“El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas” (Joan Miró, 1944, Pág.37).</p>	<p>“Grado de relación (no causal) que existe entre dos o más variables. Para realizar este tipo de estudio, primero se debe medir las variables y luego, mediante pruebas de hipótesis correlacionales acompañadas de la aplicación de técnicas estadísticas, se estima la correlación” (Tamayo y Tamayo, 1999).</p>	<p>“Es un tipo de diseño de investigación que tiene como objetivo principal brindar información y comprensión sobre la situación del problema que enfrenta el investigador” (Malhotra, 2008, Pág. 79)</p>

Elaborado por: Juan Carlos Granados

La investigación será de tipo descriptiva. Por qué caracteriza los fenómenos del mercado, determina la asociación entre variables y predice los futuros

fenómenos. En este tipo de estudios se utiliza un diseño de sección transversal o de investigación mediante encuestas. Esta metodología pretende determinar la percepción del cliente de las características del servicio, de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren.

La investigación descriptiva no consiste únicamente en acumular y procesar datos, el investigador debe definir su análisis y los procesos que involucrará el mismo para definir y formular hipótesis.

La investigación exploratoria ofrece un primer acercamiento al problema que se pretende estudiar y conocer en el plan de negocio, este permite familiarizarnos con los clientes para conocer sus necesidades y los resultados de este tipo de investigación dan un panorama o conocimiento del tema, pero es el primer paso inevitable para cualquier tipo de investigación posterior que se quiera llevar a cabo.

Por medio de esta investigación se obtiene la información inicial para continuar con el proceso de investigación más rigurosa.

Población y Muestra

Población:

Una población de la investigación es conocida como una colección bien definida de individuos u objetos que tienen características similares. De un conjunto finito e infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas conclusiones de la investigación.

Todas las personas u objetos dentro de una determinada población por lo general tienen una característica o rasgo en común.

Por lo general, la descripción de la población y las características comunes de sus miembros son las mismas.

(Arias, 2006) "**Conjunto finito o infinito de elementos con características comunes, para los cuales serán extensivas las**

conclusiones de la investigación. Esta queda limitada por el problema y por los objetivos del estudio". (Pág. 81)

Delimitación de la población:

La delimitación de la población debe estar delimitada con claridad y precisión en el problema de investigación, interrogante y en el objetivo general del estudio, deben estudiarse poblaciones finitas y accesibles. Esto facilitará la determinación de un tamaño muestral adecuado ajustado a la disponibilidad y tiempo

Si la población, por el número de unidades que la integran, resulta accesible en su totalidad, no será necesario tomar muestra.

Población finita:

(Arias, 2006)“**Agrupación en la que se conoce la cantidad de unidades que la integran. Además, existe un registro documental de dichas unidades” (Pág. 82)**

Es aquella investigación donde el investigador puede identificar en su totalidad los elementos o miembros, permitiendo su fácil contabilización. A su vez constituye una cantidad limitada de investigación.

Población infinita:

(Arias, 2006)“**Es aquella en la que se desconoce el total de elementos que la conforman, por cuanto no existe un registro documental de éstos debido a que su elaboración sería prácticamente imposible”.**
(Pág. 82)

La población infinita es aquella que es imposible tener un registro identificable, cuando el número de elementos que integran la población es muy grande, no es factible para la investigación.

Universo

(Parra, 2003)“**Es el conjunto conformado por todos los elementos, seres u objetos que contienen las características y mediciones u observaciones que se requieren en una investigación dada**”. (Pág. 15)

Es la totalidad de individuos o elementos en los cuales puede presentarse determinada característica susceptible en el estudio.

Cuadro 6 **Universo**

Característica	Cantidad
Gerente	1
Asistente de Gerencia	1
Recepcionista	1
Clientes Registrados	30
Servicios General	1
Nutricionista	1
Instructor	2
Total	37

Elaborado por: Juan Carlos Granados

La población que se va a utilizar en la creación del gimnasio de la Comuna San Antonio del Cantón Playas es de 37 personas, que es una población finita. Porque hay muchos habitantes que residen en ese sector y permite que el plan de negocio sea factible, favorable para llegar al éxito y aportan en la economía del país.

Muestra:

Es un subconjunto representativo de elementos que pertenecen al conjunto definido en sus características que llamamos población para seleccionar una muestra.

(Malhotra, 2008)“**La muestra es un subgrupo de elementos de la población seleccionado para participar en el estudio**”. (Pág. 335)

(Parra, 2003)“**Parte de la población, obtenida con el propósito de investigar propiedades que posee la población. Es decir, se pretende**

que dicho subconjunto ´represente´ a la población de la cual se extrajo”. (Pág.16).

Para realizar una investigación se tiene que basar en el estudio de una muestra, es inferir a los resultados de una población que nos interesa.

Tipo de muestreo:

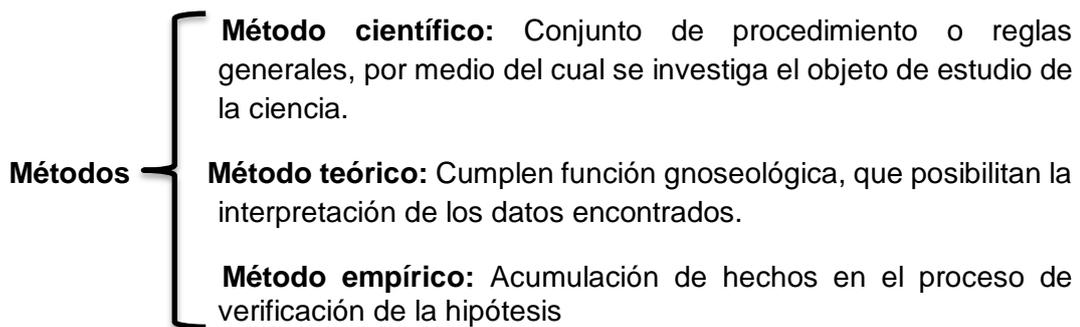
En el plan de negocio el tipo de muestra que utilizaremos es probabilístico, consiste en que todos, los individuos tengan la misma oportunidad de intervenir en la investigación y formar parte de la muestra.

El tipo de muestreo que se realizará es de tipo probabilístico el cual (Malhotra, 2008) “**Es un procedimiento de muestreo donde cada elemento de la población tiene una oportunidad probabilística fija para ser elegido en la muestra**” (Pág. 341)

Tamaño de la muestra:

En el plan de negocio no se utilizará muestra porque el número de población es finita ya que consta de un número limitado de elementos.

Técnicas de la investigación



Método Inductivo:

Según López 2002, las deducciones por parte de la observación partiendo de los casos particulares, se eleva a conocimientos generales, este método nos permite la formación de hipótesis, investigación de leyes científicas y las demostraciones pueden ser completas e incompletas según la

inducción. La conclusión es sacada del estudio de todos los elementos que forman el objeto de investigación, es decir que solo es posible si conocemos con exactitud el número de elementos que forman el objeto de estudio y además, cuando sabemos que el conocimiento generalizado pertenece a cada uno de los elementos del objeto de investigación. Las llamadas demostraciones complejas son formas de razonamiento inductivo de la investigación.

El método inductivo va de lo particular a lo general. Y que se basa en la observación, el estudio y la experimentación de diversos sucesos reales para poder llegar a una conclusión que involucre a todos esos casos. La acumulación de datos que reafirmen nuestra postura es lo que hace al método inductivo.

Método Deductivo:

El método deductivo de la investigación deberá ser entendido como un método de investigación que utiliza la deducción o sea el encadenamiento lógico de proposiciones para llegar a una conclusión o, en este caso, un descubrimiento del estudio para el plan de negocio acorde a la investigación.

Se emplea el método deductivo de investigación en la formulación o enunciación de sistemas de axiomas o conjunto de tesis de partida en una determinada Teoría. Ese conjunto de axiomas es utilizado para deducir conclusiones a través del empleo metódico de las reglas de la Lógica.

Por lo tanto, en el método deductivo de investigación es posible llegar a conclusiones directas, cuando deducimos lo particular sin intermediarios. Es decir, es un método deductivo directo. Cuando esto no es posible, requerimos el empleo del método deductivo indirecto en el que necesitamos operar con lógica. Mediante este método, concluimos lo particular de lo general, pero mediante la comparación.

En la **“Propuesta de plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida de los habitantes de la comuna San Antonio”**, se

utilizaran el método teórico porque permite descubrir en el objeto de investigación las relaciones esenciales y las cualidades fundamentales, no detectables de manera sensorial.

Método empírico:

La investigación empírica se la puede definir como "**La investigación basada en la experimentación o la observación es decir (evidencias)**". Este tipo de investigación es llevada a cabo para poner a prueba una hipótesis.

Estos métodos nos permiten revelar las relaciones esenciales y las características fundamentales del objeto de estudio, accesibles a la detección de la percepción, a través de procedimientos prácticos con el objeto y diversos medios de estudio. Los métodos de investigación empírica con lleva al investigador a una serie de procedimientos prácticos con el objeto y los medios de investigación que revela las características fundamentales y relaciones esenciales del objeto; que son accesibles a la contemplación sensorial. La investigación empírica permite al investigador hace una serie de investigación referente a su problemática, retomando experiencia de otros autores, para de ahí a partir con su exploración, también conlleva efectuar el análisis preliminar de la información, así como verificar y comprobar las concepciones teóricas de la investigación.

Cuadro 7 Proceso

Técnicas	Herramientas
Observación	Ficha de observación
Encuesta	Cuestionario

Elaborado por: Juan Carlos Granados

Encuesta:

En el plan de negocio implementaremos las técnicas de observación y encuesta, porque accede a conocer de manera general las debilidades y

fortaleza de los competidores por medio de la técnica de observación, a su vez hemos implementados un diseño de encuesta con preguntas relacionadas en el mercado al que se pretende ingresar.

Técnica de la encuesta

Según Noriega Doreima, Janssens Rogerie, Medina Alejandro, Espinoza Víctor (2013)

La técnica de encuesta para obtener información se basa en el interrogatorio de los individuos, a quienes se les plantea una variedad de preguntas con respecto a su comportamiento, intenciones, actitudes, conocimiento, motivaciones, así como características demográficas y de su estilo de vida.

Estas preguntas se pueden hacer verbalmente, por escrito, mediante una computadora, y las respuestas se pueden obtener en cualquiera de estas formas. Por lo general, el interrogatorio es estructurado, lo cual se refiere al grado de estandarización impuesto por el proceso de recolección de datos. En la recolección estructurada de datos se prepara un cuestionario formal, y las preguntas se plantean en un orden predeterminado, de manera que el proceso también es directo. La investigación se clasifica como directa o indirecta, dependiendo de si los participantes conocen su verdadero propósito. (Pág. 1)

Con la técnica de encuesta se explora información al mismo tiempo deja obtener datos relevantes a través del cual se puede conocer la opinión o valoración del sujeto seleccionado en una muestra sobre un asunto dado específicamente. Estas preguntas se las pueden elaborar mediante preguntas y respuestas, o por escrito.

Técnica de la observación

Según Pardinás (2005)

La observación es la acción de observar, de mirar detenidamente, en el sentido del investigador es la experiencia, es el proceso de mirar

detenidamente, o sea, en sentido amplio, el experimento, el proceso de someter conductas de algunas cosas o condiciones manipuladas de acuerdo a ciertos principios para llevar a cabo la observación.

Observación significa también el conjunto de cosas observadas, el conjunto de datos y conjunto de fenómenos. En este sentido, que pudiéramos llamar objetivo, observación equivale a dato, a fenómeno, a hechos. (Pág. 89)

La técnica de la observación consiste en observar o identificar aquello que se quiere analizar es decir haber seleccionado un objetivo claro de observación de esta manera se pueden describir y explicar datos fiables y adecuados. Observar es un proceso situado más allá de la percepción que no solamente hace consciente las sensaciones, sino que las organiza.

Procedimiento de la Investigación

La investigación del plan de negocio del gimnasio “GUERREROS GYM” se realizó mediante una investigación de campo en el sector de la Comuna San Antonio del Cantón Playas por medio de la técnica de encuesta, en donde nos reflejó datos verídicos para obtener información acerca de las necesidades de los habitantes con respecto a la manera de como llevan su estilo de vida, también por medio del método de la observación nos quedó constancia de que existe la necesidad de llevar a cabo el plan de negocio del gimnasio debido a la falta de crear conciencia en el hábito alimenticio de los habitantes de la Comuna San Antonio.

Técnica de la encuesta

En el desarrollo del plan de negocio una vez aplicada la técnica de investigación respectiva se halla datos relevantes y se realizó un análisis correspondiente de la problemática en el Cantón Playas de la Comuna San Antonio teniendo presente las observaciones y opciones del personal que intercedió sobre el mal hábito alimenticio de los habitantes, la encuesta se realizó por medio de preguntas con respecto al comportamiento, intenciones, actitudes, conocimiento, motivaciones, así como

características demográficas y de su estilo de vida. Y se la realizo a un grupo de personas las preguntas por escrito, mediante una computadora, y las respuestas se pueden obtener mediante una tabulación, el interrogatorio es estructurado lo cual se refiere al grado de estandarización impuesto por el proceso de recolección de datos reales o verídicos.

Con la recolección estructurada de datos se prepara un cuestionario formal, y las preguntas se plantean en un orden predeterminado para que el proceso sea directo o indirecto.

Técnica de la observación

Se utilizó la técnica de observación en el plan de negocio además de ser una técnica de manera natural, que ha permitido observar la problemática que existe en la Comuna San Antonio del Cantón Playas, como lo es el sobrepeso, y el mal hábito alimenticio causando un impacto directo cuando se realizó el estudio de campo para determinar el objeto, es decir observar cuidadosamente y críticamente a los habitantes de la comuna de San Antonio, con la finalidad de establecer el proyecto no solo a nivel profesional sino también el hecho de hacer conciencia y de guiarles que por medio de rutinas de ejercicios pueden tener un buen estilo de vida.

La técnica de la observación en la aplico en dicho sectores de la comuna San Antonio donde existe personas que tienen acudir hacia el cantón Playas para poder asistir a un gimnasio y realizar las rutinas de ejercicio diarias.

2. Por lo general, ¿En qué horario usted realiza actividad física?

Cuadro 9

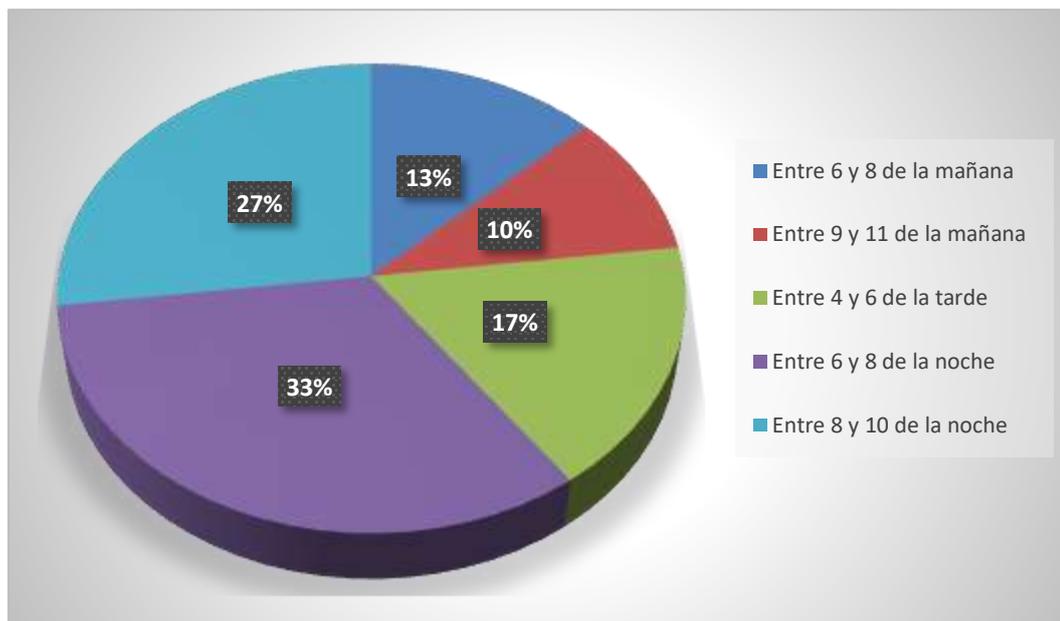
Horario

Detalles	Cantidad	Porcentaje
Entre 6 y 8 de la mañana	4	13%
Entre 9 y 11 de la mañana	3	10%
Entre 4 y 6 de la tarde	5	17%
Entre 6 y 8 de la noche	10	33%
Entre 8 y 10 de la noche	8	27%
Total	30	100%

Elaborado por: Juan Carlos Granados

Gráfico 3

Horario



Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Interpretación:

La mayoría de personas les agrada realizar actividades físicas en el horario establecido entre 6 y 8 de la noche.

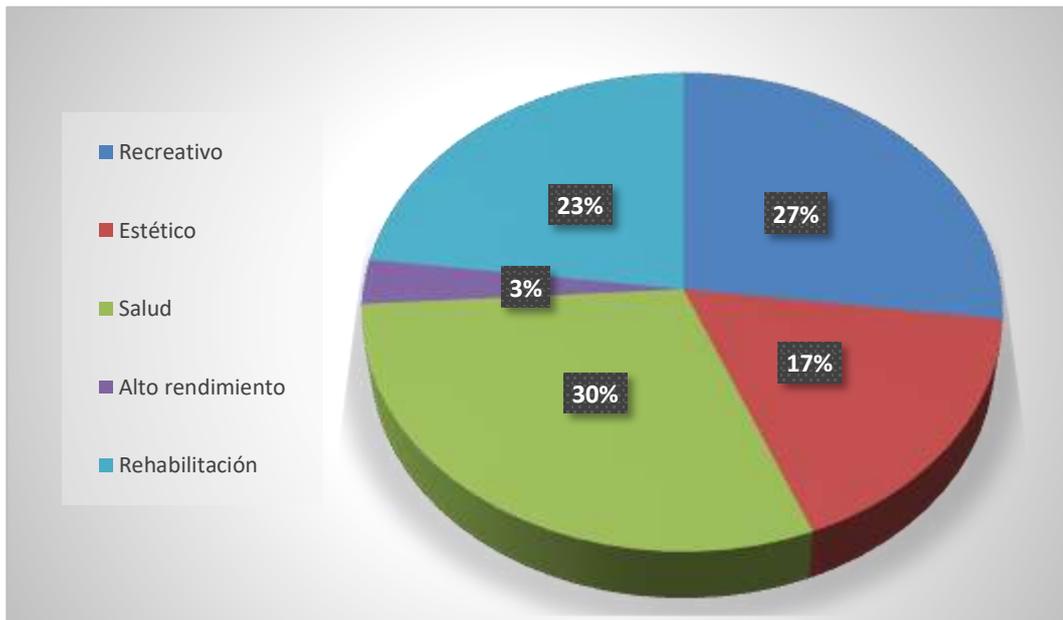
3. ¿Por qué razón vas o irías a un gimnasio?

Cuadro 10 Irías a un gimnasio

Detalles	Cantidad	Porcentaje
Recreativo	8	27%
Estético	5	17%
Salud	9	30%
Alto rendimiento	1	3%
Rehabilitación	7	23%
Total	30	100%

Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Gráfico 4 Irías a un gimnasio



Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Interpretación:

La mayoría de personas encuestadas frecuentan un gimnasio por salud, mientras que otras personas acuden por obtener un alto rendimiento.

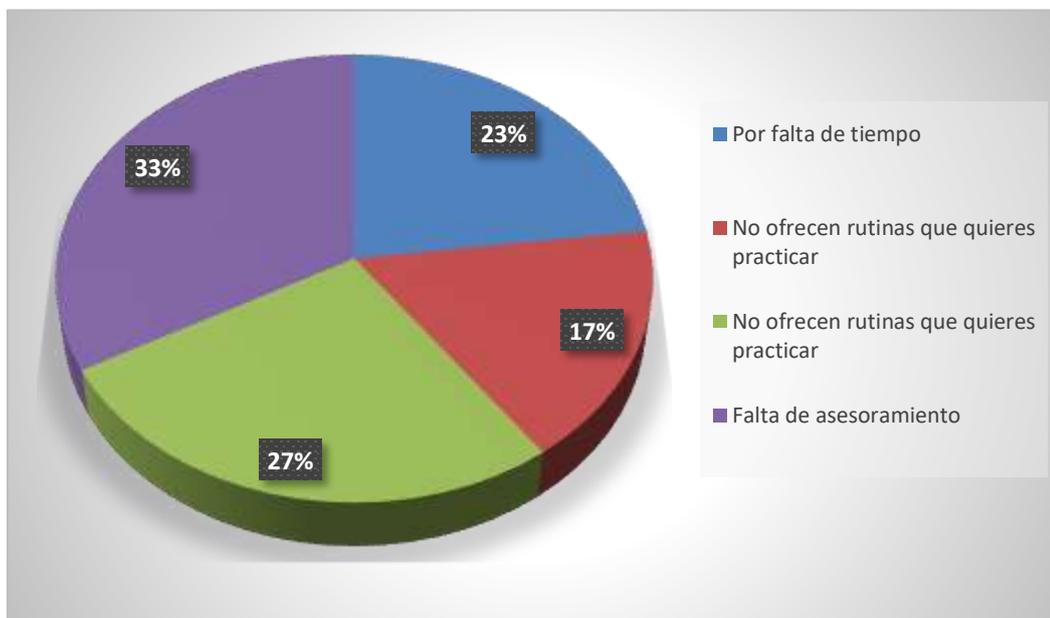
4. ¿Cuáles son las razones por las que no asistes a un gimnasio?

Cuadro 11 Razones

Detalles	Cantidad	Porcentaje
Por falta de tiempo	6	23%
No ofrecen rutinas que quieres practicar	5	17%
No existe un gimnasio cerca	8	27%
Falta de asesoramiento	10	33%
Total	30	100%

Elaborado por: Juan Carlos Granados

Gráfico 5 Razones



Elaborado por: Juan Carlos Granados

Interpretación:

En esta pregunta se observó que las persona no asisten a un gimnasio por falta de asesoramiento, es decir existe una problemática por parte de los habitantes de la Comuna San Antonio.

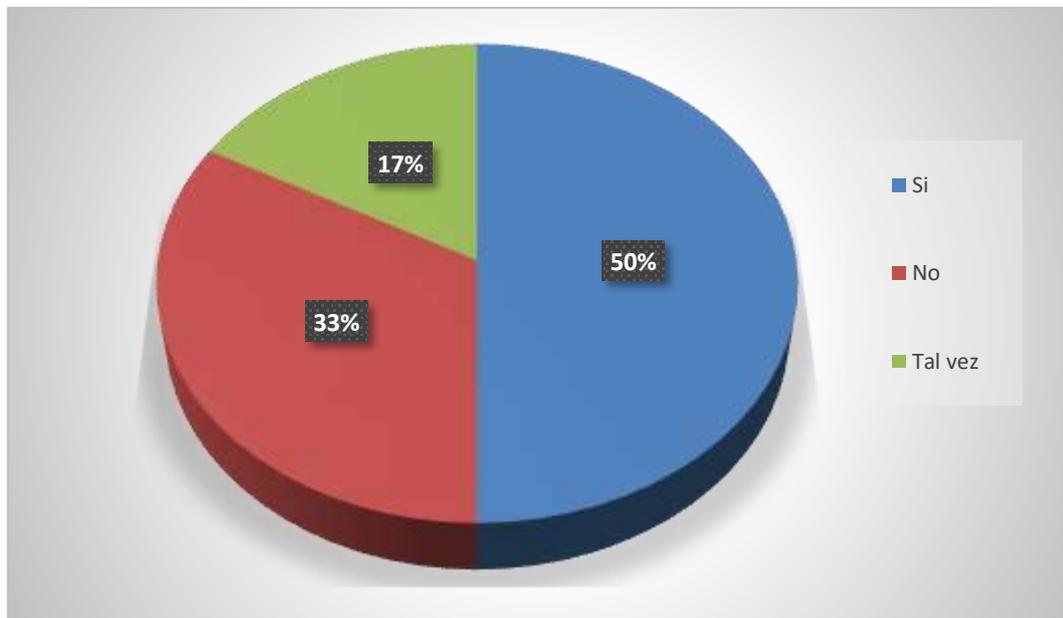
6. ¿Estaría interesado en tomar un curso en el gimnasio, que le ayude a mejorar su estado físico y llevar una vida saludable?

Cuadro 13 **Cursos**

Detalles	Cantidad	Porcentaje
Si	15	50%
No	10	33%
Tal vez	5	17%
Total	30	100%

Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Gráfico 7 **Cursos**



Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Interpretación:

Mediante la investigación que se realizó a los habitantes de la Comuna San Antonio, por medio del plan de negocio que se va a implementar las personas si están de acuerdo en tomar un curso en el gimnasio.

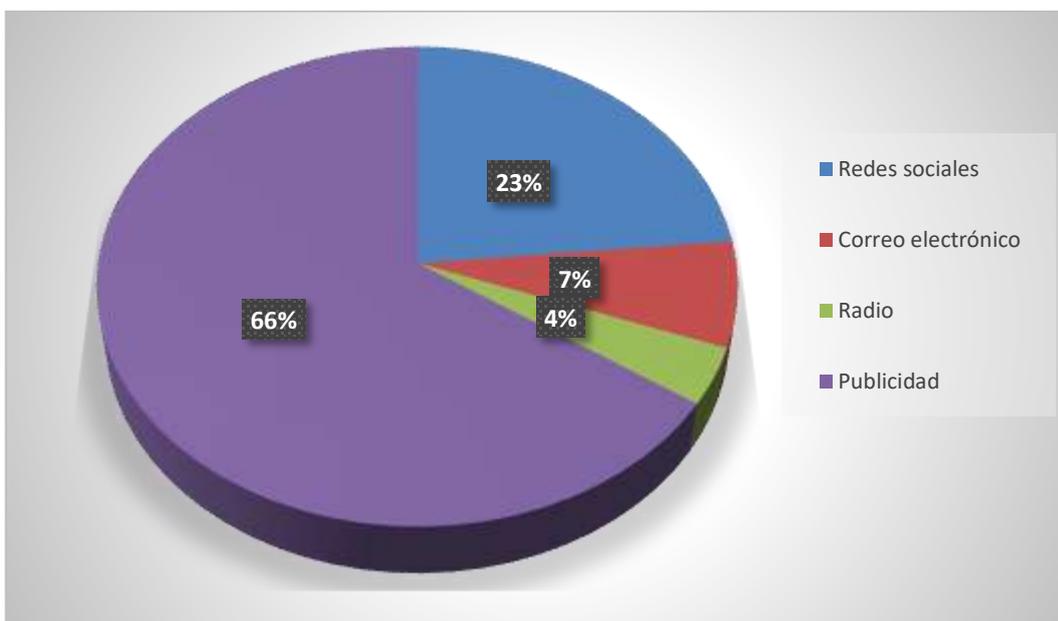
7. ¿Cómo desearía usted recibir información del gimnasio?

Cuadro 14 Información

Detalles	Cantidad	Porcentaje
Redes sociales	13	66%
Correo electrónico	4	7%
Radio	2	4%
Publicidad	11	23%
Total	30	100%

Elaborado por: Juan Carlos Grados.

Gráfico 8 Información



Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Interpretación:

La mayoría de personas comentó que el medio en donde se pueda difundir mejor la información es por las redes sociales, o a través de la publicidad en general sería una opción viable para la implementación del plan de negocio.

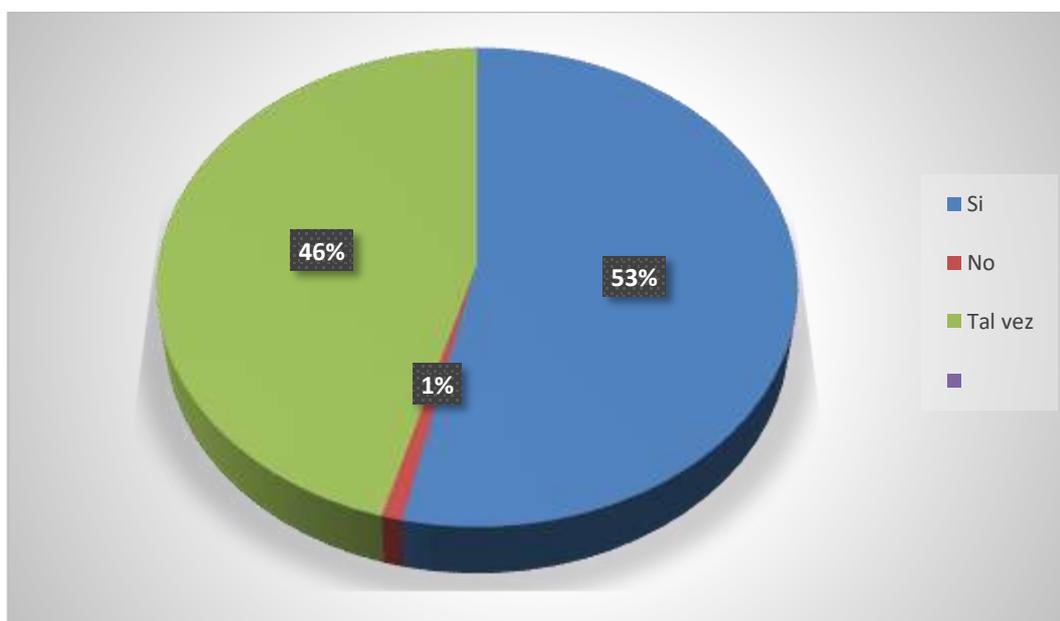
8. ¿Estarías dispuesto a llevar una dieta saludable?

Cuadro 15 **Dieta Saludable**

Detalles	Cantidad	Porcentaje
Si	15	55%
No	1	1%
Tal vez	14	47%
Total	30	100%

Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Gráfico 9 **Dieta Saludable**



Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Interpretación:

En esta pregunta que se realizó a los habitantes de la Comuna San Antonio tiene la finalidad de motivar a las personas por medio de una buena alimentación y una dieta saludable para llevar una vida sana.

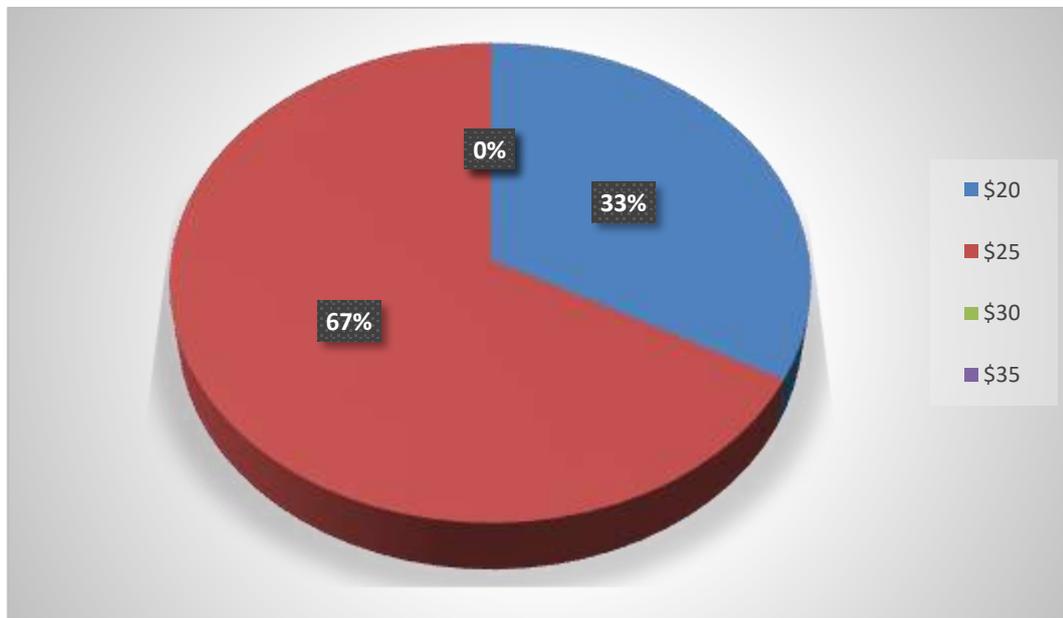
9. ¿Cuánto estaría dispuesto a pagar por la mensualidad del gimnasio?

Cuadro 16 Mensualidad

Detalles	Cantidad	Porcentaje
\$20	10	33%
\$25	20	67%
\$30	0	0%
\$35	0	0%
Total	30	100%

Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Gráfico 10 Mensualidad



Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Interpretación:

Los habitantes de este sector están dispuestos a pagar entre 20\$ y 25\$ por un buen servicio y asesoramiento en sus rutinas diarias de ejercicio.

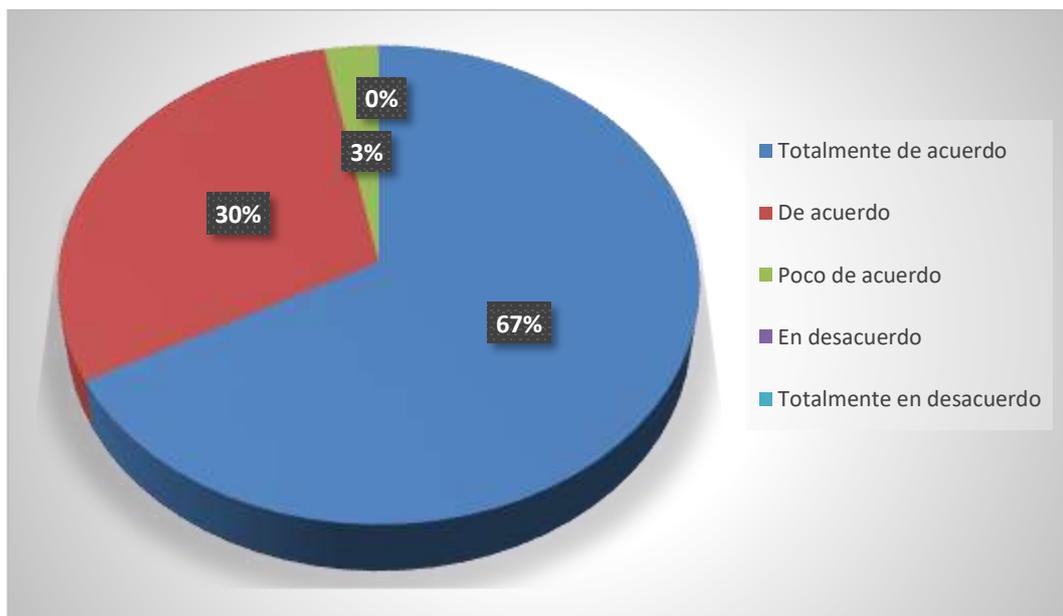
10. ¿Te gustaría que en la Comuna San Antonio del Cantón Playas exista un gimnasio?

Cuadro 17 **Gimnasio**

Detalles	Cantidad	Porcentaje
Totalmente de acuerdo	20	67%
De acuerdo	9	30%
Poco de acuerdo	1	3%
En desacuerdo	0	0%
Totalmente en desacuerdo	0	0%
Total	30	100%

Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Gráfico 11 **Gimnasio**



Elaborado por: Juan Carlos Granados.

Interpretación:

La mayoría de personas encuestas están totalmente de acuerdo que exista un gimnasio en la Comuna San Antonio, es decir la gran mayoría acepta la propuesta del plan de negocio.

Análisis de la guía de observación

La información que se pudo recolectar gracias a la guía de observaciones realizadas en 4 ocasiones en los meses de abril, mayo, junio y julio dio lugar a la creación de nuevas propuestas de estrategias de servicio para la comuna San Antonio de un gimnasio en dicho sector.

La evaluación realizada por este método, en el caso de que fuera positiva o negativa en cuanto a ciertos aspectos especificados en esta guía, fueron tomados en cuenta por esta propuesta.

La guía se realizó en base a cuantas personas asistirán al gimnasio en la comuna San Antonio, donde se la aplico a clientes de otro gimnasio en el cantón playas y habitantes que se trasladan a dicho sector.

Se dieron resultados positivos para la propuesta del servicio que se va brindar, para el buen estilo de vida de los habitantes de la comuna San Antonio.

Plan de Mejora

Objetivo: Diseñar un plan de negocio para la captación de clientes.

Cuadro 18

Plan de Mejora

¿Qué?	¿Por Qué?	¿Cómo?	¿Cuándo?	¿Quién?	¿Dónde?	¿Cuánto?
-------	-----------	--------	----------	---------	---------	----------

Elaborar un plan de negocio.	Para mejorar el estilo de vida.	Poniendo en marcha el plan.	Durante 4 meses del 2018.	El gerente del negocio.	En la comuna San Antonio.	\$500
Mejorar la infraestructura.	Para atraer clientes fijos.	Adecuar toda la infraestructura.	De forma inmediata.	Siempre .	Gimnasio "GUERREROS GYM"	\$2000
Adquisición de maquinarias.	Para el funcionamiento del negocio.	Con equipo de alta tecnología .	De forma inmediata.	El propietario.	Gimnasio "GUERREROS GYM"	\$6500
Crear una buena estrategia de marketing .	Mantener una clientela fija.	Por medio de páginas web, redes sociales y otros. Mejorar el servicio al cliente. Capacitar al equipo de trabajo.	Siempre .	Área de marketing	En la comuna San Antonio.	\$1000

Elaborado por: Juan Carlos Granados Guerreros.

El Plan De Negocio

Nombre de la idea de negocio:

El plan de negocio se establecerá en la Comuna San Antonio, Cantón Playas Provincia del Guayas con la razón social "GUERREROS GYM",

nombre que describe fuerza, coraje, valentía para llevar un buen estilo de vida.

Razón Social:

“GUERREROS GYM”

Nombre Comercial:



✓ **Planeamiento Estratégico**

Visión Del Negocio

Consolidarnos en el mercado como el mejor de los gimnasios específicamente en la Comuna San Antonio, Cantón Playas con la finalidad de crear conciencia deportiva e incentivar a que puedan llevar un estilo de vida saludable, hacer de nuestras instalaciones un espacio confortable para que los habitantes puedan sentirse cómodos y les permitan hacer vida social.

Misión Del Negocio

“GUERREROS GYM” es una empresa pionera en el sector de la Comuna San Antonio, Cantón Playas dedicada a la prestación de servicios cuya misión es motivar, asesorar, educar a los habitantes de todas las edades y ofrecer programas de alimentación para que nuestros clientes puedan vivir un estilo de vida saludable por medio de entrenamientos personalizados que incluya ejercicios funcionales que les ayude alcanzar su máximo potencial en fuerza y resistencia.

Objetivos Del Negocio

Desarrollar un plan de negocio de un gimnasio, para mejorar la salud y el estilo de vida de los habitantes de la Comuna San Antonio.

Breve Descripción Del Negocio

El presente Plan de negocio es la creación de un gimnasio “GUERREROS GYM” de la Comuna San Antonio del Cantón Playas, se debe a que en este sector no existe un gimnasio por lo tanto hay personas que no tienen un buen estilo de vida en su alimentación.

✓ **Análisis del mercado**

Análisis del entorno empresarial

Se analizó el entorno de la comuna San Antonio y se notó que no hay ese tipo de negocio en dicho sector.

Análisis del mercado potencial

Concepto	N°
Número de personas en la zona donde piensan ofrecer el servicio.	1000
Número de personas que utilizan el servicio en la zona	500
Cantidad de servicios a ofrecer	2

Segmento el mercado: público objetivo

La primera fase es segmentación de mercado que define como división del mercado en grupos individuales con necesidades, características, y comportamientos comunes que podrían requerir productos o combinaciones de marketing específicas.

La segunda fase es definición del público objetivo que es proceso de evaluación del atractivo de cada segmento de mercado y selección del segmento o de segmentos a los que se dirigirá la empresa.

La tercera fase es posicionamiento en el mercado definido como disposiciones necesarias para que un producto ocupe un lugar claro, distintivo y deseable respecto de los productos competidores en la mente de los consumidores objetivo.

Ventajas competitivas

Que no existe otro gimnasio en la comuna san Antonio.

Ofrece diversos tipos de ofertas

Tiene una alta gama de máquina para realizar todo tipo de ejercicios.

Análisis de la competencia

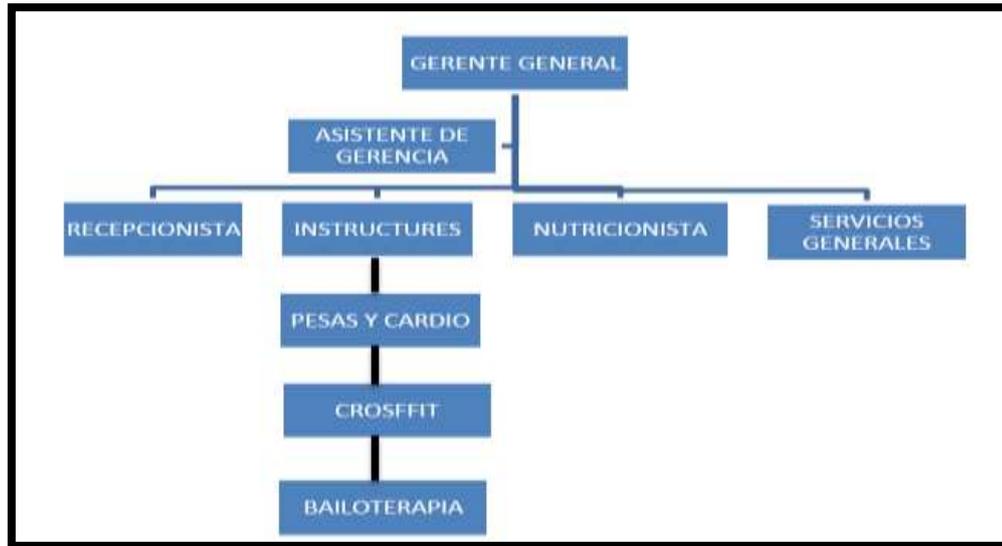
Empresas Competidoras	Nivel de Aceptación			Tipo de cliente que atiende	¿Por qué razón la elijen?	¿Dónde se comercializa el producto?	¿A qué precio lo venden?
	Alta	Regular	Poca				
Joe's Gym		1		De 18 a 35	Por sus máquinas	En el cantón Playas	2
Tiburón negro	1			De 15 a 30	Por buen servicio	En los alrededores del local comercial.	1.50
Águilas Gym			1	De 20 a 40	Por sus clientes	En Playas	1.50

✓ Estudio técnico de la producción

Describir las características de la localización del negocio

La localización de este negocio está ubicada en el cantón Playas comuna San Antonio ubicado en la av. 4 de agosto entre Libertad y 2 de noviembre, se encuentra en el centro de la comuna.

Realizar un bosquejo de lo que será la distribución del local (área de trabajo).



Hacer un listado de las máquinas, equipos y herramientas que se necesitan para elaborar el producto o brindar el servicio que se ha definido

Maquinarias	Cantidad (unidades requeridas)	Equipos y herramientas	Cantidad (unidas requerida)
Prensa atlética	2	Porta disco	1
Banco de pecho plano	1	Porta mancuernas	1
Banco de pecho inclinado	1	1500 libras en disco	25
Predicador	2	Barra olímpica romana	6
Bicicleta spinning	2	Porta barra	1
Caminadora body strong	1	Barra olímpica z	3
Prensa hack	1	Colchonetas	10
Hammer de abdominales	1	Step de madera	2

Peck deck + deltoides	1	550 libras en mancuernas	10
--------------------------	---	-----------------------------	----

Organización del personal

Puesto de trabajo	Numero
Asistente de gerencia	1
repcionista	1
Instructor	2
Nutricionistas	1
Servicios generales	2

Presupuesto

Para poder iniciar las actividades de "GUERREROS GYM", será necesario realizar una inversión inicial de \$10.000 dólares, los cuales se desglosan de la siguiente manera:

Propuesta

Financiamiento	%	U\$\$
Propio	50%	\$ 5.000,00
Prestamo	50%	\$ 5.000,00
Total		\$ 10.000,00
Presupuesto Inversion Inicial		
Activo Fijo (maquinaria, local)		\$ 3.000,00
Gastos Administrativos		\$ 1.000,00
Gastos Personal		\$ 2.500,00
Inversión en Publicidad		\$ 1.500,00
Capital de Trabajo		\$ 2.000,00
Total Presupuesto Inversion Inisial U\$\$		\$ 10.000,00

Elaborado por: JUAN GRANADOS GUERRERO

Este monto inicial será financiado en un 50% por concepto de préstamo que aportará al capital, mientras que el restante 50% será financiado por el autor de este proyecto.

Cronograma

Tiempo Actividad	2018															
	Abril				Mayo				Junio				Julio			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Mejorar la infraestructura																
Crear una buena estrategia de marketing.																
Mejorar el servicio al cliente																
Adquisición de maquinarias																

Conclusiones

- ✓ Si se desarrolló el plan de negocio de un gimnasio, para mejorar la salud y el estilo de vida de los habitantes de la Comuna San Antonio.
- ✓ Se fundamentó teóricamente el plan de negocio y estilo de vida.
- ✓ Se identificó la tendencia de prácticas de esencia física de los habitantes.
- ✓ Se preparó el plan de negocio en la mejora del estilo de vida.
- ✓ Si se logró llegar a los resultados esperados en las encuestas realizada en la comuna San Antonio.
- ✓ Con el gimnasio en la comuna San Antonio se disminuyó el sobrepeso.
- ✓ Se realizó el plan de mejora para gimnasio "GUERREROS GYM".

Recomendaciones:

- ✓ Motivar a los clientes brindándole confianza mediante un trato personalizado y cordial desde el momento que ingresen a las instalaciones demostrando que el gimnasio está orientado a cumplir con los resultados mediante el entrenamiento.

- ✓ Instalar en el gimnasio equipos de alta tecnología y variedad de rutinas de ejercicios para que los clientes estén satisfechos con el servicio brindado.

- ✓ Diseñar estrategias y realizar un proceso de selección de personal, contratando a personas que estén de acuerdo a llevar el cumplimiento establecidos en el gimnasio como es la misión y visión a medida que pase el tiempo obtener mejores márgenes de utilidad.

- ✓ Son los jóvenes los clientes potenciales, es por esta razón se debe poner los esfuerzos por captar una mayor cantidad de este tipo de clientes, mejorando el servicio, a través de la innovación de las maquinas en el gimnasio.

Bibliografía

- Arias, F. (2006). *Introducción a la Metodología Científica*. Caracas, Venezuela: Episteme.
- Constanza Palomino, D., & Reyes Varon, C. J. (Diciembre de 2011). *Estructura física, administrativa y académica de los gimnasios de Ibagué*. Obtenido de Estructura física, administrativa y académica de los gimnasios de Ibagué:
<http://www.efdeportes.com/efd163/estructura-fisica-de-los-gimnasios-de-ibague.htm>
- Diem, C. (1966). *Historia del deporte*. Barcelona, España: Luis de Cararalt.
- Jaeger, W. (2001). *Fondo de cultura económica*. Paideia México.
- Lic. Astudillo Avilés, J. A. (2006). *LAURO: Historia Del Deporte Ecuatoriano*. Cuenca: Talleres de la union nacional de educadores de azuay.
- Malhotra, N. (2008). *Investigación de Mercado*. México: Pearson Prentice Hall.
- Musso, J. (12 de abril de 2011). *Gimnasios*. Obtenido de Gimnasios:
<http://gimnasioss.blogspot.com/2011/04/historia-de-los-gimnasios.htm>
- Parra, J. (2003). *Guía de Maestro*. Ediluz.
- Pérez, S. (2002). *Del Ocio al Negocio*. Madrid España: Los libro de la catarata.
- Stutely, R. (2000). *Plan de Negocio*. Mexico: PEARSON Educación.
- Zmork, G. (22 de septiembre de 2007). *El nuevo gimnasio*. Obtenido de El nuevo gimnasio: <http://www.zmorkmeditar.com/articulonuevgim.htm>
- R. Hernández Sampieri, Metodología de la Investigación. México 4ta edición, año2006.
- Mario Tamayo y Tamayo, El Proceso de la Investigación Científica. México 4ta edición, año 2003.

TAYLOR, Jim. La historia de los gimnasios. Sagittarius the third generation gym, Paris, 2005.

https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro_080021.html

<https://es.wikipedia.org/wiki/Gimnasio>

(https://es.wikipedia.org/wiki/Tama%C3%B1o_de_la_muestra)

(<https://www.headways.com.mx/glosario-mercadotecnia/palabra/estilo-de-vida/>)

Anexos

Anexo 1: Encuesta



Estimado(a) reciban un cordial saludo de parte del personal que conformamos "GUERREROS GYM" somos un emprendimiento reciente y tiene como único fin, recopilar datos sobre la frecuencia de cuanto acuden las personas a un gimnasio.

Encuestador

Juan Carlos Granados Guerrero

C.I: 0928452093

Instrucciones

- ✓ Lea detenidamente antes de contestar las preguntas.
- ✓ Solo puede responder la encuesta una vez; no puede editar las respuestas.
- ✓ Las preguntas tienen respuestas de selección múltiple.
- ✓ Seleccione solo una respuesta.
- ✓ Marque con una X su selección.
- ✓ La encuesta solo le llevara 10 minutos y sus respuestas son totalmente anónimas.
- ✓ Debe realizar la encuesta con un esfero color azul o negro.
- ✓ Si desea realizar una observación puede escribir al final de la hoja.

Objetivo:

Identificar la cantidad de persona que serán beneficiadas con este servicio para contrarrestar el mal hábito alimenticio.

1. ¿Actualmente usted realiza algún tipo de actividad física?

- a) Frecuentemente
- b) Casi siempre
- c) A veces
- d) Nunca

11. Por lo general, ¿En qué horario usted realiza actividad física?

- a) Entre 6 y 8 de la mañana
- b) Entre 9 y 11 de la mañana
- c) Entre 4 y 6 de la tarde
- d) Entre 6 y 8 de la noche
- e) Entre 8 y 10 de la noche

12. ¿Por qué razón vas o irías a un gimnasio?

- a) Recreativo
- b) Estético
- c) Salud
- d) Alto rendimiento
- e) Rehabilitación

13. ¿Cuáles son las razones por las que no asistes a un gimnasio?

- a) Por falta de tiempo
- b) No ofrecen rutinas que quieres practicar
- c) No existe un gimnasio cerca
- d) Falta de asesoramiento

14. De las siguientes, ¿Qué actividad física le gustaría practicar?(Seleccione máximo 3)

- a) Aeróbicos
- b) Pesas
- c) Pilates
- d) Bailoterapia

e) Crossfit

15. ¿Estaría interesado en tomar un curso en el gimnasio, que le ayude a mejorar su estado físico y llevar una vida saludable?

a) Si

b) No

c) Tal vez

16. ¿Cómo desearía usted recibir información del gimnasio?

a) Redes sociales

b) Correo electrónico

c) Radio

d) Publicidad

17. ¿Estarías dispuesto a llevar una dieta saludable?

a) Si

b) No

c) Tal vez

18. ¿Cuánto estaría dispuesto a pagar por la mensualidad del gimnasio?

a) \$20

b) \$25

c) \$30

d) \$35

19. ¿Te gustaría que en la Comuna San Antonio del Cantón Playas exista un gimnasio?

a) Totalmente de acuerdo

b) De acuerdo

c) Poco de acuerdo

d) En desacuerdo

e) Totalmente en desacuerdo

Gracias por su tiempo y la atención prestada y que tenga un excelente día.

Atentamente

Juan Carlos Granados Guerrero

C.I 0928452093

Estudiante ITB

Anexo 2:

Guía de observación

Lugar:

N° de guía:

Fecha:

Hora de inicio:

Hora de finalización:

Objeto observado:

Observador:

Objetivo de la observación:

Indagar en la población de la Comuna San Antonio del Cantón Playas sobre el funcionamiento del gimnasio de cultura física y la práctica de ejercicios.

Indicadores	Frecuencia		
	Mucho	Poco	Nada
✓ Los habitantes de la Comuna San Antonio asisten a un gimnasio			
✓ Acude a un gimnasio solo o acompañado.			
✓ Existe quejas en los usuarios por uso del gimnasio.			
✓ Solicitan asesoría técnica en el gimnasio.			
✓ Los clientes en el gimnasio utilizan maquinarias fijas.			



Anexo 3: Fotos

Máquina con peso múltiple

Maquinaria que se va a utilizar en el gimnasio “GUERREROS GYM”



Máquina de ejercicio múltiple

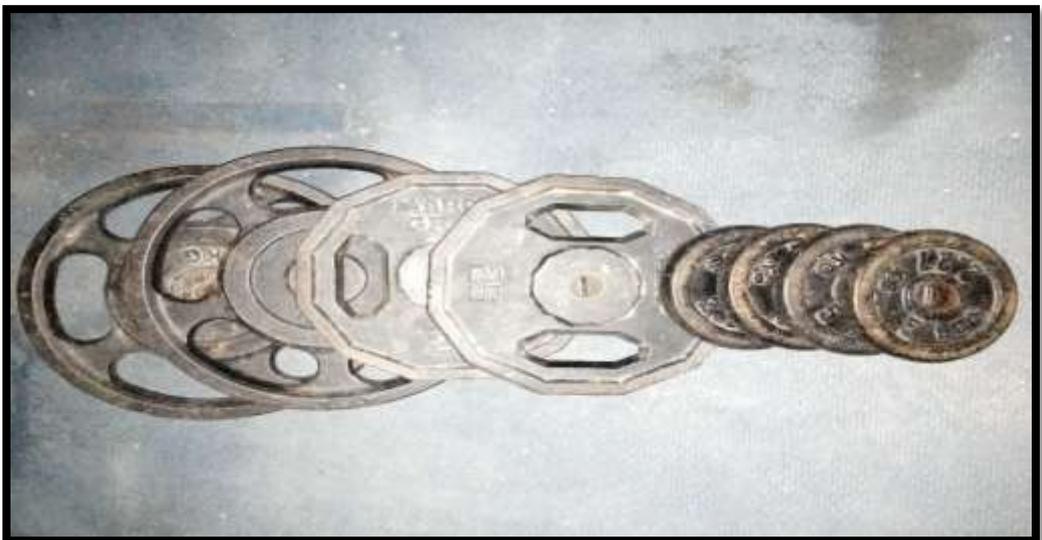
Esta máquina sirve para realizar ejercicio con el mismo peso corporal que tiene el cuerpo.

Libras en discos



Banco de pecho inclinado y plano

Sirve para tonificar el pecho y aumentar masa muscular en la zona de pectorales.



Local gimnasio “GUERREROS GYM”

Lugar donde funcionara el gimnasio en la comuna San Antonio.





Instituto Superior
**Tecnológico
Bolivariano**
de Tecnología

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO
BOLIVARIANO DE TECNOLOGÍA**

CERTIFICACIÓN DE LA ACEPTACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Proyecto de Investigación, nombrado por el Consejo Directivo del Instituto Superior Tecnológico Bolivariano de Tecnología.

CERTIFICO:

Que he analizado el proyecto de investigación con el tema: **“Propuesta de plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida de los habitantes de la comuna San Antonio”**, presentado como requisito previo a la aprobación y desarrollo de la investigación para optar por el título de:

TECNÓLOGO EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESA

El problema de investigación se refiere a: **¿Qué incidencia tendría la elaboración de un plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida, de los habitantes de la comuna San Antonio, del cantón Playas, provincia del Guayas, en el año 2018?**

El mismo que considero debe ser aceptado por reunir los requisitos legales y por la importancia del tema:

Presentado por el Egresado:

Juan Granados.
Granados Guerrero Juan Carlos

Tutor:

Simón Alberto Illescas Prieto
Simón Alberto Illescas Prieto



Factura: 001-003-000037322



20180901043D01243

DILIGENCIA DE RECONOCIMIENTO DE FIRMAS N° 20180901043D01243

Ante mí, NOTARIO(A) SUPLENTE ROSA BEATRIZ ROSADO BRAVO de la NOTARÍA CUADRAGÉSIMA TERCERA EN RAZÓN DE LA ACCIÓN DE PERSONAL 08375-DP09-2018-SJ, comparece(n) JUAN CARLOS GRANADOS GUERRERO portador(a) de CÉDULA 0928452093 de nacionalidad ECUATORIANA, mayor(es) de edad, estado civil SOLTERO(A), domiciliado(a) en GUAYAQUIL, POR SUS PROPIOS DERECHOS en calidad de COMPARECIENTE; quien(es) declara(n) que la(s) firma(s) constante(s) en el documento que antecede CLAUSULA DE AUTORIZACION PARA LA PUBLICACION DE TRABAJOS DE TITULACION, es(son) suya(s), la(s) misma(s) que usa(n) en todos sus actos públicos y privados, siendo en consecuencia auténtica(s), para constancia firma(n) conmigo en unidad de acto, de todo lo cual doy fe. La presente diligencia se realiza en ejercicio de la atribución que me confiere el numeral noveno del artículo dieciocho de la Ley Notarial -. El presente reconocimiento no se refiere al contenido del documento que antecede, sobre cuyo texto esta Notaria, no asume responsabilidad alguna. – Se archiva un original. GUAYAQUIL, a 18 DE AGOSTO DEL 2018, (11:56).

Juan Granados.

JUAN CARLOS GRANADOS GUERRERO
CÉDULA: 0928452093



NOTARIO(A) SUPLENTE ROSA BEATRIZ ROSADO BRAVO
NOTARÍA CUADRAGÉSIMA TERCERA DEL CANTÓN GUAYAQUIL

AP: 08375-DP09-2018-SJ



CLÁUSULA DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE TITULACIÓN

Yo, **Juan Carlos Granados Guerrero** en calidad de autor con los derechos patrimoniales del presente trabajo de titulación "**Propuesta de plan de negocio para un gimnasio en la mejora del estilo de vida de los habitantes de la comuna San Antonio**", de la modalidad de semipresencial realizado en el Instituto Superior Tecnológico Bolivariano de Tecnología como parte de la culminación de los estudios en la carrera de Administración de Empresa, de conformidad con el *Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN* reconozco a favor de la institución una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial del mencionado trabajo de titulación, con fines estrictamente académicos. Asimismo, autorizo al Instituto Superior Tecnológico Bolivariano de Tecnología para que digitalice y publique dicho trabajo de titulación en el repositorio virtual de la institución, de conformidad a lo dispuesto en el *Art. 144 de la LEY ORGÁNICA DE EDUCACIÓN SUPERIOR*.

Juan Carlos Granados Guerrero

Nombre y Apellidos del Autor

Juan Granados

Firma

No. de cédula: **0928452093**



REPÚBLICA DEL ECUADOR
DIRECCIÓN GENERAL DE REGISTRO CIVIL
IDENTIFICACIÓN Y CEDULACIÓN



CÉDULA DE CIUDADANÍA
APELLIDOS Y NOMBRES
GRANADOS GUERRERO JUAN CARLOS
LUGAR DE NACIMIENTO
GUAYAS
GUAYAQUIL
PEDRO CARBO / CONCEPCION
FECHA DE NACIMIENTO 1995-05-10
NACIONALIDAD ECUATORIANA
SEXO HOMBRE
ESTADO CIVIL SOLTERO

No. 092845209-3




INSTRUCCIÓN **BACHILLERATO** PROFESIÓN / OCUPACIÓN **BACHILLER** V2333I2222

APELLIDOS Y NOMBRES DEL PADRE **GRANADOS MITE JUAN ENRIQUE**
APELLIDOS Y NOMBRES DE LA MADRE **GUERRERO HOLGUIN ESTHER MARIA**
LUGAR Y FECHA DE EXPEDICIÓN
PLAYAS
2018-04-03
FECHA DE EXPIRACIÓN
2028-04-03




000077615

Juan Granados
DIRECTOR GENERAL FIRMA DEL CEDULADO



CERTIFICADO DE VOTACIÓN
4 DE FEBRERO 2018



018 JUNTA No. 018 - 098 NUMERO 0928452093 CÉDULA

GRANADOS GUERRERO JUAN CARLOS
APELLIDOS Y NOMBRES

GUAYAS PROVINCIA CIRCUNSCRIPCIÓN:
PLAYAS CANTÓN ZONA: 1
GRAL. VILLAMIL / PLAYAS PARROQUIA




REFERENDUM Y CONSULTA POPULAR 2018

CIUDADANA (O)

ESTE DOCUMENTO ACREDITA QUE USTED SUFRAGO EN EL REFERENDUM Y CONSULTA POPULAR 2018

ESTE CERTIFICADO SIRVE PARA TODOS LOS TRÁMITES PÚBLICOS Y PRIVADOS

Hanice G
F. PRESIDENTA/E DE LA JRV



FIEL COPIA DEL ORIGINAL
NOTARIA CUADRAGESIMA TERCERA
Ab. Rosa Beatriz Rosado Bravo
NOTARIA SUPLENTE



CERTIFICADO DIGITAL DE DATOS DE IDENTIDAD



Juan Granados

Número único de identificación: 0928452093

Nombres del ciudadano: GRANADOS GUERRERO JUAN CARLOS

Condición del cedulaado: CIUDADANO

Lugar de nacimiento: ECUADOR/GUAYAS/GUAYAQUIL/CARBO
/CONCEPCION/

Fecha de nacimiento: 10 DE MAYO DE 1995

Nacionalidad: ECUATORIANA

Sexo: HOMBRE

Instrucción: BACHILLERATO

Profesión: BACHILLER

Estado Civil: SOLTERO

Cónyuge: No Registra

Fecha de Matrimonio: No Registra

Nombres del padre: GRANADOS MITE JUAN ENRIQUE

Nombres de la madre: GUERRERO HOLGUIN ESTHER MARIA

Fecha de expedición: 3 DE ABRIL DE 2018

Información certificada a la fecha: 18 DE AGOSTO DE 2018

Emisor: VERONICA MARICELA RUIZ BEDOYA - GUAYAS-GUAYAQUIL-NT 43 - GUAYAS -
GUAYAQUIL

N° de certificado: 183-147-49573



183-147-49573

Ing. Jorge Troya Fuertes

Director General del Registro Civil, Identificación y Cedulación

Documento firmado electrónicamente



INFORMACIÓN ADICIONAL DEL CIUDADANO

NUI: 0928452093

Nombre: GRANADOS GUERRERO JUAN CARLOS

1. Información referencial de discapacidad:

Mensaje: LA PERSONA NO REGISTRA DISCAPACIDAD

1.- La información del carné de discapacidad es consultada de manera directa al Ministerio de Salud Pública - CONADIS en caso de inconsistencias acudir a la fuente de información

Información certificada a la fecha: 18 DE AGOSTO DE 2018

Emisor: VERONICA MARICELA RUIZ BEDOYA - GUAYAS-GUAYAQUIL-NT 43 - GUAYAS - GUAYAQUIL

Nº de certificado: 181-147-49574



181-147-49574





CERTIFICACIÓN DE ACEPTACIÓN DEL CEGESCIT

En calidad de colaborador del Centro de Gestión de la Información Científica y Transferencia de Tecnológica (CEGESCIT) nombrado por el Consejo Directivo del Instituto Superior Tecnológico Bolivariano de Tecnología.

CERTIFICO:

Que el trabajo ha sido analizado por el URKUND y cumple con el nivel de coincidencias permitido según fue aprobado en el **REGLAMENTO PARA LA UTILIZACIÓN DEL SISTEMA ANTIPLAGIO INSTITUCIONAL EN LOS PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y TRABAJOS DE TITULACIÓN Y DESIGNACIÓN DE TUTORES** del ITB.

Wiss Alberto Alzate Wiss Alberto Alzate

Nombre y Apellidos del
CEGESCYT

Colaborador



Firma