

**UNIVERSIDAD EL SALVADOR**  
**FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES**  
**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**



**TÍTULO**

**“PLAN DE PATROCINIO DE LA EMPRESA RITMO Y VIDA SALUDABLE”**

**PRESENTADO POR:**

Br. Sandra Marlene López Guardado (LG13023)

Br. Gerardo Ernesto Martel Miranda (MM10077)

**INFORME FINAL DEL CURSO DE ESPECIALIZACIÓN PARA LA DIRECCIÓN Y  
GESTIÓN DEPORTIVA PARA OPTAR AL TÍTULO DE:  
LICENCIADA/O EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, ESPECIALIDAD  
EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN**

**Docente Director:**

Msd. Boris Evert Iraheta

**Coordinador De Procesos De Graduación**

Mtro. Javier Vladimir Quintanilla Orellana

**Ciudad Universitaria, Dr. Fabio Castillo Figueroa, 9 De Diciembre Del 2021.**

**Autoridades De La Universidad De El Salvador**

**Rector**

Maestro Roger Armando Arias Alvarado

**Vice-Rector Académico**

Dr. Raúl Azcúnaga

**Vice-Rector Administrativo**

Ing. Juan Rosa Quintanilla

**Secretaria General**

Msc. Francisco Antonio Alarcón Sandoval

**Autoridades De La Facultad De Ciencias Y Humanidades**

**Decano**

Msd. Oscar Wuilman Herrera Ramos

**Vice-Decana**

Lic. Sandra Lorena Benavides De Serrano

**Secretario General**

Mtro. Juan Carlos Cruz Cubías

**Autoridades Del Departamento De Ciencias De La Educación**

**Jefe Del Departamento De Ciencias De La Educación**

Dra. Gloria Elizabeth Arias De Vega

**Coordinador De Los Procesos De Graduación**

Mtro. Javier Vladimir Quintanilla Orellana

**Docente Director Msd. Boris Evert Iraheta**

## AGRADECIMIENTOS

**Por Sandra Marlene López Guardado**



El presente trabajo de Graduación “Diplomado en Dirección y Gestión Deportiva” se lo dedico principalmente a Dios y a María Santísima, quienes han sido mi roca firme y mi principal fuente de sustento espiritual en todo momento, y durante los años que he cursado la Licenciatura.

A mi madre Lilian Victoria Guardado Vda. De López, quien ha sido el pilar principal en mi formación profesional, ya que con sus esfuerzos siendo madre y padre me brindó sus consejos, amor, y apoyo en todo este proceso, que sin ella no habría sido posible decir he culminado mis estudios Universitarios.

A mi padre José Guillermo López Fuentes, quien me cuida desde el cielo y quien luchó por trabajar arduamente y darnos lo mejor. Sé que estará muy feliz de ver hasta donde llegó su pequeña hija siendo una Licenciada.

A mi hermana Esmeralda López de Santamaría por su buen corazón y apoyo, ya que también siendo Licenciada en ciencias de la Educación me asesoró en trabajos de la Universidad, y también su motivación para culminar mi carrera. A mis hermanas Iris López de Solís y Silvia López de Gutiérrez por toda su colaboración en diferentes aspectos y momentos de toda mi vida, para poder llegar y culminar mi carrera.

A mi novio Gerardo Ernesto Martel Miranda, quien a la vez es mi colega. Agradezco a Dios por coincidir en nuestros caminos y poder decir somos un noviazgo que nos hemos apoyado en toda la carrera universitaria, en nuestras tareas, exposiciones o con apoyo moral. Gracias por todo su tiempo y dedicación para que juntos pudiéramos decir con orgullo Hemos culminado juntos nuestra Licenciatura en

## Educación Física.

Agradecimientos especiales a los Docentes Universitarios quienes fueron parte de mis enseñanzas y forjaron mis conocimientos tanto teóricos y prácticos durante los años de estudio en la Universidad de El Salvador. También doy gracias a todas aquellas personas que apoyaron mi proceso de formación profesional.

También a todos mis familiares que de una u otra forma me han mostrado su cariño y apoyo.

## **AGRADECIMIENTOS**

**Gerardo Ernesto Martel Miranda**



El presente trabajo de graduación Diplomado en Dirección y Gestión Deportiva, se lo dedico a DIOS y la virgen quienes son mis guías y mis mentores para poder llegar a culminar este logro en mi vida. Y que durante todos los años de mi carrera siempre me dieron las fuerzas para seguir adelante.

Seguido darle gracias a mi madre Ángela Carolina Miranda Morales quien si ella nunca hubiera podido conseguir este gran logro en mi vida. Con todo su apoyo, sacrificio y esfuerzo hacia mí, solo tengo palabras de agradecimiento y siempre estarle agradecido por sus consejos y sus valores para poder ser la persona que soy en día.

A mis abuelos quienes son unos ángeles que desde el cielo están muy orgullosos de ver que todo el esfuerzo que ellos dedicaron hacia mí fue correspondido con este gran logro que sin ellos sería imposible haberlo conseguido. Ellos Soledad Angélica Ramírez Morales y Gilberto Alfaro Pérez son mis ángeles de la guarda al igual que mi tía Dorita Josefina Ramírez morales quien también es un ángel que forjo el camino para que yo pudiera llegar a este momento y que sé que desde el cielo ella está muy orgullosa de mí.

A todos los miembros de mi familia también son parte de este logro que sin

ellos tampoco fuera posible agradecerle a mi tía Caridad de Ayala por todo su esfuerzo y sacrificio que me dio para poder terminar mi carrera siempre le estaré agradecido. Ha mi hermana Claudia Miranda quien también siempre me ha dado su apoyo para poder crecer y llegar a culminar mi carrera universitaria.

A mi novia Sandra Marlene López Guardado quien ha sido mi compañera en este viaje que desde el primer momento que nos conocimos en esta carrera que nos unió ha sido mi fortaleza y mi todo para poder lograr superar todas las adversidades que nos hemos enfrentado en esta carrera que sin el apoyo que ha sido mutuo no fuese podido graduarnos juntos y a si disfrutar de esta hermosa oportunidad que Dios y la Virgen nos dio para poder culminar nuestra carrera universitaria juntos.

Agradecer a todos los Docentes que fueron una parte importante, que en cada enseñanza fue un peldaño más para poder llegar al objetivo final y que siempre dieron lo mejor para poder formar a un profesional más.

## INDICE

Autoridades De La Universidad De El Salvador .....	ii
AGRADECIMIENTOS .....	iv
RESÚMEN .....	x
INTRODUCCIÓN: .....	xi
JUSTIFICACION .....	xiii
OBJETIVOS .....	xv
<b>Objetivo General:</b> .....	xv
<b>Objetivos Específicos:</b> .....	xvi
DESCRIPCION DE ACTIVIDADES DESARROLLADAS .....	xvii
CONCLUSIONES .....	xix
RECOMENDACIONES .....	xxi
CAPITULO N° I .....	22
<b>1.1 DATOS HISTÓRICOS</b> .....	22
1.1.2 FODA.....	25
1.1.3 MÉTODO CANVAS .....	26
1.1.4 LOS CANALES.....	27
1.1.5 FLUJO DE INGRESOS.....	27
1.1.6 RECURSOS CLAVES .....	28
1.1.7 ACTIVIDADES CLAVES .....	29
1.1.8 RED DE PARTNER .....	29
1.1.9 ESTRUCTURA DE COSTOS.....	30
<b>1.2 HERRAMIENTAS A UTILIZAR</b> .....	30
1.2.1 ANALISIS DE SUS FACTORES 5 FUERZAS.....	30
<b>1.3 RAZONES FINANCIERAS</b> .....	31
CAPITULO N° 2 PLAN DE MARKETING .....	32
<b>2.1 DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN:</b> .....	32
2.1.1 Entorno General .....	32
2.1.2 Avances tecnológicos de EL SALVADOR .....	33
2.1.3 Contexto político de EL SALVADOR .....	33
2.1.4 Entorno sectorial .....	34
2.1.5 Entorno competitivo.....	35
<b>2.2 MERCADO</b> .....	35
2.2.1 Público objetivo .....	35
<b>2.3 FIJACIÓN DE OBJETIVOS</b> .....	36
2.3.1 Estrategias y tácticas .....	36
2.3.2 Nuevos segmentos de clientes.....	36



2.3.3 Identificar las herramientas que puede usarse con eficacia.....	36
2.3.4 Segmentación.....	38
2.3.5 Posicionamiento:.....	38
<b>2.4 MARKETING MIX.....</b>	<b>38</b>
2.4.1 Producto:.....	38
2.4.2 Precio:.....	39
2.4.3 Plaza:.....	39
2.4.4 Promoción:.....	40
2.4.5 Promociones y ofertas Aumentar los beneficios.....	40
2.4.6 Plan de acción.....	40
<b>2.5 IDENTIFICAR FALLAS.....</b>	<b>41</b>
2.5.1 Supervisión.....	41
2.5.2 Presupuesto:.....	42
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>43</b>
<b>3.1 DATOS IMPORTANTES.....</b>	<b>43</b>
<b>3.2 PAPEL DEL PATROCINADOR.....</b>	<b>44</b>
3.2.1 Patrocinadores elegidos:.....	45
<b>3.3 RELATO PERSUASIVO.....</b>	<b>45</b>
<b>3.4 RESULTADOS ESPERADOS.....</b>	<b>46</b>
<b>3.5 PUBLICO OBJETIVO.....</b>	<b>47</b>
<b>CAPITULO IV.....</b>	<b>48</b>
<b>HÁBITOS DEPORTIVOS.....</b>	<b>48</b>
<b>PERSONAL A CARGO DE USUARIOS.....</b>	<b>50</b>
<b>COMODIDAD O SATISFACCION DEL USUARIO.....</b>	<b>51</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....</b>	<b>52</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>53</b>
<b>ANEXO A. RESULTADOS DE ENCUESTA.....</b>	<b>54</b>
<b>ANEXO B. DATOS DEL PUBLICO OBJETIVO.....</b>	<b>64</b>
<b>ANEXO C. CRONOGRAMA.....</b>	<b>65</b>
<b>ANEXO D. PRESUPUESTO DEL PLAN DE PATROCINIO.....</b>	<b>67</b>
<b>ANEXO E. FOTOGRAFÍAS DE LAS CLASES EN LINEA.....</b>	<b>68</b>

## RESÚMEN

Actualmente la vida rutinaria en la mayor parte de la población incluyendo diferentes géneros, y de áreas laborales, educativas, o que realizan diversas actividades diarias, viven absorbidas por sus ocupaciones quedándoles poco tiempo libre para realizar algún tipo de ejercicio físico en beneficio de su organismo.

Diversos estudios han demostrado que la actividad física contribuye al mejoramiento de la salud, en la prevención de enfermedades, disminución de sintomatología por el padecimiento de las mismas; en este sentido apalea los dolores por medio del fortalecimiento de las áreas, músculos, o partes del cuerpo que sienten perjudicadas por alguna enfermedad.

La empresa Ritmo y Vida Saludable ha sido creada con la finalidad que las personas que no poseen tiempo de acudir a algún gimnasio o lugar específico a realizar actividad física puedan ejercitarse por medio de una plataforma virtual diariamente, desde la comodidad de su hogar.

Además se busca contribuir con el medio ambiente utilizando herramientas recicladas en la realización de los ejercicios, planeando, organizando y llevando a cabo sesiones de entrenamiento diarias con implementos adecuados.

De esta forma se innova utilizando la tecnología para beneficio de la salud de toda la población interesada en realizar actividad física virtual, guiado por profesionales en el área de Educación Física Deporte y Recreación.

**Palabras claves:** vida saludable, actividad física en línea, plataformas digitales (Google Meet), sesiones de entrenamiento virtuales, deporte por medio de herramientas digitales.

## **INTRODUCCIÓN:**

En la actualidad nos encontramos muy marcados por la tecnología y las redes sociales, por ende las personas quieren estar a la moda de seguir tendencias; en vista de lo anterior mencionado se pensó aprovechar las dichas tendencias tecnológicas para crear la empresa Ritmo y Vida Saludable modalidad Virtual. Los diferentes gimnasios, personal Trainers, profesionales, coach en línea, influencers que en la actualidad se promocionan en las diferentes redes sociales, y que muchas veces tienen gran demanda por ser figuras públicas conocidas de la farándula de la televisión.

La empresa Ritmo y Vida saludable fue creada con el objetivo de llegar hasta la comodidad de residencia o lugares de trabajo a personas que no cuentan con el tiempo necesario para acudir a ejercitarse en un gimnasio o lugar específico.

Es por eso que se busca innovar frecuentemente para mantener la atención y asistencia de los clientes, con ejercicios llamativos, o con charlas de interés por parte de un profesional en nutrición y quien constantemente está brindándoles Tips nutricionales a los participantes, y también una debida rutina de ejercicios enfocado a la necesidad que cada cliente busca mejorar.

La empresa Ritmo y Vida Saludable está dirigido a población interna y externa de la Universidad de El Salvador incluyen estudiantes, trabajadores y al público en general que tenga el deseo de realizar actividad física mediante una plataforma virtual desde la comodidad de su hogar u oficina, ya que generalmente por su trabajo o estudio se ven limitados en asistir a algún centro de gimnasio o salir a realizar alguna actividad física.

Algunos participantes que padecen de enfermedades crónicas metabólicas como Hipertensión arterial, Diabetes Mellitus tipo 2, Dislipidemia y Obesidad, sedentarismo, ansiedad, sobrepeso, buscan mejorar su condición de salud por medio de la actividad física, prevenir lesiones a futuro y sentirse más felices realizando actividad física. La empresa Ritmo y Vida Saludable ha innovado con la

implementación de sesiones en las cuales se darán diferentes dinámicas, ejercicios actividades físicas y charlas, ejercicios con el propio cuerpo, rutinas de baile, previamente organizadas y debidamente enfocadas para la salud tanto física y mental de todos los participantes.

Cada una de las sesiones ayudaran a mejorar los hábitos de la actividad física diaria que las personas deben de tener para evitar enfermedades por ejemplo las cardíacas, diabetes y evitar de gran manera el sedentarismo por extenuantes rutinas de trabajo. Es importante poder llevar un equilibrio entre actividad física y alimentación para tener un buen estilo saludable, por lo tanto la empresa Ritmo y Vida Saludable se ha asociado con un nutricionista y dietista para llevar debidos controles a los clientes. Esto fomentará a mejorar su alimentación con frutas, verduras y una adecuada hidratación.

Por otra parte destacamos la importancia que tiene la realización de actividad física para el organismo ya que se liberan endorfinas y esto contribuye a una sensación de felicidad y plenitud, es decir hacer actividad física brinda salud física, mental, emocional. Sin importar la edad el realizar actividad física aumenta los niveles de felicidad y contribuye a evitar enfermedades, o mejorar los síntomas de las mismas.

Las rutinas se llevan a cabo a las diferentes poblaciones que tengan interés y cuenten con un Smartphone, Tablet, computador y cualquier otra herramienta con conexión a internet con jornadas de entrenamiento para paliar un poco la sensación de estrés, ansiedad, aliviar escalonadamente sintomatología propia de enfermedades. Para lograr resultados esperados es importante realizar actividad física y llevar control de su alimentación con un nutricionista, por lo tanto en la empresa Ritmo y Vida Saludable encontrará todo lo que necesita para sentirse más saludable.

## JUSTIFICACION

La importancia de la actividad física para la salud es inmensa ya que nos previene muchas enfermedades o también reduce significativamente los padecimientos propios de edad y degenerativos. La práctica de ejercicio ayuda a combatir enfermedades cardiovasculares, problemas de hipertensión, colesterol, sobrepeso y otros padecimientos.

Es necesario mantener un programa de detección precoz de las enfermedades crónica metabólica, sobre todo en las personas con factores de riesgo: obesidad, sedentarismo, tabaquismo. La Hipertensión Arterial y Diabetes Mellitus producen daños a órganos como el corazón, cerebro, riñón y retina, pueden pasar asintomáticas por mucho tiempo y causar daños irreversibles a estos órganos, por ello se debe contar con atención profesional y estar en un debido control.

A través de la actividad física y rutinas propias que han sido organizadas para la prevención de ese tipo de enfermedades y mejorar la calidad de vida del ser humano. Es por eso que se han creado diferentes sesiones que van destinadas según la necesidad de cada cliente para ayudarlo con su condición de salud.

En el contexto Social la empresa Ritmo y Vida Saludable está destinada para que puedan unirse toda la población en general, principalmente rubro de trabajadores quienes pasan arduas horas de trabajo laboral, o las personas que en sus casas cuidan a sus familiares al pendiente de ellos todo el día y por ende no pueden asistir a algún gimnasio o lugar de esparcimiento, a los estudiantes y personas en general tanto internas y externas a la Universidad de El Salvador que deseen obtener una sesión de entrenamiento diaria y mejorar su condición física.

En el área Deportiva se atenderá y dirigirá aquella persona que desee mantener su peso, o busque ejercitarse de forma virtual con profesionales en Educación física, brindando sesiones de mantenimiento muscular y aeróbico.

La empresa Ritmo y vida saludable brinda rutinas familiares por lo cual no existe límite de edad para poder ejercitarse y unirse a formar parte de las rutinas. Es importante destacar que cada sesión está acorde a la necesidad que el cliente posee, de esta forma se contribuye a que los clientes mejoren su salud física, emocional, mental, ya que por medio de la actividad física se liberan endorfinas y esto crea sensación de felicidad, confortamiento.

La mejor parte que los horarios son totalmente adaptables y benefician a personas estudiantes o trabajadoras, y los planes de inscripción totalmente al alcance económico con servicios totalmente profesionales.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General:**

- Se demostró a los clientes que con actividad física, asesoría y plan nutricional, se lograron mejores resultados en el peso corporal y mejoramiento del IMC comparados con el inicial, contribuyendo a su bienestar y salud, con los diferentes planes de rutinas físicas de la empresa Ritmo y Vida Saludable, asimismo los beneficios que se obtuvieron al realizar actividad física de forma virtual y tener una completa asesoría de profesionales en Educación Física y Nutrición.

**Objetivos Específicos:**

- Se Mantuvo la atención y asistencia de los participantes con un adecuado plan de ejercicios y charlas para su mejor rendimiento físico.
- El número de participantes inscritos mensualmente en la empresa Ritmo y Vida Saludable, se incrementó por lo menos 2 personas nuevas cada mes.
- Se realizaron pruebas de test físicos cada tres meses para verificar el progreso de los clientes.



## DESCRIPCION DE ACTIVIDADES DESARROLLADAS

- La Empresa Ritmo Y Vida Saludable realizó las siguientes actividades en cada una de las rutinas.
- En modalidad virtual se realizaron sesiones de entrenamiento de lunes a viernes con duración de 1 hora diaria, para el desarrollo de las actividades en los horarios de 7 a 8 p.m.
- Las reuniones se realizaron mediante las aplicaciones Google Meet
- Se tomaron datos a los nuevos clientes para llenar una ficha física saludable (peso, edad, medida de cintura, nombre). Posteriormente se retomaron los datos para evaluar el progreso de los mismos.
- En cada sesión se brindaron charlas sobre la importancia de actividad física y deporte.
- Cada día se abordó la temática a realizar, explicación y asimismo los beneficios al ejecutarlo.
- Se contó con la intervención de un profesional en nutrición, que brindó Tips importantes para mejorar la salud de los participantes.
- En cada sesión se realizaron ejercicios específicos para lograr cumplir con las metas planteadas.
- Las sesiones se desarrollaron de manera recreativa y lúdica.
- Cada semana se trabajó con fundamentos específicos, yendo de lo más simple a lo complejo.

- Se elaboró y registró sello formal de la empresa
- Asesoría instantánea mediante App de WhatsApp
- Adaptación de horarios flexibles para clases
- Realización de clases con materiales reciclados
- Toma y realización de Test físicos

## CONCLUSIONES

Como estudiantes Egresados de la Licenciatura en Ciencias de la Educación Especialidad Educación Física, Deporte y Recreación, y del Diplomado en Dirección y Gestión Deportiva, hemos contribuido a mejorar el estado físico y de salud de cada uno de los clientes de la empresa Ritmo y Vida Saludable, además de prevenir los posibles padecimientos como factores de riesgos de enfermedades crónicas metabólicas como hipertensión arterial, Diábetes Miellitus tipo 2, Dislipidemia y Obesidad, entre otras.

El estilo de vida que generalmente tenían los clientes muy absorbidos por su carga laboral no les permitía tener el debido tiempo para poder realizar sus actividades de ejercicio diariamente, ya que la mayor parte del día pasaban laborando y al llegar a sus hogares y se ocupaban de sus quehaceres o para descansar. Esto contribuía a que se volvieran sedentarios, consumiendo mala alimentación, mayor ingesta de alimentos, consumo desmedidos y altos en azúcares.

Es por eso que Llevar un equilibrio entre actividad física y una buena alimentación les permitió mejorar su estado de salud, prevenir enfermedades, o aliviar los dolores o padecimientos de factores de riesgo de las mismas. Un adecuado plan de ejercicios y charlas para mejorar su rendimiento físico, contribuyó a realizar actividad física diaria, ya que es importante llevar un equilibrio entre ejercicio físico y también la parte alimenticia incluyendo el consumo de frutas, verduras y consumo de agua, esto proporcionó las energías para optimizar el rendimiento durante la práctica de ejercicios. La realización de sesiones entretenidas y recreativas incentivaron a los participantes a continuar realizando actividad física y así lograron mejorar su estilo de vida, prevenir enfermedades, sintiéndose felices y motivados.

En cada una de las rutinas se pudo observar el empeño y mejoría que cada participante obtuvo tanto en su condición física, movilidad, coordinación, fuerza, capacidad de reacción, y asimismo el mejorar el peso y su IMC.

La actividad física necesita además ser complementada de una buena alimentación y asesoría nutricional adecuada para poder conseguir los resultados esperados y planteados. Con la empresa Ritmo y Vida Saludable los clientes obtuvieron todos estos beneficios por parte de profesionales, logrando mejorar en todos los aspectos de su salud y bienestar físico, integral.

## RECOMENDACIONES

- Como estudiantes Egresados de la Licenciatura en Ciencias de la Educación Especialidad Educación Física, Deporte y Recreación, recomendamos a cada uno de los clientes:
- Continuar con los ejercicios que se dieron en cada sesión para seguir trabajando las cualidades físicas básicas, y no perder los buenos resultados obtenidos en cada una de las personas participantes.
- Fomentar caminar o correr diariamente para evitar muchas enfermedades generadas por el sedentarismo, y así seguir con buen estado físico y una vida más saludable.
- A los clientes de la empresa que incrementen en su dieta el consumo de frutas y verduras, hidratarse antes, durante, y después de realizar actividad física.
- También se recomienda a la población en general realizar por lo menos 30 minutos de actividad física diaria.
- A los colegas Lic. En Educación Física a que se motiven con este tipo de clases virtuales dándose a conocer por medios digitales.
- A la Universidad de El Salvador a que se continúe con los Diplomados en Dirección y Gestión Deportiva.

## **CAPITULO N° I**

### **PRESENTACION DE ESTRATEGIA COMERCIAL**

#### **1.1 DATOS HISTÓRICOS**

La empresa RITMO Y VIDA SALUDABLE fue creada con la finalidad de contribuir a mejorar la condición de vida de las personas que estudian y laboran en la Universidad de El Salvador, o a nivel externo. Debido a que la mayor parte de personas no tienen el tiempo suficiente, o los recursos para asistir a un gimnasio, o clases personalizadas y llevan una vida sedentaria; es por eso que como educadores físicos se busca la manera de beneficiar a toda la población que tenga deseos de hacer actividad física una hora diaria mediante la plataforma digital Google Meet.

Las clases son completamente gratuitas y está abierto para hombres y mujeres de todas las edades, y se busca beneficiar a población interna incluyen estudiantes, trabajadores o población externa a la Universidad de El Salvador que padecen de enfermedades crónicas metabólicas como Hipertensión arterial, Diabetes Miellitus tipo 2, Dislipidemia y Obesidad, sedentarismo, y abierto al público que tenga el deseo de realizar actividad física mediante una plataforma virtual desde la comodidad de su hogar u oficina, ya que generalmente por su trabajo o estudio se ven limitados en asistir a algún centro de gimnasio o salir a realizar alguna actividad física.

Con la ayuda de los estudiantes de la Licenciatura en Ciencias de la Educación Especialidad Educación Física, Deporte y Recreación de la Universidad de El Salvador la ejecución de este proyecto traerá muchos beneficios a todos los participantes con la implementación de sesiones en las cuales se darán diferentes dinámicas, ejercicios actividades físicas y charlas, ejercicios con el propio cuerpo, rutinas de baile que serán previamente organizadas y debidamente enfocadas para la salud tanto física y mental de todos los participantes.

Todas estas sesiones ayudaran mejorar los hábitos de la actividad física diaria

que las personas deben de tener para evitar enfermedades por ejemplo las cardíacas, diabetes y evitar de gran manera el sedentarismo por extenuantes rutinas de trabajo. Es importante poder llevar un equilibrio entre actividad física y alimentación para tener un buen estilo saludable, por lo tanto hemos solicitado la colaboración de un profesional en nutrición quien estará brindando tips nutricionales 3 veces por semana a los participantes, esto motivará a mejorar su alimentación con frutas, verduras y una adecuada hidratación.

Por otra parte destacamos la importancia que tiene la realización de actividad física para el organismo ya que se liberan endorfinas y esto contribuye a una sensación de felicidad y plenitud, es decir hacer actividad física brinda salud física, mental, emocional. Sin importar la edad el realizar actividad física aumenta los niveles de felicidad y contribuye a evitar enfermedades, o mejorar los síntomas de las mismas.

Fecha de fundación de la empresa: La empresa inició la creación de su plan desde el mes de marzo 2021, iniciando formalmente las clases desde el 19 de marzo 2021, y se prevé tendrá una duración de cuatro meses.

Creadores: estudiantes Egresados de la Licenciatura en Ciencias de la Educación Especialidad Educación Física Deporte y Recreación de la Universidad de El Salvador.

- Sandra Marlene López Guardado

-Gerardo Ernesto Martel Miranda

Slogan: “Tu Salud es lo más importante”

## DISEÑO



## MISION

Brindar una atención integral y motivadora para la realización de prácticas deportivas por medio de la plataforma virtual, garantizando la pertinencia y diversificación de estrategias de ejercitación física. Asimismo, ofertar servicios de seguimiento y evaluación constante, que permitan optimizar niveles de salud integral de la comunidad usuaria.

## VISION

Aspirar ser una empresa innovadora en el ámbito deportivo, promoviendo actividades físicas por medio de plataformas que permitan la accesibilidad y despierte motivos en la población para integrarse al grupo de participantes activos y constantes en las jornadas de ejercitación virtual.



### 1.1.2 FODA

#### FORTALEZAS

- Se realiza de forma virtual el proyecto
- Comodidad de los participantes desde su hogar para realizar los ejercicios
- El horario de 8 p.m. se adapta para que todas las personas puedan conectarse y no tengan ninguna interferencia con su trabajo o estudio.
- Solventar dudas en el momento
- Abiertos a cualquier duda o consulta de los participantes
- Innovación en los ejercicios o rutinas

#### OPORTUNIDADES

- Abierto a población en general interna y externa de la Universidad de El Salvador
- Que los participantes mejoren su condición física con actividad física
- Realizar actividad física a un horario nocturno conveniente
- Tener guía de ejercicios dirigidos por profesores profesionales en educación física
- Asesoría nutricional por parte de profesional en nutrición
- Proyecto gratuito a los participantes

#### DEBILIDADES

- Pocos recursos deportivos en el hogar
- La asistencia de participantes es variable
- Ocasionalmente disminuye asistencia de participantes
- La señal de internet inestable
- No todos los participantes encienden la cámara para observar su desempeño en la ejecución de los ejercicios.

- Publicidad limitada

## AMENAZAS

- La época lluviosa provoca que la señal de internet sea más débil y hayan cortes de energía eléctrica, los cuales son indispensables para realizar las sesiones en línea.
- Que los participantes abandonen la asistencia.

### 1.1.3 MÉTODO CANVAS

#### 1.1.3.1 BLOQUE DE CLIENTES, ALCANCE DE LA FRANQUISIA:

**Variables demográficas:** abierto a toda población para hombres y mujeres sin límite de edad, además está dirigido a personas internas y externas de la Universidad de El Salvador, personas profesionales que disponen de poco tiempo para ejercitarse en gimnasios.

**Variables psicológicas:** personas que deseen mejorar su condición física y mental a través de la actividad física.

#### 1.1.3.2 PROPUESTA DE VALOR

Set de productos y/o servicios que crean valor para su segmento.

- La empresa Ritmo y Vida Saludable ofrece:
- Ambiente agradable
- Cada día se realizan ejercicios variados
- Cada semana se trabaja un fundamento distinto con la finalidad de llevar un mejor progreso y se trabajen todas las áreas físicas y motrices escalonadamente
- Todas las sesiones han sido elaboradas por profesionales en educación física deporte y recreación

- La oportunidad de tener una adecuada asesoría por parte de un profesional en nutrición
- Mejorar su condición física y mental a través de la realización de actividad física
- Satisfacción, puesto que está comprobado que el realizar ejercicio incrementa la felicidad y sensación de satisfacción.

#### **1.1.3.3 RELACIÓN CON CLIENTES:**

- Describe los tipos de relaciones que la franquicia establece con su segmento.
- Brinda una atención integral a los participantes, con un plan de trabajo y diagnóstico que ha sido elaborado previamente.
- Se realizan sesiones alegres, rutinas de baile, aeróbicos, también los integrantes del proyecto participan al elegir cual es el ritmo que más les llama la atención para realizar la rutina de baile los días viernes.

#### **1.1.4 LOS CANALES**

- Describen como la compañía comunica y llega a su segmento, para entregar su propuesta de valor.
- Utiliza campañas de comunicación a través de redes sociales:
- Fan page Atención Integral de Actividad Física Y Deporte En Línea
- Whatsapp (se cuenta con un grupo en esta aplicación para comunicar información al respecto del proyecto)
- Afiches que se colocaron en puntos estratégicos

#### **1.1.5 FLUJO DE INGRESOS**

Proveniente de los distintos segmentos de clientes

- El proyecto “Atención Integral de Actividad Física Y Deporte En Línea” brinda las siguientes alternativas de actividad física:
- Sesiones diarias de ejercicios físicos con pesas utilizando botellas con agua, o

mancuernas

- Ejercicios aeróbicos
- Ejercicios cardiovasculares
- Ejercicios de recreación
- Rutinas de aeróbicos
- Rutinas de bailes
- Ejercicios de velocidad, fuerza, flexibilidad, resistencia
- Charlas de recomendaciones de temas de salud, y ejercicios

### **1.1.6 RECURSOS CLAVES**

Describen los elementos más importantes que se requieren para que el modelo de negocios funcione.

#### **Recursos Humanos:**

Gerardo Ernesto Martel Miranda

Sandra Marlene López Guardado

Lic. Gino García (colaborador y asesor de nutrición)

#### **Materia prima**

Smartphone, Tablet, computadora o cualquier dispositivo con conexión a internet, aros, pelotas, conos, bandas elásticas, mancuernas, salta cuerdas.

Cronómetro. Materiales reciclados para realizar las clases tales como botellas con agua, páginas de papel, cuerdas, Colchoneta, alfombra o toalla.

#### **Infraestructura física**

Los hogares de cada participante, desde donde pueda conectarse a las sesiones diarias siempre y cuando tenga conexión a internet y la aplicación Meet en la que se realizan las rutinas diarias.

#### **Recurso económico**

Se estima el proyecto tiene un costo de \$400 para su ejecución.

### 1.1.7 ACTIVIDADES CLAVES

**Recurso Humano:** los profesores están en constante capacitación e innovación indagando acerca de ejercicios modernos, se pretende motivar a los participantes.

**Materia prima:** se busca realizar las sesiones con objetos o materiales que la mayoría de participantes tengan, y en la mayor parte de ocasiones se solicitan materiales reciclados para la realización de las mismas por ejemplo botellas plásticas con agua simulando pesas.

**Infraestructura física:** contar con un espacio físico en el hogar en el cual esté libre de cualquier obstáculo y que le permita realizar las sesiones de la manera más cómoda posible.

**Recurso económico:** contar con una previa inversión de los materiales con los que se iniciará a realizar el proyecto, así mismo el consumo de internet y los costos que éste último implica.

**Estructura organizativa:** no se contaba con modelo de proyecto. Por lo tanto todo El proyecto fue elaborado por los profesores en Educación Física, para beneficiar a la población que tiene limitado De esta forma se trata de colaborar a me brindándoles sesiones diarias en horario conveniente nocturno diariamente. De acorde a las necesidades del modelo de proyecto.

### 1.1.8 RED DE PARTNER

Describen las alianzas más importantes que se requieren para que el modelo de

negocios funcione

### **Alianzas estratégicas:**

En nuestro caso por ser un proyecto totalmente gratuito no se cuenta con alianzas que busquen beneficiarse económicamente.

Pero se tiene una alianza en similitud de cooperación con un profesional en Nutrición, Lic. Gino García.

### **1.1.9 ESTRUCTURA DE COSTOS**

Describen los costos que debemos incurrir para operar el modelo de negocios.

#### **Estructura de costos variables**

Servicios básicos (internet, energía Eléctrica)

#### **Estructura de costos variables**

Materia prima (papelería, materiales, implementos deportivos)

## **1.2 HERRAMIENTAS A UTILIZAR**

### **1.2.1 ANALISIS DE SUS FACTORES 5 FUERZAS**

Posee en general, PODER DE MOTIVACION HACIA LOS PARTICIPANTES PARA QUE INCLUYAN A NUEVOS INTEGRANTES AL GRUPO, ya que pueden incluir a sus Amistades, Familiares. El proyecto es totalmente gratuito para población en general.

Tiene COMPETENCIA DE GIMNASIOS: Be fit, Coach gim, Smart fit, Otros. Ya que algunos participantes prefieren una rutina complete en máquinas o acudir a instalaciones a realizar ejercicios con personal que muchas veces no están totalmente capacitados.

Tiene como finalidad MANTENER UNA ADECUADA INNOVACION EN LAS RUTINAS Y SESIONES Y TIPS DE NUTRICION, esto contribuye a que las

personas se sientan motivadas en las ejecuciones de las sesiones y no desistan del proyecto. Por otra parte también se busca beneficiar a la población participante con salud física y mental.

### **1.3 RAZONES FINANCIERAS**

- Análisis en base al costo y venta por tipo de producto
- Promociones
- Descuentos
- Matricula gratis
- Promociones

## **CAPITULO N° 2**

### **PLAN DE MARKETING**

#### **2.1 DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN:**

##### **2.1.1 Entorno General**

El salvador es un país que ha atravesado diferentes factores y situaciones a lo largo del tiempo, por mencionar algunos: terremotos, guerras, tormentas, inundaciones las cuales han afectado grandemente la economía, progreso entre otros. El más reciente acontecimiento que se encuentra atravesando el país es la Pandemia por coronavirus que desde diciembre del año 2019 ha impactado a casi todos los países del mundo, nuestro país no ha sido la excepción.

Dicha pandemia ha puesto a prueba a personal de salud, policías, docentes, trabajadores y personas civiles en general, ya que todas han sido afectadas por las cuarentenas, salud, falta de recursos, y diferentes limitantes.

El país tuvo recientemente una moderada reducción de la pobreza. Medida por la línea de US\$5,5 por persona por día, la tasa de pobreza disminuyó del 39 por ciento en 2007 al 29 por ciento en 2017. La pobreza extrema (US\$3,2 por persona por día) también disminuyó del 15 por ciento al 8,5 por ciento durante el mismo período. El Salvador también se convirtió en un país más igualitario en los últimos años, con el segundo nivel más alto de igualdad en América Latina y el Caribe, después de Uruguay, a la par del promedio mundial.

Sin embargo, la pandemia de la COVID-19 tendrá un impacto negativo significativo, aun cuando El Salvador fue el país de Centroamérica que más rápido adoptó fuertes medidas de contención contra el brote y sigue siendo uno de los países menos afectados en la región. El crimen y la violencia también han sido una amenaza para el desarrollo social y el crecimiento económico en El Salvador y están entre los principales motivos para que muchos salvadoreños migren. Sin embargo, las tasas de



homicidios se han reducido drásticamente desde agosto de 2019, posicionando los indicadores de violencia del país hacia el promedio regional.

El país también tiene alta exposición al riesgo de eventos naturales adversos, incluidos terremotos y erupciones volcánicas. También es altamente vulnerable a los impactos del cambio climático, incluido el aumento de inundaciones, sequías y tormentas tropicales.

### **2.1.2 Avances tecnológicos de EL SALVADOR**

En las dos últimas décadas, el avance en las tecnologías de la comunicación y de la información (TIC) ha permeado casi todas las esferas de la vida social. Gracias al desarrollo tecnológico, se han incrementado de forma exponencial las capacidades de generar información, al igual que la de transmitirla en mayor cantidad y en menos tiempo. Este ambiente cargado de información y de innovaciones continuas es el entorno en el que la educación, los docentes, los estudiantes y la sociedad están inmersos.

En la denominada sociedad de la información y el conocimiento, los recursos tecnológicos disponibles han generado un terreno fértil para el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico y creativo, en especial aquellos con carácter interactivo que posibilitan la construcción, la modificación y el intercambio de información y herramientas digitales.

### **2.1.3 Contexto político de EL SALVADOR**

Se encuentra en un momento en el cual el Gobierno actual enfrenta una serie de ataques y de discusiones política de parte de la oposición. La cual trae problemas a la población salvadoreña, el cual en muchos momentos frena el desarrollo de obras las cuales benefician al país o bloqueos en el apartado de la salud la cual se ve afectada de

gran manera por la pandemia de Covid 19 que no solo se enfrenta el país sino todo el mundo.

#### **2.1.4 Entorno sectorial**

La empresa Ritmo y Vida Saludable está dirigido a población interna y externa de la Universidad de El Salvador que padecen de enfermedades crónicas metabólicas como Hipertensión arterial, Diabetes Mellitus tipo 2, Dislipidemia y Obesidad, sedentarismo. Abierto al público que tenga el deseo de realizar actividad física mediante una plataforma virtual desde la comodidad de su hogar u oficina, ya que generalmente por su trabajo o estudio se ven limitados en asistir a algún centro de gimnasio o salir a realizar alguna actividad física.

En la actualidad nos encontramos muy marcados por la tecnología y las redes sociales, por ende todas las personas quieren estar a la moda de seguir tendencias; en vista de lo anterior mencionado se pensó aprovechar las últimas tendencias para crear la empresa Ritmo y Vida Saludable modalidad Virtual.

Los diferentes gimnasios, personal trainers, coach profesionales, coach en línea, influencias que en la actualidad se promocionan en las diferentes redes sociales, y que muchas veces tienen gran demanda por ser figuras públicas conocidas de la farándula de la televisión.

La empresa considera a la competencia un factor importante desde el punto de vista que se está innovando frecuentemente para mantener la atención y asistencia de los participantes, con ejercicios llamativos, o con charlas de interés al público y además las charlas por parte de un profesional en nutrición que constantemente está brindándole tips nutricionales a los participantes, y lo mejor de todo que toda la asesoría y rutinas son gratuitas.

### **2.1.5 Entorno competitivo**

La competencia hoy en día es muy fuerte ya que se cuentan con muchos coach, o entrenadores personales bajo la modalidad en línea que prometen bajar de peso en tiempo record, o también ofrecen los famosos retos de 30 días ejercitándose de forma inadecuada la mayoría de veces, con cierta influencia de personajes de farándula de la televisión y a las personas les resulta muy atractivo e interesante acudir a ellos, incluso pagando mensualidades costosas.

En la mayoría de los casos no tienen certificaciones o estudios sobre educación física en sí, sino que solamente conocimientos empíricos y adquiridos en sus prácticas. Un claro ejemplo es la reconocida empresaria y ex presentadora de programas televisivos María José Alger, quien ha formado una empresa de Coss Fitt, y también imparte clases personalizadas en línea. Ella es un claro ejemplo que la popularidad y el dinero pueden realizar cualquier proyecto por encima de sus certificaciones o titulaciones.

Por otra parte también se encuentran los diferentes gimnasios que también representarían una competencia a la empresa ritmo y vida saludable.

## **2.2 MERCADO**

- Estrategia 1. Realizar ejercicios con artículos reciclados en el hogar

### **2.2.1 Público objetivo**

**Buyer persona:** Abierto a toda población para hombres y mujeres sin límite de edad, personas internas y externas de la Universidad de El Salvador, personas profesionales y amas de casa que disponen de poco tiempo para ejercitarse en gimnasios o salir a hacer ejercicios por su cuenta al aire libre, que deseen mejorar su condición física y mental a través de la actividad física.

## **2.3 FIJACIÓN DE OBJETIVOS**

- Mantener la atención y asistencia de los participantes con un adecuado plan de ejercicios y charlas para su mejor rendimiento físico.
- Incrementar el número de participantes inscritos mensualmente en la empresa Ritmo y Vida Saludable, por lo menos 2 personas nuevas cada mes.
- Realización de pruebas de test físicos cada tres meses para verificar el progreso de los participantes

### **2.3.1 Estrategias y tácticas**

- Para crecer como empresa es necesario atraer a más público asistente, no es una labor fácil por tal razón contamos con las siguientes estrategias para captar su atención:
- Estrategias de desarrollo de mercado:
- Utilizando la tecnología por medio de redes sociales y de aplicaciones de comunicación las cuales nos brindaran poder alcanzar los siguientes objetivos:

### **2.3.2 Nuevos segmentos de clientes.**

- Ampliar los modelos de pago, ofertas de suscripciones y de paquetes de entrenamiento incrementar opciones de entrenamientos y de atención personalizada en actividad física y nutrición.

### **2.3.3 Identificar las herramientas que puede usarse con eficacia**

Las herramientas con las que se cuenta en la empresa Ritmo y Vida Saludable son implementos deportivos como los siguientes: conos, aros escaleras, pelotas, bandas elásticas, cronómetros y silbatos.

**Herramientas tecnológicas:** celulares, Tablet, computadoras, aplicaciones de

comunicación e internet los cuales son los medios con el cual nos comunicamos con las personas inscritas en la empresa. Ahorrar tiempo y dinero concentrando recursos. (Realizar clases con instrumentos reciclados del hogar)

Crear materiales reciclados con los cuales se va a trabajar los ejercicios para que las personas inscritas puedan contar con ellos y así no crear un gasto extra para ellos lo cual motivara a seguir en nuestra empresa y les genera un ahorro en material. También encontrar una compañía telefónica la cual ofrezca los mejores planes de datos los cuales sean de bajo costo y de buena señal para poder tener una conexión a internet estable la cual nos permita optimizar el tiempo de duración de cada sesión de entreno. Todos estos recursos tanto deportivos como tecnológicos blindaran una mejor calidad de servicio y de ahorro para que la empresa sea más atractiva para nuestros clientes.

**Diferenciar:** Una de las estrategias la cual nos de esa ventaja sobre las demás competidoras será la atención personalizada la cual se dará a las personas inscritas y la cual se busca que sea de manera eficiente y hacerle sentir a la persona que se le da el trato que necesita para alcanzar sus objetivos.

- La flexibilidad de horarios será otra de las estrategias la cual buscara siempre favorecer a las personas para tener la mayor asistencia posible cada día de entrenamiento.
- Realizar test los cuales nos ayudaran a tener un mejor control en cada participante.
- Las estrategias de comunicación de la empresa se basaran en las redes sociales y canales tecnológicos los cuales brinden un alcance el cual nos permita poder llegar a un número determinado de personas.
- Redes sociales: Plataformas WhatsApp Google Meet

### **2.3.4 Segmentación**

- La empresa Ritmo y Vida Saludable está enfocada en captar atención de toda población (Personas internas y externas de la Universidad de El Salvador)
- Familias enteras, hombres y mujeres sin límite de edad.
- Personas profesionales y amas de casa que disponen de poco tiempo para ejercitarse en gimnasios o salir a hacer ejercicios por su cuenta al aire libre, que deseen mejorar su condición física y mental a través de la actividad física.

### **2.3.5 Posicionamiento:**

- Utilizando las herramientas tecnológicas:
- Aumentar las inscripciones buscando nuevos mercados de población en general.
- Crecer la rentabilidad por cliente reduciendo costos en los materiales y en los planes de conectividad (costos de internet)
- Mejorar el servicio ofrecido con un mayor número de personal capacitado, para aumentar el número de clases al día y así incremental la clientela.

## **2.4 MARKETING MIX**

### **2.4.1 Producto:**

Ejecutar y satisfacer a todos nuestros miembros con el producto que les ofrecemos en cada sesión de trabajo los cuales son los siguientes:

Rutinas de ejercicios adecuadas y personalizadas a cada cliente para satisfacer sus necesidades y cumplir sus expectativas. Mejorar la calidad materiales deportivos y tecnológicos para un mejor desarrollo de cada sesión de ejercicio.

### **2.4.2 Precio:**

Posterior a los 4 meses Gratuitos, establecer un precio que se adapte a las necesidades de la empresa para general ganancias y que sea alcanzable monetariamente para la población la cual se busca que sea miembro de la empresa.

Al igual establecer promociones que ayuden a incrementar ganancias y atraer a más miembros que formen parte de la empresa la cual crecerá para poder dar un mejor servicio a cada miembro con un servicio de calidad, con un costo de \$20 dólares Americanos en concepto de mensualidad, con derecho a clases de lunes a viernes (con asesorías de nutrición incluida).

### **2.4.3 Plaza:**

Buscar las empresas o comercios que nos brinden material de muy buena calidad para luego trabajar con los miembros y que tengan acceso a ellos y así dinamizar de mejor manera la sesión de trabajo. Todo esto utilizando material de buen estado y tecnología que permita no tener ninguna dificultad para acceder a cada sesión de trabajo.

La publicidad tiene que tener un alcance significativo que busque llegar a todo tipo población no solo a un grupo de personas sino que a cada género o cada grupo de edades o cualquier clase social.

Todo esto mediante a publicidad digital por medio de redes sociales de medios de comunicación radiales y televisivos y publicidad de carteles en vía pública. Eventos públicos en el cual se exponga el producto que se ofrecerá en los paquetes de ejercicios en cada sesión de entreno.

Tener una imagen clara y explícita de nuestra empresa un logo que guste y que atraiga a las personas y las motive a ser miembros.

#### **2.4.4 Promoción:**

La publicidad tiene que tener un alcance significativo que busque llegar a todo tipo población no solo a un grupo de personas sino que a cada género o cada grupo de edades o cualquier clase social. Todo esto mediante a publicidad digital por medio de redes sociales de medios de comunicación radiales y televisivos y publicidad de carteles en vía pública.

- Eventos públicos en el cual se exponga el producto que se ofrecerá en los paquetes de ejercicios en cada sesión de entreno.
- Tener una imagen clara y explícita de la empresa.

#### **2.4.5 Promociones y ofertas Aumentar los beneficios**

- Crear beneficios a los miembros los cuales sean atractivos para aumentar miembros de manera mensual para un crecimiento y expansión de la empresa.
- En los primeros 4 meses de la empresa la inscripción y mensualidad será gratuita
- Si se inscriben un grupo de 5 personas se les realizaran un descuento del 15 % en la mensualidad del primer mes (posterior a los 4 gratuitos)
- Cada 4 meses se pondrá una promoción de matrícula al 2x1.
- En el futuro la creación de membresías anuales

#### **2.4.6 Plan de acción**

La empresa Ritmo y Vida saludable mantiene vínculos de comunicación con sus participantes mediante plataforma WhatsApp. La creación del nombre Ritmo y Vida Saludable se eligió con la finalidad que a través del movimiento, rutinas de ejercicio, aeróbicos combinados con una adecuada asesoría por parte del nutricionista juegan una perfecta combinación para atraer a más personas y que formen parte, adicionalmente que los miembros ya inscritos puedan recomendar y sugerir la empresa para más participantes.



Las promociones serán variables dependiendo de la temporada en que se encuentre. En época de inicio de año se colocarán descuentos como el de 2x1 ya que es una época que todos quieren acudir a ponerse en forma para iniciar con nuevos propósitos el año. O también en temporada previa a vacaciones ya que muchos desean bajar de peso y lucir bien en sus ropas de verano.

## **2.5 IDENTIFICAR FALLAS**

Ante el posible abandono de los clientes, reinventarse con más promociones. El posible desinterés de la población, crear planes de ejercitación para niños, jóvenes adultos, según la necesidad para cada grupo. La limitación de recursos económicos para realizar publicidad más grande para promocionar la empresa, utilizar recursos de redes sociales para llegar a más personas.

### **2.5.1 Supervisión**

- Cada participante llevará una ficha física saludable con sus datos, peso, edad. También Se realizan Test de Evaluación físicos, que se llevan en control de cada participante, control de peso cada 2 meses. Para verificar su progreso, verificación en el listado de participantes mensualmente verificando que haya por lo menos 2 participantes nuevos.
- Realización constante de Test Físicos para verificar progreso de los clientes.

### 2.5.2 Presupuesto:

Se estima la inversión de \$400 divididos de la siguiente manera:

<b>Materiales</b>	<b>Valor económico</b>
Laptop y otros dispositivos tecnológicos	\$ 300.00
Bebidas hidratantes	\$ 25.00
Otros materiales de práctica	\$ 20.00
Papelería	\$ 5.00
Internet	\$ 50. 00
<b>Sub-total</b>	<b>\$ 400. 00</b>

## **CAPÍTULO III**

### **PLAN DE PATROCINIO DE LA EMPRESA RITMO Y VIDA SALUDABLE.**

#### **3.1 DATOS IMPORTANTES**

Como estudiantes egresados de la Licenciatura en Ciencias de la Educación Especialidad Educación Física, Deporte y Recreación de la Universidad de El Salvador, Sede Central, actualmente cursando el Diplomado en Dirección y Gestión Deportiva, se nos solicitó buscar una empresa en la cual llevar a cabo las prácticas de los 4 módulos del mismo diplomado.

Por lo tanto, en vista de un futuro profesional y de la carrera, fundamos una empresa que brinde atención con actividad física deportiva a los clientes y que lleve de la mano asesorías nutricionales por parte de un experto en esta área, alas personas necesitadas de realizar rutinas de ejercicios desde la comodidad de su hogar o lugar de trabajo en un horario nocturno conveniente.

La empresa Ritmo y Vida Saludable nace con el objetivo de contribuir en el mejoramiento de la salud de los clientes, llevándoles actividad física, consejos nutricionales, a través de las aplicaciones actualmente mayor usadas (Google Meet o Zoom) a clientes quienes la mayor parte de su tiempo es absorbido por sus empleos y no tienen tiempo libre para acudir a gimnasios o salir por su cuenta a hacer algún tipo de ejercicios.

El presente plan de patrocinio surge como necesidad de motivación hacia los clientes de la empresa RITMO Y VIDA SALUDABLE, en relación de mejorar sus niveles de IMC en comparación con el mercado al inicio de su incorporación a las rutinas físicas en la empresa. Es necesario llevar además del ejercicio físico un constante control nutricional por parte de un especialista.

Por esta necesidad se buscó patrocinador para que pueda proporcionar planes de nutrición y consultas gratis como parte de su patrocinio hacia la empresa RITMO Y VIDA SALUDABLE.

### **3.2 PAPEL DEL PATROCINADOR**

- **BELCA EL SALVADOR S.A DE C.V**

Es el patrocinador económico quien financiará las consultas nutricionales y plan nutricional a los clientes de la empresa Ritmo y Vida Saludable, en los meses de octubre a diciembre del presente año 2021.

- El Lic. Nutricionista y Dietista elaborará un plan nutricional a los clientes, de tal forma de incentivar a más personas unirse a la empresa y mejorar su actividad física y de la mano de la buena nutrición. Además brindará un plan nutricional desde los meses octubre adiciembre y asimismo las consultas respectivas para chequear los progresos del cliente.

### **3.2.1 Patrocinadores elegidos:**

- **BELCA EL SALVADOR SA. DE CV.**
- **Nutricionista Lic. Y Dietista Gino García.**

### **3.3 RELATO PERSUASIVO**

Reciban un cordial saludo de parte de los profesores encargados de la empresa vida saludable. El motivo por el cual nos dirigimos hacia su persona es exponerles y darles a conocer el plan nutricional de la empresa el cual necesita de un patrocinio monetario para poder ejecutarlo, con el cual se beneficiará a 10 personas que están inscritas en la empresa vida saludable.

Con su patrocinio se podrá alcanzar un objetivo el cual ayudara a tener un mayor impacto en las personas participantes y el cual ayudara a ustedes como patrocinadores a poder dar a conocer su marca como empresa y los productos que ofrecen todo esto por medio de los siguientes espacios de publicidad:

- Publicidad en las redes sociales oficiales de la empresa vida saludable.
- Publicidad visual de todas las marcas y productos que ofrece su empresa.
- Posicionamiento con las personas que son parte del plan nutricional con los productos de sus empresas.
- Contacto directo con los consumidores.
- Entender y conocer a sus consumidores.
  - Transmitir su contenido.
  - Relacionamiento.

Con todos estos beneficios expuestos queremos que su aporte económico con nuestra empresa sea retribuido en crecimiento tanto en la parte económica como en el crecimiento de clientes a su empresa y poder expandir su marca a más mercados en los cuales sus productos no son conocidos y gracias a los planes nutricionales que ustedes podrían patrocinar su marca tendría un mayor alcance de publicidad y conocimiento de primera mano.

### **3.4 RESULTADOS ESPERADOS**

**Los resultados del proyecto** de la empresa RITMO Y VIDA SALUDABLE, cuenta con buena asesoría nutricional impartida por un profesional en nutrición, quien buscará mejorar el IMC de los participantes que recibirán dicho beneficio por medio de patrocinio de la empresa BELCA EL SALVADOR SA. DE CV.

Dicho proyecto de patrocinio se llevó a cabo entre los meses de octubre y diciembre de 2021 y posteriormente arrojó los resultados, que han sido analizados y demostrar que de la mano de una buena nutrición las personas participantes han obtenido buenos resultados de IMC y mejorar la calidad de vida y salud.

#### **3.4.1 Beneficios logrados:**

- Disminución del peso corporal, mejorando el nivel de IMC.
- Consistencia en la realización de actividad física posteriormente del patrocinio por parte del nutricionista y la empresa BELCA EL SALVADOR SA. DE CV.

- Asistencia al 100% en las consultas, y llevar de la mano los planes nutricionales para obtener mejores resultados.
- Equilibrio en la ejecución de actividad física, consultas nutricionales, y una buena alimentación.
- Que los clientes prefieran y elijan las marcas de los patrocinador

### **3.5 PUBLICO OBJETIVO**

El público que se tomará en cuenta para el plan de patrocinio son los clientes de la empresa ritmo y vida saludable, con un total de 10 personas de los cuales 8 son mujeres y 2 hombres.

## CAPITULO IV

### ENCUESTA DE ESTUDIO PARA EVALUAR PERCEPCIÓN, SATISFACCIÓN DE LOS USUARIOS DE LA EMPRESA RITMO VIDA SALUDABLE.

#### HÁBITOS DEPORTIVOS

Indica con una “X” el grado de satisfacción obtenido en cuanto a:

*LOS EJERCICIOS Y RUTINAS* por parte de Ritmo y Vida  
Saludable.

Siendo los siguientes valores para cada número:

<b>1</b>	<b>Muy insatisfecho</b>
<b>2</b>	<b>Insatisfecho</b>
<b>3</b>	<b>no puedo opinar</b>
<b>4</b>	<b>Satisfecho</b>
<b>5</b>	<b>Muy Satisfecho</b>



	1	2	3	4	5
<b>Tipos de ejercicios impartidos</b>					
<b>Variabilidad de los temas de clases</b> <b>(1 fundamento cada semana)</b>					

<b>Rutinas de aeróbicos y baile</b>					
<b>Materiales seleccionados para la ejecución de las rutinas</b>					
<b>Combinación de rutina de ejercicio físico y nutrición</b>					
<b>Horario nocturno de (8 p.m. a 9 p.m.)</b>					
<b>Realización de la clase en forma virtual</b>					

## PERSONAL A CARGO DE USUARIOS

Indica con una “X” el grado de satisfacción obtenido en cuanto:

***AL DOMINIO DE LOS PROFESORES*** que dirigen la empresa Ritmo y VidaSaludable.

Siendo los siguientes valores para cada número:

<b>1</b>	<b>Muy insatisfecho</b>
<b>2</b>	<b>Insatisfecho</b>
<b>3</b>	<b>no puedo opinar</b>
<b>4</b>	<b>Satisfecho</b>
<b>5</b>	<b>Muy Satisfecho</b>

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Planificación de la clase</b>					
<b>Dominio del tema de clase</b>					
<b>Ejecución de los ejercicios</b>					
<b>Demostración de cada uno de los ejercicios</b>					
<b>Puntualidad en el Horario de Rutinas establecido</b>					
<b>Claridad en la explicación</b>					

## COMODIDAD O SATISFACCION DEL USUARIO

Indica con una "X" el grado de:

**COMODIDAD O SATISFACCION PERSONAL** en cada una de las rutinas diarias en Ritmo y Vida Saludable.

Siendo los siguientes valores para cada número:

<b>1</b>	<b>Muy insatisfecho</b>
<b>2</b>	<b>Insatisfecho</b>
<b>3</b>	<b>no puedo opinar</b>
<b>4</b>	<b>Satisfecho</b>
<b>5</b>	<b>Muy Satisfecho</b>

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Respeto hacia cada usuario</b>					
<b>Trato personal</b>					
<b>Aclaración de dudas en cada usuario</b>					
<b>Cumplimiento de expectativas</b>					
<b>Mejoramiento de salud con las rutinas</b>					
<b>Disminución de peso inicial o IMC</b>					

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Soler, Alejandro. (2017) Actividad física virtual: una alternativa para realizar ejercicio desde donde estés. Recuperado de: <https://www.urosario.edu.co/Periodico-Nova-Et-Vetera/Actualidad-Rosarista/Actividad-fisica-virtual-una-alternativa-pararea/#:~:text=El%20Programa%20de%20Actividad%20F%C3%ADsica%20Virtual%20est%C3%A1%20conformado%20por%20planes,acuerdo%20a%20sus%20condiciones%20f%C3%ADsicas.>

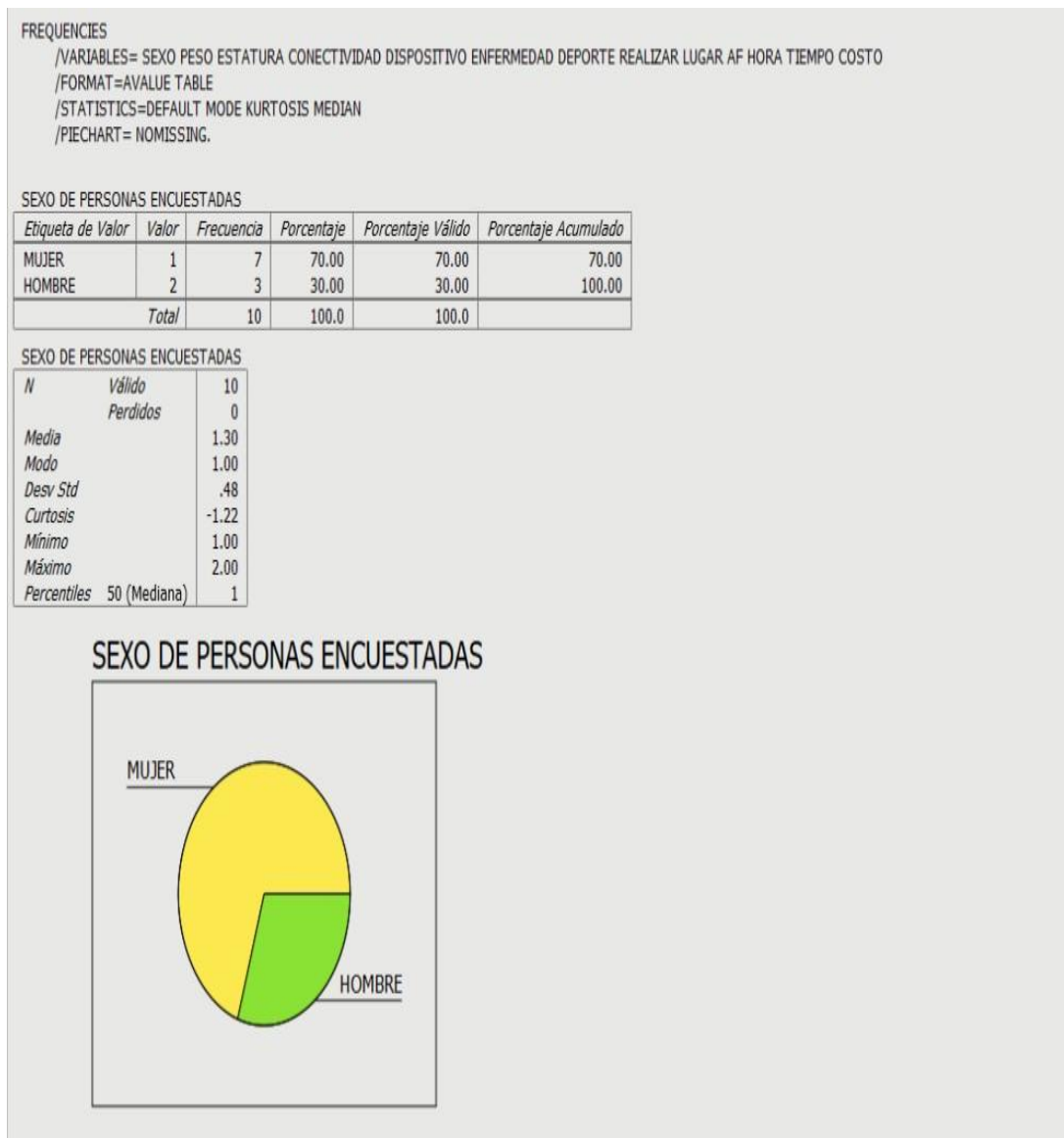
OPS, (2006). Promoción de la Salud. (Resolución de la OPS CD47-16, 2006): Estrategia Regional y Plan de Acción para un enfoque integrado sobre la prevención y el control de las enfermedades crónicas, incluyendo el régimen alimentario, la actividad física y la salud. Recuperado de: <https://www3.paho.org/spanish/ad/dpc/nc/reg-strat-cncds.htm>

Revista Digital Mutua Universal, (2022). Nutrición y actividad física. Recuperado de: <https://www.mutuauniversal.net/es/servicios/promocion-de-la-salud/habitos-nutricion-descanso-y-actividad-fisica/nutricion-y-actividad-fisica/>

Centro para el control y detección de enfermedades, (2020). Salud y Actividad física. Recuperado de: <https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/physicalactivity/index.html>

# ANEXOS

## ANEXO A. RESULTADOS DE ENCUESTA



En la encuesta realizada a los cliente de la empresa “Ritmo y Vida Saludable” de los cuales 10 = 100%

**Pregunta 1.** En cuanto a la variable SEXO se tienen los siguientes resultados: 7 género Femenino representando el 70%, y 3 Masculinos representando el 30% restante.

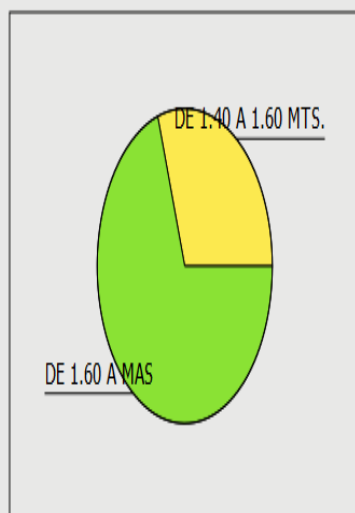
## RANGO DE ESTATURA EN MTS.

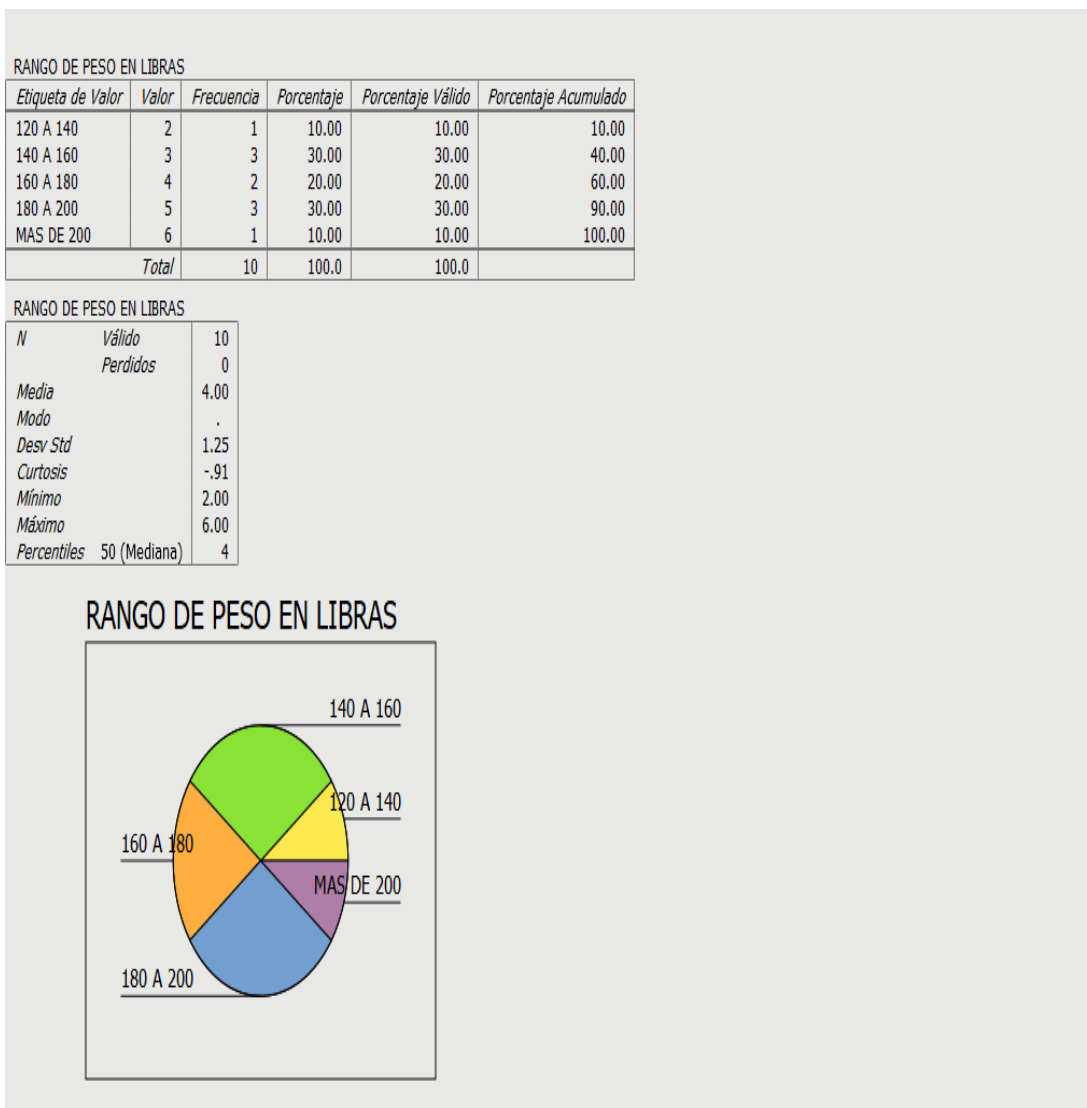
<i>Etiqueta de Valor</i>	<i>Valor</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>	<i>Porcentaje Válido</i>	<i>Porcentaje Acumulado</i>
DE 1.40 A 1.60 MTS.	3	3	30.00	30.00	30.00
DE 1.60 A MAS	4	7	70.00	70.00	100.00
<i>Total</i>		10	100.0	100.0	

## RANGO DE ESTATURA EN MTS.

<i>N</i>	<i>Válido</i>	10
	<i>Perdidos</i>	0
<i>Media</i>		3.70
<i>Modo</i>		4.00
<i>Desv Std</i>		.48
<i>Curtosis</i>		-1.22
<i>Mínimo</i>		3.00
<i>Máximo</i>		4.00
<i>Percentiles</i>	50 (Mediana)	4

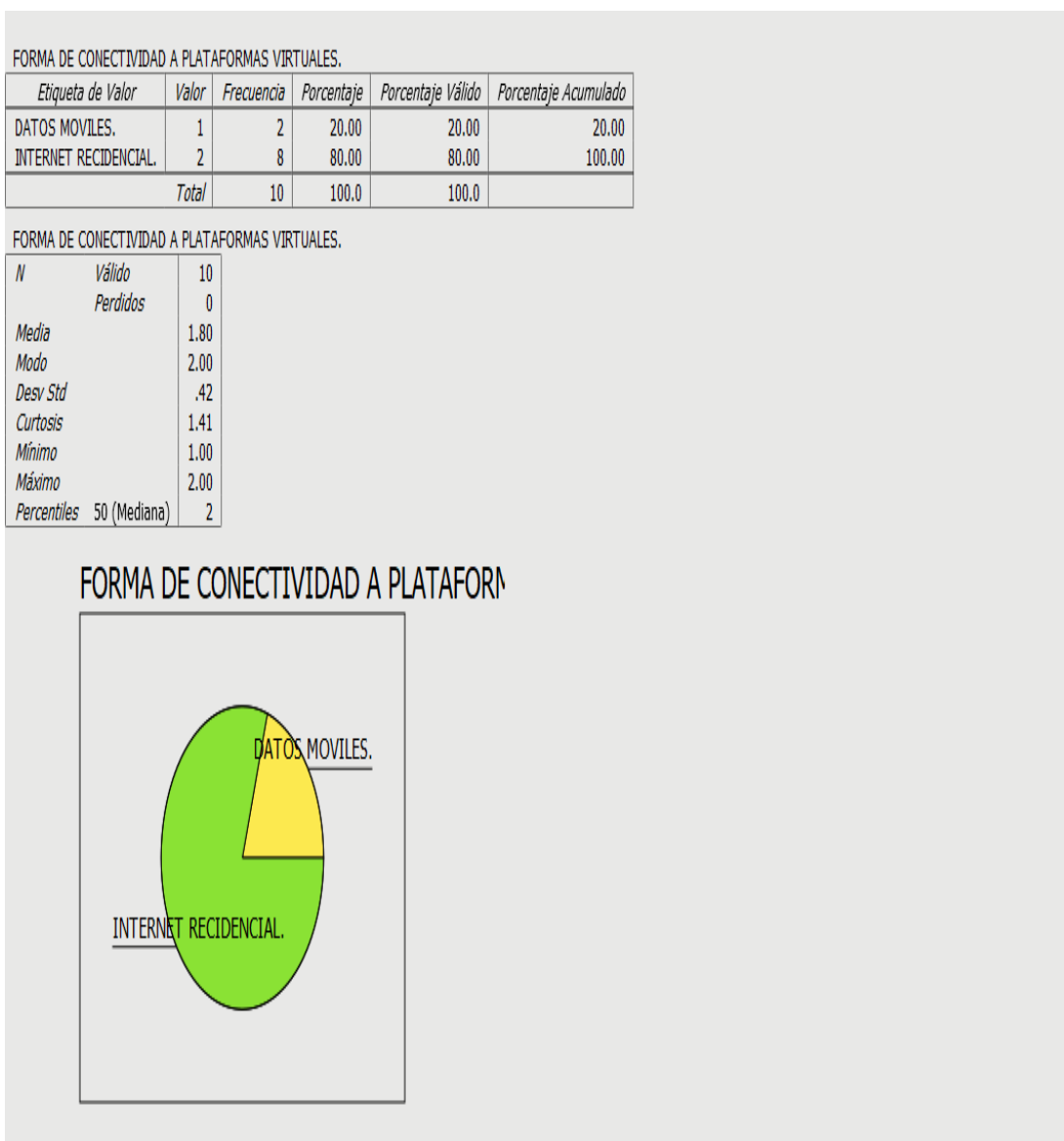
## RANGO DE ESTATURA EN MTS.





**Pregunta 4.** En cuanto a la variable RANGO DE PESO EN LIBRAS Se tienen los siguientes resultados: De 120 a 140 Lbs. 1 persona 10%, De 140 a 160 Lbs. 3 personas 30%, de 160 a 180 Lbs. 2 personas 20%, De 180 a 200 Lbs. 3 personas 30%, y de más de 200.





En la encuesta realizada a los cliente de la empresa “Ritmo y Vida Saludable” delos cuales 10 = 100%

**Pregunta 6.** En cuanto a la variable FORMA DE CONECTIVIDAD A PLATAFORMAS VIRTUALES, Se tienen los siguientes resultados:

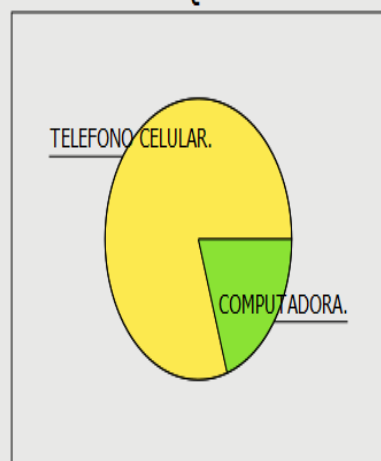
Datos móviles 2 personas 20%, y con Internet Residencial 8 personas es decir el 80% restante.

DISPOSITIVO QUE UTILIZA PARA CONECTARSE					
Etiqueta de Valor	Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
TELEFONO CELULAR.	1	8	80.00	80.00	80.00
COMPUTADORA.	3	2	20.00	20.00	100.00
<i>Total</i>		10	100.0	100.0	

DISPOSITIVO QUE UTILIZA PARA CONECTARSE

<i>N</i>	Válidos	10
	Perdidos	0
<i>Media</i>		1.40
<i>Modo</i>		1.00
<i>Desv Std</i>		.84
<i>Curtosis</i>		1.41
<i>Mínimo</i>		1.00
<i>Máximo</i>		3.00
<i>Percentiles</i>	50 (Mediana)	1

DISPOSITIVO QUE UTILIZA PARA CONEC



En la encuesta realizada a los cliente de la empresa “Ritmo y Vida Saludable” delos cuales 10 = 100%

**Pregunta 7.** En cuanto a la variable DISPOSITIVO QUE UTILIZA PARA CONECCRARSE, Setienen los siguientes resultados:

Teléfono celular 8 personas 80%, y computadora 2 personas es decir el 20% restante.

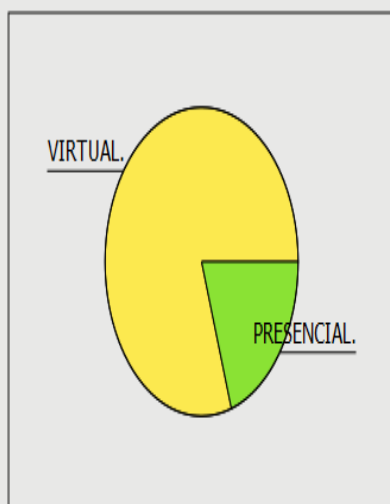
En la encuesta realizada a los cliente de la empresa “Ritmo y Vida Saludable” delos cuales 10 = 100%

COMO GUSTA REALIZAR ACTIVIDAD FISICA.					
Etiqueta de Valor	Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
VIRTUAL.	1	8	80.00	80.00	80.00
PRESENCIAL.	2	2	20.00	20.00	100.00
<i>Total</i>		10	100.0	100.0	

COMO GUSTA REALIZAR ACTIVIDAD FISICA.

<i>N</i>	<i>Válido</i>	10
	<i>Perdidos</i>	0
<i>Media</i>		1.20
<i>Modo</i>		1.00
<i>Desv Std</i>		.42
<i>Curtosis</i>		1.41
<i>Mínimo</i>		1.00
<i>Máximo</i>		2.00
<i>Percentiles</i>	50 (Mediana)	1

COMO GUSTA REALIZAR ACTIVIDAD FISI



**Pregunta 8.** En cuanto a la variable COMO GUSTA REALIZAR ACTIVIDAD FISICA, Setienen los siguientes resultados:

Virtual 8 personas significa el 80%, y Presencial 2 personas es decir el 20% restante.

LUGAR DONDE PREFIERE REALIZAR ACTIVIDAD FISICA					
Etiqueta de Valor	Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
HOGAR.	2	10	100.00	100.00	100.00
<i>Total</i>		10	100.0	100.0	

LUGAR DONDE PREFIERE REALIZAR ACTIVIDAD FISICA

<i>N</i>	Válido	10
	Perdidos	0
<i>Media</i>		2.00
<i>Modo</i>		2.00
<i>Desv Std</i>		.00
<i>Curtosis</i>		.
<i>Mínimo</i>		2.00
<i>Máximo</i>		2.00
<i>Percentiles</i>	50 (Mediana)	2

.29: aviso: Se omite el gráfico de sectores para LUGAR, que sólo tiene 1 valores únicos.

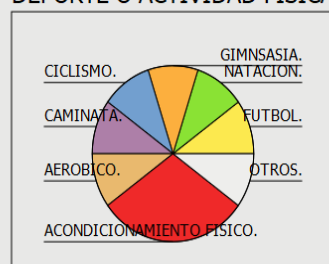
DEPORTE O ACTIVIDAD FISICA QUE PRACTICA.

Etiqueta de Valor	Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
FUTBOL.	1	1	10.00	10.00	10.00
NATAACION.	2	1	10.00	10.00	20.00
GIMNSASIA.	4	1	10.00	10.00	30.00
CICLISMO.	6	1	10.00	10.00	40.00
CAMINATA.	7	1	10.00	10.00	50.00
AEROBICO.	8	1	10.00	10.00	60.00
ACONDICIONAMIENTO FISICO.	14	3	30.00	30.00	90.00
OTROS.	18	1	10.00	10.00	100.00
<i>Total</i>		10	100.0	100.0	

DEPORTE O ACTIVIDAD FISICA QUE PRACTICA.

<i>N</i>	Válido	10
	Perdidos	0
<i>Media</i>		8.80
<i>Modo</i>		14.00
<i>Desv Std</i>		5.85
<i>Curtosis</i>		-1.39
<i>Mínimo</i>		1.00
<i>Máximo</i>		18.00
<i>Percentiles</i>	50 (Mediana)	8

DEPORTE O ACTIVIDAD FISICA QUE PRA



En la encuesta realizada a los cliente de la empresa “Ritmo y Vida Saludable” de los cuales 10 = 100%

**Pregunta 9.** En cuanto a la variable DEPORTE O ACTIVIDAD QUE PRACTICA, Se tienen los siguientes resultados:

Fútbol 1 persona 10%, natación 1 persona 10%, gimnasia 1 persona 10%, Ciclismo 1 persona 10%, caminata 1 persona 10%, aeróbico 1 persona 10%, Acondicionamiento físico 3 personas 30%, y en opción otros 1 persona 10% restante.

CUANTO TIEMPO PRACTICA ACTIVIDAD FISICA.					
Etiqueta de Valor	Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
30 MIN.	1	3	30.00	30.00	30.00
1 HORA.	3	6	60.00	60.00	90.00
UNA HORA TREINTA MIN.	4	1	10.00	10.00	100.00
<i>Total</i>		10	100.0	100.0	

CUANTO TIEMPO PRACTICA ACTIVIDAD FISICA.

<i>N</i>	<i>Válido</i>	10
	<i>Perdidos</i>	0
<i>Media</i>		2.50
<i>Modo</i>		3.00
<i>Desv Std</i>		1.08
<i>Curtosis</i>		-1.03
<i>Mínimo</i>		1.00
<i>Máximo</i>		4.00
<i>Percentiles</i>	50 (Mediana)	3

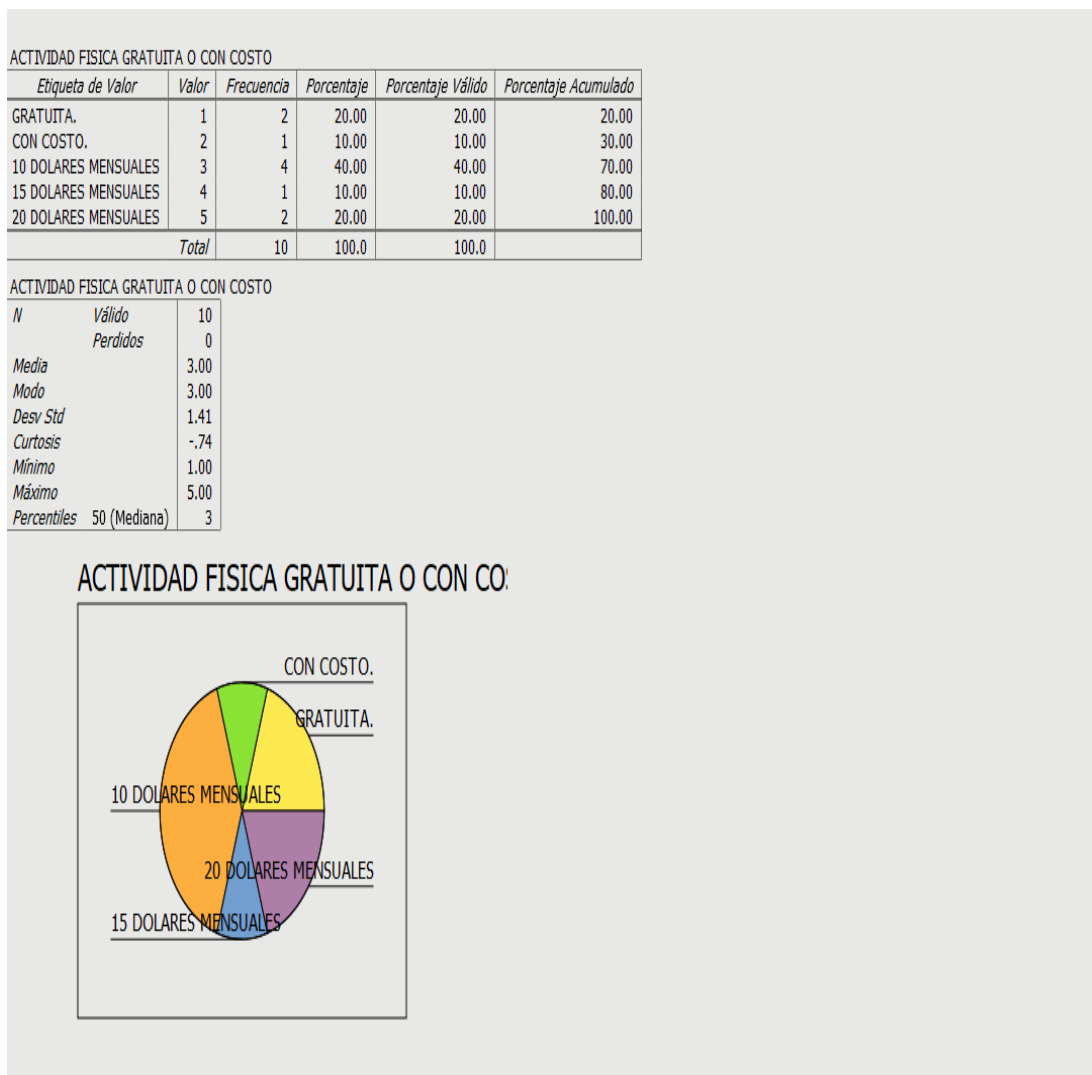
CUANTO TIEMPO PRACTICA ACTIVIDAD I



En la encuesta realizada a los cliente de la empresa “Ritmo y Vida Saludable” de los cuales 10 = 100%

**Pregunta 10.** En cuanto a la variable CUANTO TIEMPO PRACTICA ACTIVIDAD FISICA, Setienen los siguientes resultados:

30 minutos 3 personas 30%, 1 hora 6 personas es decir 60%, y 1 hora y 30 minutos 1 persona significa el 10% restante.



En la encuesta realizada a los cliente de la empresa “Ritmo y Vida Saludable” de los cuales 10 = 100%

**Pregunta 11.** En cuanto a la variable ACTIVIDAD FISICA GRATUITA O CON COSTO, Setienen los siguientes resultados:

Con costo 1 persona 10%, Gratuito 2 personas 20%, \$10 mensuales 4 personas 40%, \$15 mensuales 1 persona 10%, \$20 mensuales 2 personas 20% restantes.

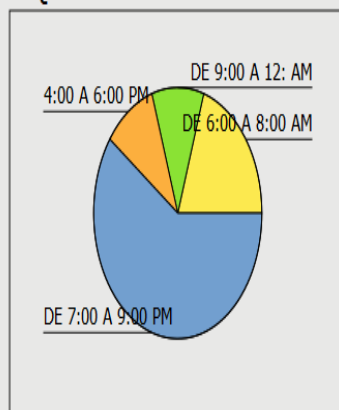
A QUE HORA PRACTICA ACTIVIDAD FIICA.

Etiqueta de Valor	Valor	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido	Porcentaje Acumulado
DE 6:00 A 8:00 AM	1	2	20.00	20.00	20.00
DE 9:00 A 12: AM	2	1	10.00	10.00	30.00
4:00 A 6:00 PM	4	1	10.00	10.00	40.00
DE 7:00 A 9:00 PM	5	6	60.00	60.00	100.00
<i>Total</i>		10	100.0	100.0	

A QUE HORA PRACTICA ACTIVIDAD FIICA.

<i>N</i>	Válido	10
	Perdidos	0
<i>Media</i>		3.80
<i>Modo</i>		5.00
<i>Desv Std</i>		1.75
<i>Curtosis</i>		-.95
<i>Mínimo</i>		1.00
<i>Máximo</i>		5.00
<i>Percentiles</i>	50 (Mediana)	5

A QUE HORA PRACTICA ACTIVIDAD FIIC



En la encuesta realizada a los cliente de la empresa “Ritmo y Vida Saludable” delos cuales 10 = 100%

**Pregunta 12.** En cuanto a la variable A QUE HORA PRACTICA ACTIVIDAD FISICA, Setienen los siguientes resultados:

De 6 a 8 a.m. 2 personas 20%, de 9 a 12 m.d 1 persona 10%, de 4 a 6 p.m. 1 Persona 10%, y de 7 a 9 p.m. 6 personas significan el 60% restante.

## ANEXO B. DATOS DEL PUBLICO OBJETIVO

<b>Sexo</b>	<b>edad</b>	<b>Peso</b>	<b>talla</b>	<b>IMC inicial</b>	<b>IMC final</b>
Mujer	27	182lbs	1.70cm	28.6	25.1
Mujer	54	185 lbs	1.68 cm	29.7	27.2
Mujer	41	140 lbs	1.63 cm	23.9	19.0
Mujer	50	145 lbs	1.60 cm	25.7	22.03
Mujer	47	154.8 lbs	1.57 cm	28.3	26.04
hombre	33	263 lbs	1.76 cm	38.5	31.20
Mujer	29	152 lbs	1.65 cm	25.3	23.6
Mujer	65	168 lbs	1.62 cm	29	25.5
hombre	38	209 lbs	1.74 cm	31.3	26.3
Mujer	45	153 lbs	1.67 cm	24.9	22.2



## ANEXO C. CRONOGRAMA

FECHA	ACTIVIDAD	ENCARGADO
21-09-2021	CREACION DEL PLAN DE PATROCINIO.	PROFESORES EMPRESA
21-09-2021	BUSCAR PATROCINADOR.	PROFESORES EMPRESA
25-09-2021	PROMOCIÓN Y PUBLICIDAD DEL PROYECTO	PROFESORES EMPRESA
06-10-2021	REUNIÓN CON LOS PATROCINADORES, ORGANIZACIÓN DE PUNTOS ECONÓMICOS, REALIZAR PLAN DE NUTRICIÓN.	BELCA E LSALVADOR. LIC. NUTRICIONIST ADIETISTA
10-10-2021	PUBLICIDAD DE PLAN DE NUTRICION PARA ENCONTRAR A PARTICIPANTES	PROFESORES EMPRESA

	QUE FORMEN PARTE DE DICHO PLAN NUTRICIONAL.	
<b>15-10-2021</b>  <b>Al</b>  <b>31-12-2021</b>	LLEVAR A CABO PLAN NUTRICIONAL DESDE OCTUBRE A DICIEMBRE 2021.	LIC. NUTRICIONISTA DIETISTA

**ANEXO D. PRESUPUESTO DEL PLAN DE PATROCINIO**

<b>DESCRIPCION</b>	<b>MESES</b>	<b>TOTAL</b>
Consultas nutricionales.	Octubre - Diciembre	\$375
Plan Nutricional.	Octubre - Diciembre	\$500
Costo de publicidad.	Octubre - Diciembre	\$100
Costo de alimentación (viáticos)	Octubre - Diciembre	\$50
Gastos de servicio de datos de internet, papelería, otros.	Octubre - Diciembre	\$25
Gastos de transporte	Octubre - Diciembre	\$20
<b>TOTAL</b>		<b>\$1,070</b>

## ANEXO E. FOTOGRAFÍAS DE LAS CLASES EN LINEA

