



RE-EVOLUTION FITT

TRABAJO DE GRADO, MODALIDAD: CREACION DE EMPRESA

Responsable:

Julián Mayorga

Código:2164787

Asesor:

Gonzalo Florián Velásquez

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación
Bogotá D.C.
2019

TABLA DE CONTENIDO

LOGO	7
SLOGAN	9
MISIÓN	13
VISIÓN	14
FUNDAMENTACIÓN HUMANISTA	14
MARCO REFERENCIAL	17
INVESTIGACIÓN	21
CAPÍTULO I: SEGMENTOS DE MERCADO	23
CAPÍTULO II: PROPOSICIONES DE VALOR	23
CAPÍTULO III: CANALES	26
CAPÍTULO IV: RELACIÓN CON CLIENTES	33
CAPÍTULO V: INGRESOS	35
CAPÍTULO VI: RECURSOS CLAVES	44
CAPÍTULO VII: ACTIVIDADES CLAVES	47
CAPÍTULO VIII: ASOCIACIONES CLAVES	57
CAPITULO IX: ESTRUCTURA DE COSTOS	58
CAPITULO X: EVALUACIÓN DEL IMPACTO	63
LIENZO DEL MODELO DE NEGOCIO	64
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	65

INTRODUCCIÓN



La empresa lleva por nombre Re-Evolution FTT , el nombre en primera instancia tiene la palabra “Evolution” que en español se traduce como “Evolución”, refiere a

“una acción que está vinculada con un cambio de estado o a un despliegue o desenvolvimiento y su resultado es un nuevo aspecto o forma del elemento en cuestión” (Porto y Gardey ,2012) antecediendo a esta palabra se encuentra la preposición “Re” funcionando como superlativo al resaltar la función del término Evolución, es decir la empresa no solo busca generar una alternativa nueva e innovadora sino que busca estar en ese constante proceso de evolución a nivel interno que le permita revolucionar sus servicios, lo que refiere a un ciclo constante de evolución y revolución, el término F.I.T.T son siglas de frecuencia,intensidad,tipo y tiempo en donde se resalta los lineamientos básicos por los cuales se debe sustentar una planificación, recalcando que todas las personas que hagan parte de Re-Evolution FITT son profesionales conocimiento sobre el campo de la salud y el fitness.

Re-Evolution FITT, es un emprendimiento empresarial que surge para cubrir una de las necesidades públicas de mayor urgencia a nivel mundial, dicha necesidad es la inactividad física o sedentarismo, según la OMS en su publicación Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud menciona que:

“Se ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Además, se estima que la inactividad física es la causa principal de aproximadamente un 21%-25% de los cánceres de mama y de colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica.” (2018).

Así pues, se hace imperativo una forma de lograr incentivar la práctica de actividad física en la población general, siendo un fenómeno bastante interesante el hecho de que la gran mayoría de personas es totalmente consiente de forma general de los beneficios del ejercicio para su salud, aun así se siguen elevando las estadísticas de muertes por sedentarismo año tras año, por lo cual generar un hábito

saludable de actividad física cada vez es de mayor dificultad, dicho fenómeno puede darse por un gran espectro de variables, según la OMS en su publicación – Inactividad física: un problema de salud pública mundial, plantea las siguientes variables que se presentan en las urbanizaciones:

- Superpoblación.
- Aumento de la pobreza.
- Aumento de la criminalidad.
- Gran densidad del tráfico.
- Mala calidad del aire.
- Inexistencia de parques, aceras e instalaciones deportivas y recreativas. (2018).

Este listado de posibles razones por las cuales la población en general no logra mantener un hábito a largo plazo sobre la práctica de actividad física puede llegar a ser bastante acertado en el caso Colombiano en donde según el periódico nacional “El Tiempo” publica Vásquez Dafna en su artículo titulado **“El sedentarismo es un problema de salud pública en la ciudad**, La inactividad física es la causa principal de patologías crónicas, que elevan índices de mortalidad” se hizo de conocimiento público en este artículo que “Colombia ocupó el primer lugar entre los 10 países donde se realiza menos actividad física, pues **el 60 por ciento de los colombianos no se ejercita.**”

Dejando así un panorama alarmante respecto a la inactividad física o sedentarismo en nuestra sociedad, datos aún más preocupantes sobre edades infantiles como el que explica Jorge Correa-Bautista, director del Centro de Estudios en Medición de la Actividad Física (Cema) de la Escuela de Medicina de la Universidad del Rosario, que afirma que **“Solo 3 de cada 10 niños entre 9 y 17 años, en Bogotá, cumplen las recomendaciones de actividad física de la Organización Mundial de la Salud (OMS): 60 minutos diarios de ejercicio, entre moderado y vigoroso”** (2017), en donde cabe resaltar que estos datos también indican la falta de entrenamiento

respecto a la capacidad física más importante para el desarrollo de un niño que es la fuerza para lograr un correcto desarrollo muscular y esquelético en donde la recomendación dada por el American College of Sports Medicine (ACSM) o la OMS debería ser tres días a la semana.

Dejando totalmente claro el incremento estadístico del sedentarismo en la sociedad colombiana, dicha falta de actividad física se relaciona directamente con enfermedades crónicas no transmisibles como la obesidad, a tal punto que el ministro de salud y protección social de Colombia Alejandro Gaviria, citado en el documento del ministerio de salud titulado “Impacto de los malos hábitos alimentarios sobre la salud de la población colombiana” menciona que:

“es un problema de salud pública global, que ha tenido un crecimiento en los últimos 35 años, y que actualmente presenta un indicador en el que el 39% de las personas mayores de 18 años tienen sobrepeso, de las cuales, el 13% sufren de obesidad.” (2017)

Ahora bien teniendo en cuenta que la obesidad es una enfermedad multifactorial y asociada al desarrollo de otras enfermedades como hipertensión, diabetes, dislipidemia e incluso síndrome metabólico, es aquí donde REF quiere generar un cambio brindando un servicio que abarque no solo una gran variedad según el gusto de cada persona para realizar actividad física, sino que abarque de igual manera a cualquier persona sin importar el tipo de enfermedad crónica no transmisible que haya desarrollado, todo con el fin de mejorar su calidad de vida.

Por otra parte, se encuentra la población que no sufre de algún tipo de enfermedad crónica no transmisible pero que tiene factores de riesgo que pueden llevarlo a tener este tipo de patologías, factores de riesgo que se comportan como las variables que llevan a la inactividad física que han sido citadas anteriormente, así pues, para esta población REF de igual manera busca mejorar su calidad de vida logrando una prevención y una proyección a futuro de un estilo de vida saludable.

Aparte de mejorar la calidad de vida de personas que no realizan actividad física Re-Evolution FITT también optimiza procesos en personas que ya sean entrenadas o tengan un historial sobre algún tipo de deporte o método de entrenamiento, con el fin de lograr mejores resultados.

Incluso en caso tal de una intervención específica sobre algún tipo de lesión osteomuscular Re-Evolution FITT cubre esa necesidad de rehabilitación fisioterapéutica.

Por último y no menos importante está la necesidad de un asesoramiento y guía nutricional ya que, según lo demuestran autores como Sergio Espinar, Ismael Galancho o incluso como lo plantea David Marchante en su libro entrenamiento eficiente:

“una correcta nutrición llega a ser un factor primordial para obtener un cambio a nivel estético o funcional según sea el objetivo, la nutrición llega a abarcar un valor del 70 al 80 % de los resultados de la intervención física realizada” (2018, p.12)

Por ello en, buscamos lograr solventar esta necesidad mediante metodologías novedosas de entrenamiento sustentadas en fuerte evidencia científica que garantice establecer un hábito de actividad física saludable (adherencia), mediante la guía multidisciplinar de profesionales de alta calidad especializados en los siguientes campos:

- Entrenamiento físico y actividad física para la salud
- Nutrición
- Fisioterapia

LOGO



El logo de Re-Evolution FITT consiste en una letra "R" y una letra "F" en donde la "F" se encuentra en un plano opuesto, se escogen esas dos letras como abreviación de la siguiente manera R= Re-Evolution y la F= FITT, los colores seleccionados fueron: Rojo para la letra F; con un código hexadecimal de "b11616" en el programa photoshop versión 2018.

La razón de este color a nivel psicológico es por que refleja fuerza, pasión, vida, lo cual se apega perfectamente al "principio FITT", convirtiendose asi en el principio que abarca el lineamiento de la planificación de nuestra empresa en donde nuestros profesionales darán su máxima disposición física y mental para una planificación de la más alta calidad para cada individuo y que debe ser correspondida en la misma medida por cada usuario para alcanzar ese anhelado estado FIT o saludable.



Imagen tomada de la base de datos de la empresa Re-Evolution FITT , explicando el principio FITT , 2018.

Con respecto a la letra R se escogió el color amarillo con un código hexadecimal de “f7c82d” en el programa photoshop versión 2018.

La razón psicológica de la elección de este color es debido a que el amarillo representa felicidad, sabiduría, diversión, amabilidad, cualidades fundamentales para lograr una adherencia adecuada, ya que la prioridad para nosotros es establecer un hábito saludable en nuestros cliente, que genere momentos de diversión y de gusto hacia la práctica de actividad física, en lo que concierne al significado que alude a la sabiduría; refleja el esfuerzo constante de cada uno de nuestros profesionales por mantenerse actualizado sobre su campo de estudio buscando brindar un servicio con la mayor validez científica reciente.

El logo tiene dos modelos de fondo que son el color negro que a nivel psicológico transmite elegancia o blanco que significa paz y confort, puntos vitales para nuestro servicio ya que la presentación personal de cada uno de nuestros profesionales y la calidad de los elementos utilizados deben reflejar elegancia y orden y a su vez

brindar la seguridad a nuestros clientes de que están en una zona de confort al tomar nuestro servicio en donde encontraran un momento de paz y de dispersión sana mediante la actividad física.

SLOGAN

**"SI NO VAS POR TODO, ¿A QUÉ VAS?"
¡LLEGO TU MOMENTO!**

Re-Evolution FITT tiene los siguientes modelos publicitarios que ya han sido utilizados, en donde se evidencia el slogan "si no vas por todo, ¿a qué vas?" ¡llegó tu momento!

Es un slogan que busca reflejar la importancia de la teoría de la autodeterminación o SDT, que es directamente la razón psicológica que explica la adherencia hacia un hábito de actividad física para que este se mantenga a largo plazo, por ello la frase inicial de "si no vas por todo, ¿a qué vas?", con la cual se busca incitar al cliente a un auto cuestionamiento de sus motivaciones tanto intrínsecas (personales como puede ser apariencia, salud clínica etc.) como extrínsecas (dadas por agentes externos a sí mismo).

Desde sus inicios, el concepto central de la SDT ha sido la motivación intrínseca, que es considerada el prototipo de la motivación autónoma y de las actividades autodeterminadas.

Los deportistas que están intrínsecamente motivados participan en su deporte debido a los sentimientos de diversión, interés y satisfacción que son inherentes a la actividad. Por el contrario, los deportistas que están extrínsecamente motivados realizan su actividad por las consecuencias de la

misma, consecuencias que están separadas de dicha actividad, ya que ésta no se percibe como reforzante por ella misma (López y Márquez, 2001; Salguero y et al., 2003).

Por otra parte, los sujetos sin motivación no tienen intención de actuar y no están ni intrínseca ni extrínsecamente motivados (Ryan y Deci, 2000). Por ello buscamos llevar desde una motivación extrínseca a una intrínseca a todos nuestros usuarios.

“Los diversos niveles de motivación representan la gran extensión o variabilidad en los que una persona puede internalizar una conducta. La internalización es el proceso por el cual el sujeto toma la nueva conducta y la hace parte de sí mismo” (Ryan y Deci, 2000).

Para lograr esto nos basamos en el apoyo a la autonomía que significa:

“El deseo y voluntad que tiene una persona que ocupa una posición de autoridad (por ejemplo, un entrenador) de situarse en el lugar de los otros (por ejemplo, un deportista o un equipo) para detectar sus necesidades y sus sentimientos, y ofrecerles tanto la información apropiada y significativa para la realización de sus tareas, como la oportunidad de elección” (Adie, Duda, y Ntoumanis, 2008).

Teniendo en cuenta este apoyo a la autonomía la frase ¡llegó tu momento! busca reflejar el apoyo de todos nuestros profesionales que se pondrán en los “zapatos” de cada usuario y le harán entender que llegó el momento de dar un cambio en su vida y solo lo lograra con nuestra ayuda dándole así una oportunidad de elección de tomar el cambio.



RE-EVOLUTION FITT

“SI NO VAS POR TODO,
¿A QUÉ VAS?”
¡LLEGO TU MOMENTO!

ENTRENAMIENTO BIOLÓGICO FUNCIONAL PERSONALIZADO - EVALUACIÓN MORFOLÓGICA Y ANTROPOMÉTRICA
PACIENTES CON ENFERMEDADES CRÓNICAS - FISIOTERAPIAS - CROSSFIT - TRX
CLASES GRUPALES: ARTES MARCIALES - AERÓBICOS - AERO BOX - RUMBA - YOGA
FORMACIÓN PERSONALIZADA EN GÉNEROS DE BAILE

CONTACTANOS
Reevolutionfitt@gmail.com
313 - 838 - 7681



Imagen publicitaria tomada de la base de datos para marketing de la empresa Re-Evolution FITT, 2018.



Imagen publicitaria tomada de la base de datos para marketing de la empresa Re-Evolution Fitt, 2018.

MISIÓN

- Re-Evolution Fitt tiene como misión crear y brindar una alternativa nueva, innovadora y original en el desarrollo de metodologías y procesos de actividad física y recreación en pro de la salud y bienestar de nuestros clientes generando en la sociedad, integración e inclusión por medio del ejercicio físico.

VISIÓN

- Re-Evolution FITT planea posicionarse en 10 años como una empresa líder a nivel nacional e internacional, en métodos y procesos que mejoren la calidad de vida de las personas por medio de la actividad física y la recreación

FUNDAMENTACIÓN HUMANISTA

Para las personas que sean parte del colectivo profesional de Re-Evolution FITT deberán cumplir con los siguientes valores estandarte de la empresa:

INNOVACIÓN (CREATIVIDAD):

Debe ser una persona con la capacidad de evaluar objetivamente y rediseñar las ideas metodológicas que tiene la empresa; o de otro modo, crear ideas nuevas y originales, que permitan la constante evolución de la empresa con respecto al asertividad de sus servicios.

ENTENDIMIENTO DEL CLIENTE

Debe tener la competencia de identificar y entender las necesidades de nuestros clientes, siendo un punto clave “el principio de la individualización”, donde cada sujeto es diferente y nuestro personal debe estar en la capacidad de comprender la diferencia y la necesidad de cada uno, para de esta forma ofrecer un servicio efectivo a cada usuario.

INTEGRIDAD PROFESIONAL

Como profesional debe ser una persona que abarque una amplia gama de saberes y experiencias, que constantemente esté alimentando sus conocimientos a la misma velocidad que el mundo evoluciona.

- **EXCELENTES MÉTODOS DE COMUNICACIÓN**

Debe ser un profesional con la facilidad de dar a entender sus ideas, de establecer una adecuada comunicación con el cliente y con sus compañeros de trabajo, con el fin de establecer un medio laboral cómodo y amigable en el cual la comunicación asertiva es el pilar clave de la empresa.

- **HUMANISTA**

Como empresa buscamos más que un profesional con conocimientos de muy alto nivel, queremos encontrar profesionales con un punto de equilibrio entre sus saberes y su parte humana, la cual refiere a sus valores, cualidades, y en especial de la sensibilidad de encontrar esto mismo en los demás, tanto en sus compañeros como en los clientes, entendiendo que al igual que el son seres humanos, con sus mismas condiciones emocionales y que requieren de un trato adecuado

RESPECTO

Se convierte el valor de mayor relevancia para nosotros como empresa, el encontrar profesionales y personas con la cualidad del respeto, hacia sus superiores, entre sus compañeros de trabajo y con sus clientes, la falta de este valor es causa excluyente de la unión a nuestra empresa.

Para Re-Evolution FITT es muy importante que cada uno de sus integrantes tenga totalmente claro principios éticos y morales en donde se permita ser partícipes de la sociedad actual mediante una intervención que sea realmente fructífera brindando calidad de vida además de un gran apoyo humanístico.

Teniendo en cuenta que, las empresas actualmente constituyen una parte fundamental de la vida del ser humano, ya que son un espacio en donde se

desarrolla gran parte de la vida, se deben establecer unos principios y valores éticos que configuran una adecuada la organización y permitirán un ambiente laboral óptimo, porque todas las acciones que como colectivo se lleven a cabo impactarán en nuestro entorno y el de nuestros clientes. En este sentido

Lo que la empresa sea y cómo funciona, su modo de organizarse y de trabajar, su filosofía y su estilo, se refleja en la sociedad dentro de la cual se inserta, tendrá una repercusión inmediata y directa en el ambiente social de una comunidad nacional. (Medrano. A , 2011)

Así pues, el reconocer la importancia del capital humano y el fomentar los valores y principios éticos tanto para el personal como para los clientes con el fin de generar un ambiente laboral óptimo es un pilar por el cual la empresa se sustenta.

MARCO REFERENCIAL

A nivel legal Re-Evolution FITT se sustenta en la ley 181 de 1995 "Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte" que en su artículo 1 dicta que:

ART. 1°—Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad. (Ley 181 de 1995- Colombia)

Teniendo en cuenta esto REF busca la masificar, divulgar la práctica de actividad física para la salud mediante una planificación ,coordinación y ejecución de profesionales de alta calidad asegurando un aprovechamiento del tiempo libre (ocio) sin importar el grupo etario tal como indica nuestra misión y lo planteamos en la visión empresarial.

Además en la Ley 181 de 1995 en su artículo 3 se indican objetivos generales y rectores de ley que concuerdan con los estándares de REF, a continuación los citaremos textualmente:

2. Fomentar, proteger, apoyar y regular la asociación deportiva en todas sus manifestaciones como marco idóneo para las prácticas deportivas y de recreación.

Para ello Re-Evolution FITT brinda la iniciación y formación deportiva en niños con el fin de dar esa promoción adecuada de la práctica deportiva y recreativa de actividad física

4. Formular y ejecutar programas especiales para la educación física, deporte, y recreación de las personas con discapacidades físicas, psíquicas, sensoriales, de la tercera edad y de los sectores sociales más necesitados creando más facilidades y oportunidades para la práctica del deporte, de la educación física y la recreación.

Para ellos en Re-Evolution FITT se asegura que todos los profesionales pertenecientes a nuestro equipo de trabajo son personas capacitadas tanto académica como experiencialmente y por lo tanto son competentes para poder llevar a cabo cualquier intervención de actividad física, nutrición o fisioterapia que requieran las personas que busquen nuestro servicio.

5. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.

8. Formar técnica y profesionalmente al personal necesario para mejorar la calidad técnica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, con permanente actualización y perfeccionamiento de sus conocimientos.

10. Estimular la investigación científica de las ciencias aplicadas al deporte, para el mejoramiento de sus técnicas y modernización de los deportes.

Con respecto a los tres parámetros anteriores Re-Evolution FITT se encargará de hacer que el espacio que el usuario desee usar como lugar de práctica de actividad física se convierta en un contexto con el material idóneo sin importar sus dimensiones (hogar, parque, zona de trabajo etc.). Con respecto a la formación técnica y profesional, en Re-Evolution FITT brindamos capacitaciones constantes a nuestros profesionales con dando los últimos informes de avances científicos en las ciencias de la salud aplicadas a la actividad física, estando siempre a la vanguardia de cualquier actualización en conocimientos teorico/practicos.

15. Compilar, suministrar y difundir la información y documentación relativas a la educación física, el deporte y la recreación y en especial, las relacionadas con los resultados de la investigaciones y los estudios sobre programas, experiencias técnicas y científicas referidas a aquéllas. (Art. 3 de la Ley 181 de 1995 de Colombia- objetivos generales y rectores de ley)

Según estos objetivos generales y rectores de ley REF busca brindar espacios que permitan la práctica de actividad física por la salud guiada por profesionales, con toda la validez científica reciente para poder dar un uso adecuado al tiempo libre de los usuarios que tomen nuestro servicio, generando hábitos de vida saludables, dicha programación de ejercicio se realizará con materiales de la más alta calidad. Además de ello los profesionales de Re-Evolution FITT deben velar por mantener actualizado su conocimiento mediante diferentes reuniones, capacitaciones, conferencias etc. que permitan al grupo de trabajo compartir y renovar conocimientos siempre al margen de lo más reciente que reflejan las ciencias de la salud enfocadas en la actividad física, para cumplir ese objetivo se utilizarán suscripciones a revistas científicas reconocidas a nivel internacional como Pubmed, EBSCO, etc. plataformas de estudio internacionales como PowerExplosive, Se movimiento, Trainologym que son tres de las mejores formaciones online a nivel europeo y reconocidas a nivel mundial, además de estudios riguroso sobre literatura bibliográfica referente a diversos temas de salud relacionados con la práctica de actividad física.

En lo referente al concepto de recreación que viene relacionado al brindar espacios para la práctica de actividad física, la ley 181 de 1995 dicta que:

ART. 5º—Se entiende que:

La recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicológica. (Título II ,Art. 5- Recreación- Ley 181 de 1995 de Colombia)

Marco social:

Por lo cual Re-Evolution FITT busca no solo brindar una guía profesional de la más alta calidad si no generar un espacio de diversión y de comodidad para cada usuario en donde mediante la práctica de actividad física se logre mejorar no solo su estado físico y/o clínico actual, además de diferentes dimensiones a nivel psicológico que logren un enriquecimiento personal abarcando espacios como la creatividad, la autonomía, la confianza, y demás elementos que buscarán brindar una formación íntegra gracias a la herramienta del ejercicio físico para jóvenes, niños o adultos en su tiempo libre.

INVESTIGACIÓN

En la investigación del mercado para Re-Evolution FITT se encuentra el perfil de la competencia que sería:

Total training	Descripción general : Empresa que brinda servicios de entrenamiento personalizado a domicilio , lo que abarca un aspecto fundamental en servicio de Re-Evolution FITT Ubicación: Bogota D.C	Diferencias: A Pesar de brindar un servicio personalizado a domicilio no brinda un plan completo como lo hace Re-Evolution FITT al abarcar plan nutricional y fisioterapéutico , además de servicios de entrenamiento variados como deportes, danza etc.
Entrenamiento personalizado fitness	Descripción general: Empresa encargada de brindar servicio a domicilio de entrenamiento abarcando una gran gama de metodologías de entrenamiento Ubicación: Bogota D.C	Diferencias: En la misma medida de totaltraining no tiene en cuenta los campos de nutrición personalizada al igual que el acompañamiento fisioterapéutico.
Bodytech	Descripción general: Empresa líder en servicio de entrenamiento físico en sus instalaciones cuenta con todos los servicios de planificación con diversas metodologías, asesoramiento tanto	Diferencias: Para Re-Evolution FITT es la mayor competencia ,al ofrecer instalaciones de alta calidad y brindar un paquete que abarque diversas áreas de la salud, siendo un punto clave que Re-Evolution

	nutricional como fisioterapéutico. Ubicación: Posee diversas sedes a nivel nacional e internacional	FITT brinda todos los servicios a domicilio sin importar el horario que el cliente solicite , cosa que Bodytech no cumple.
--	---	---

Cabe aclarar que se encuentra una gran cantidad de empresas que están ofreciendo el servicio de entrenamiento personalizado a domicilio, lo cual hace incoherente mencionarlas todas, aun así son competencia directa, además de una gran cantidad de proyectos de emprendimiento con el mismo objetivo, de la misma forma otras empresas como spinning center, athletic, etc. que brindan un servicio multidisciplinar al igual que REF, poseen las mismas limitaciones que planteamos en el cuadro comparativo con Bodytech, pues todos sus servicios se dan en sus instalaciones.

Así pues la competencia tanto directa como indirecta para REF en el campo de entrenamiento es muy amplia, lo que deja totalmente claro que solo la calidad del servicio hará que una empresa predomine sobre otra y es en este punto donde REF, posee un plan de acción en el cual buscará mantenerse siempre en los más altos estándares.

CAPÍTULO I: SEGMENTOS DE MERCADO

Target

La población objetivo consiste en el tipo de mercado de masas ya que Re-Evolution FITT abarca cualquier grupo etario, sin importar género, edad, algún tipo de enfermedad crónica no transmisible, patología hereditaria o limitación física, de manera general el servicio se brinda a sectores con un estrato socioeconómico de categoría tres o superior de la ciudad de Bogotá D.C, respecto a clases grupales se brindaran propuestas para conjuntos y/o empresas que cumplan con las características socioeconómicas, lo anterior no limita completamente la población,

ya que cualquier individuo que tenga la estabilidad económica para obtener el servicio podrá tenerlo posterior a una evaluación por parte de REF evaluando posibles riesgos según el sector de la ciudad, horario, elemento requeridos etc., por lo cual buscamos influenciar un mercado de masas.

CAPÍTULO II: PROPOSICIONES DE VALOR

Lo que establece el valor del servicio de Re-Evolution FITT son los parámetros de:

1. Novedad: Al brindar un servicio multidisciplinar en un solo lugar facilitando todo a sus clientes.
2. Personalización: Cada cliente es considerado un mundo totalmente diferente con necesidades individuales que serán cubiertas desde los campos de entrenamiento, nutrición y fisioterapia en donde se darán resultados específicamente para ese cliente.
3. Mejora del rendimiento: Al ofrecer un servicio que abarca distintos campos de la salud relacionados con el entrenamiento se potencia en gran medida los resultados y el cumplimiento de los objetivos que tiene cada cliente en un plazo mucho más eficiente que otros servicios de entrenamiento personalizado.

Además de ello componente de valor agregado de Re-Evolution FITT son los siguientes:

- Damos calidad de vida:

Mediante las distintas propuestas metodológicas que ofrecemos, buscamos cubrir la necesidad básica de nuestros clientes que es mejorar su calidad de vida constantemente, en donde mejorar la funcionalidad corporal en su vida cotidiana le permita lograr una paz consigo mismo y una relación adecuada entre cuerpo y mente.

- Resultados garantizada

Se asegura la obtención de resultados gracias a la planificación (con el aporte más reciente a nivel científico) y sistematización de las sesiones personalizadas, semi personalizadas, grupales y de trabajo autónomo; en donde nosotros brindamos a los clientes los materiales necesarios para realizar dichas sesiones

Además del asesoramiento nutricional y fisioterapéutico, con un constante monitoreo mediante el uso de toda la gama tecnológica necesaria para realizar una evaluación morfo-funcional completa (los resultados de la evaluación se comparten con el cliente por correo electrónico), estamos asegurando que los resultados que desea ver el cliente serán mucho más efectivos y encontrarán todo ello en un solo paquete.

- **Comodidad del servicio**

Le ofrecemos al cliente la facilidad de tomar el servicio que desee, en la comodidad del hogar o en algún sitio que para él sea de fácil acceso y se sienta a gusto, sin importar las características del lugar en REF poseemos los elementos para ofrecer el servicio con los más altos estándares de calidad.

Valor agregado del servicio

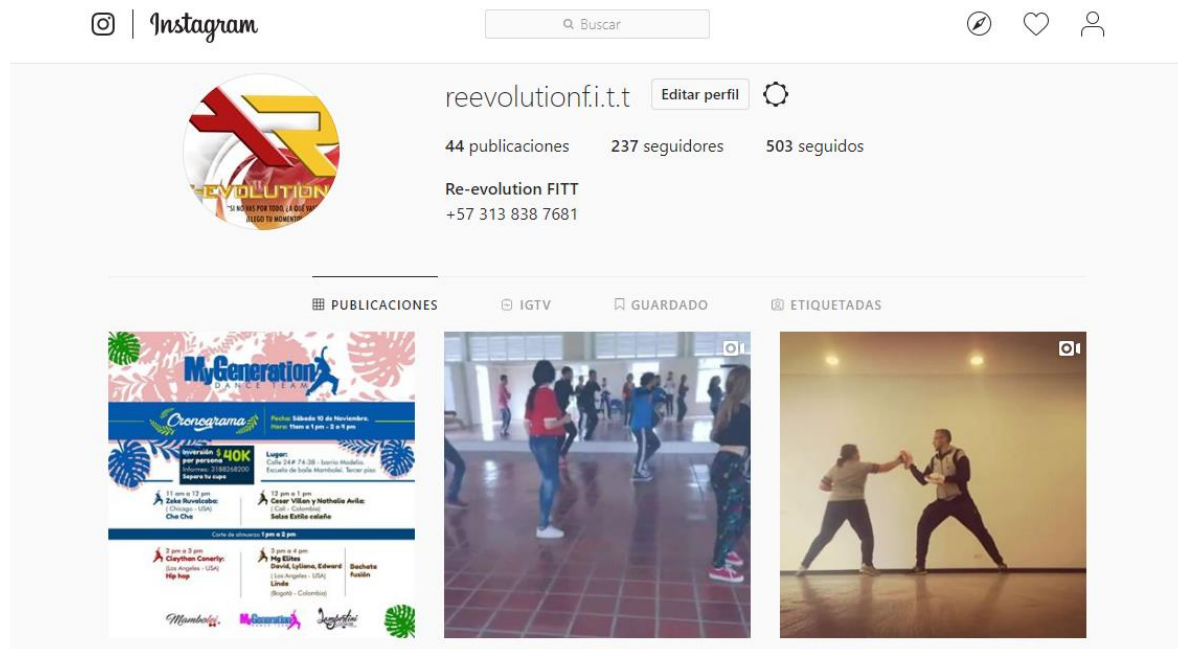
Re-Evolution FITT tiene como valor agregado dos categorías :

A nivel tangible: se encuentran elementos que brinda la empresa como toallas, termos para la hidratación, elementos requeridos para trabajo físico en las rutinas del hogar que se asignan a los servicios personalizados o semi personalizados (lazos, bandas elásticas, manoplas, etc.), además de un carné que certifica que el usuario es parte de la familia de Re-Evolution FITT

A nivel intangible: La calidad del servicio, en donde la calidez, el trato respetuoso y amable hacia el usuario por parte de todos los profesionales que pertenecen a la empresa son un pilar inquebrantable y el constante proceso de evolución a nivel interno para optimizar nuestros servicios

CAPÍTULO III: CANALES

Con respecto a la comunicación con un cliente potencial, se realizará mediante las redes sociales que en este momento ya funcionan que son Facebook, Instagram y whatsapp



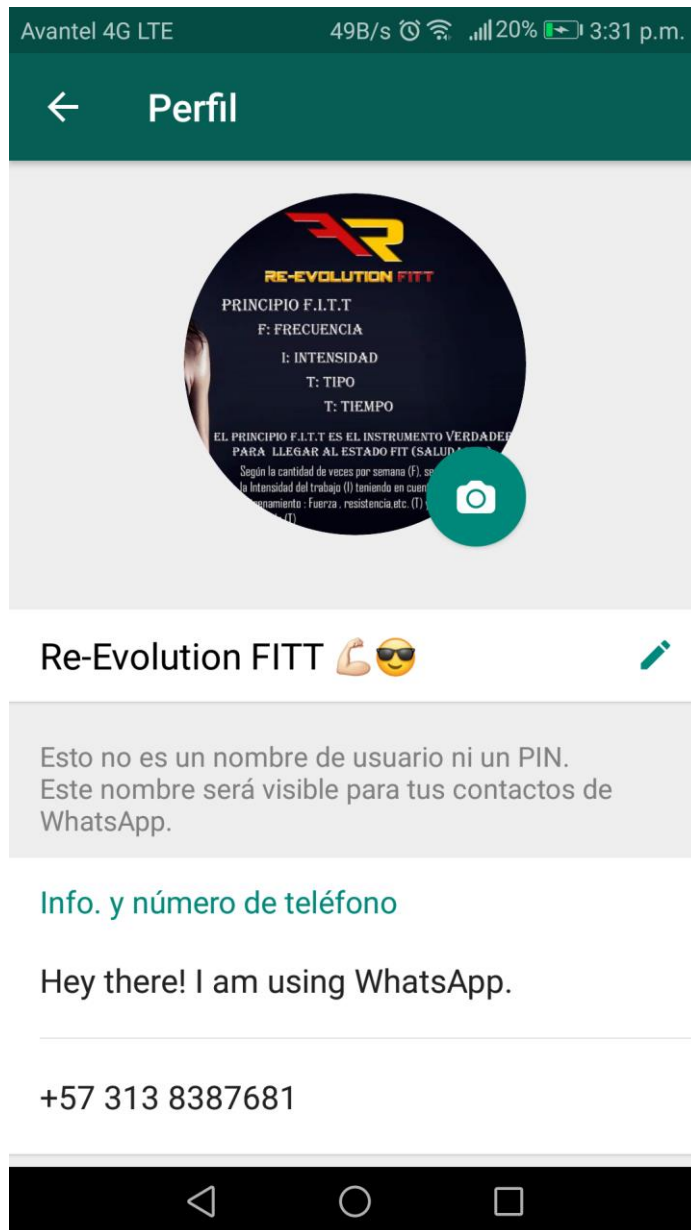
Perfil de instagram de REF del año 2019



Página en Facebook de REF del año 2019



Página en Facebook de REF del año 2019



Perfil de Whatsapp de REF, 2019

Además del uso de redes sociales se podrá establecer comunicación mediante el número telefónico celular de Re-Evolution FITT que es +57 313 838 7681 en donde se dará toda la información necesaria. En elaboración se encuentra la página web como canal de comunicación propio de Re-Evolution FITT y directo con el cliente que funcionara como un medio más de comunicación además de facilitar el pago online con plataformas como paypal.

Con respecto a las maneras de pago todas deberán realizarse mediante consignaciones directas a la cuenta bancaria de la empresa, ya que la entrega de efectivo directamente a alguno de los profesionales de Re-Evolution FITT podría presentar un riesgo de hurto, extravío etc.así pues por seguridad económica y personal se mantendrá este método de pago.

Por último los posibles clientes que quieran tomar una muestra del servicio a nivel global podrán participar de una y solo una clase de cortesía a nivel grupal, en donde al final de dicha clase se buscará concretar la venta mediante la explicación amena y detallada ofertando los servicios grupales, semi personalizados y personalizados por parte del profesional de Re-Evolution FITT que dirigió esa clase.

Para los clientes que ya han adquirido el servicio se realizará una constante retroalimentación personal por parte de cada profesional que interactúe con el usuario, buscando conocer su punto de vista, opiniones, críticas constructivas etc. además se realizarán evaluacion de satisfaccion por cada ciclo mensual, que se enviará por correo para identificar falencias y fortalezas.

A Continuación se muestra el formato de encuesta elaborado en el 2018 para evaluar la satisfacción de nuestros clientes:

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN DEL CLIENTE

Permítanos recordarle que para nosotros como colectivo es de vital importancia no solo el mejorar su bienestar y calidad de vida, sino también conocer su punto de vista, opinión y críticas constructivas sobre el servicio que RE-EVOLUTION FITT ha tenido el privilegio de brindarle, todo con el fin de mejorar la calidad y optimizar en la mayor medida posible nuestros servicios para lograr cumplir todas sus expectativas, razón por la cual solicitamos amablemente dedicar unos minutos de su tiempo para responder las siguientes preguntas de la manera más honesta posible.

***Obligatorio**

Dirección de correo electrónico *

Tu dirección de correo electrónico

¿Cuánto tiempo lleva tomando los servicios de la empresa RE-

**EVOLUTION FITT, ya sea a nivel personalizado, semi
personalizado o grupal? ***

- ☐ Menos de un mes
- ☐ De uno a tres meses
- ☐ De tres a seis meses
- ☐ Entre seis meses y un año
- ☐ Entre uno y tres años
- ☐ Más de tres años

¿Cómo conoció sobre la empresa RE-EVOLUTION FITT? *

- ☐ TV
- ☐ Radio
- ☐ Internet
- ☐ Desde revistas

¿Cómo conoció sobre la empresa RE-EVOLUTION FITT? *

- ☐ TV
- ☐ Radio
- ☐ Internet
- ☐ Prensa o revistas
- ☐ Amigos, colegas o contactos
- ☐ Otros: _____

¿Con qué frecuencia utiliza los servicios que ofrece la empresa RE-EVOLUTION FITT? *

- ☐ Una o dos veces a la semana
- ☐ Tres o cuatro veces a la semana
- ☐ Cinco o seis veces por semana
- ☐ Todos los días

¿Cómo es el trato del personal de la empresa RE-EVOLUTION FITT hacia usted? *

- ☐ Excelente
- ☐ Muy bueno
- ☐ Bueno
- ☐ Aceptable
- ☐ Pésimo

¿Cómo considera la capacitación del personal seleccionado para brindar los servicios que usted toma con la empresa RE-EVOLUTION FITT? *

- ☐ Excelente
- ☐ Muy bueno
- ☐ Bueno
- ☐ Aceptable

¿Cómo considera la capacitación del personal seleccionado para brindar los servicios que usted toma con la empresa RE-EVOLUTION FITT? *

- ☐ Excelente
- ☐ Muy bueno
- ☐ Bueno
- ☐ Aceptable
- ☐ Pésimo

¿Ha recomendado usted los servicios que ofrece la empresa RE-EVOLUTION FITT a otras personas? *

- ☐ Sí
- ☐ No

¿Recomendaría usted los servicios que ofrece la empresa RE-EVOLUTION FITT a otras personas? *

- ☐ Sí
- ☐ No

¿Cómo califica las instalaciones, elementos, productos o equipos empleados en el servicio? *

- ☐ Excelente
- ☐ Muy bueno
- ☐ Bueno
- ☐ Aceptable
- ☐ Pésimo

¿Considera que las dinámicas realizadas por los instructores de la empresa RE-EVOLUTION FITT tanto en el servicio grupal, semi personalizado o personalizado son realmente atractivas e innovadoras? Si o No y ¿Por qué? *

Tu respuesta

En el siguiente espacio le pedimos amablemente que nos haga saber cualquier crítica constructiva, opinión o punto de vista, o incluso felicitaciones, sobre algún tema que la presente encuesta no allá tenido en cuenta con respecto a la prestación de los servicios de la empresa RE-EVOLUTION FITT: *

Tu respuesta

Todas las imágenes hacen parte del formato de encuesta de satisfacción al cliente diseñado por REF , 2018, se reservan todos los derechos de autor.

El formato de encuesta anterior se aplicó a 28 usuarios que tomaban diversos servicios como clases grupales, entrenamiento personalizado o semi personalizado, en ello se obtuvo que:

- 95% de los usuarios calificaron como excelente los campos referentes al conocimiento de los docentes de Re-Evolution FITT
- el 80% de lo usuarios mencionaron que los materiales utilizados son de gran calidad
- el 85% de los usuarios conocieron a Re-Evolution FITT por los materiales de publicidad como tarjetas, poster, volantes, redes sociales etc.

CAPÍTULO IV: RELACIÓN CON CLIENTES

El método de establecer una comunicación con el cliente será la asistencia personal exclusiva, esta se dará de manera digital, telefónica y/o presencial, ahora respecto a la forma de comunicación, esta será de la manera más amena posible; en donde cada profesional de Re-Evolution FITT que da a conocer el servicio a pesar de tener claridad técnica y conceptual sabrá explicarlo en términos bastante sencillos que faciliten la comprensión del posible cliente, además de estar dispuestos a responder cualquier tipo de pregunta que el cliente en potencia tenga respecto al servicio, a la empresa o incluso sobre los profesionales que hacen parte de Re-Evolution FITT, siempre y cuando se mantenga el margen del respeto interpersonal tanto a nivel presencial, online o vía telefónica.

Para la respuesta en redes sociales la empresa encargada se asegurará de responder lo más rápido posible a todas las personas que decidan comunicarse, independiente de la cantidad siempre primará la individualización de cada respuesta, evitando mensajes genéricos.

Por esto ultimo REF se sustenta en la estrategia de CRM - Customer Relationship Management, estrategia presentada por uno de los pioneros en Marketing, Philip Kotler, al español traducida como Administración de Relaciones con el Cliente. “Esta se basa en el principio de la confianza a la hora de establecer una relación con los posibles compradores, lo que demostrará que el servicio al cliente estará enfocado en dicho valor con el fin de lograr la fidelización y que en el momento en que se tome la decisión de compra, se trabaje para fidelizar a largo plazo generando empatía.” (Vargas, et al , 2017)

CAPÍTULO V: INGRESOS

Los ingresos que recibirá Re-Evolution FITT serán de tipo “cuota por uso” ya que el cliente deberá pagar una cierta cantidad de dinero según sea la sesiones que desee tomar ya sea a nivel personalizado, grupal o semi personalizado, por lo cual a mayor cantidad de sesiones mayor será el pago que deberá realizar, estos pagos se recibirán únicamente por medio de transacciones a la cuenta bancaria de la empresa ya sea por cajero u online mediante plataformas como paypal, no se permitirá el pago en efectivo a los profesionales de REF directamente por cuestiones de seguridad.

A continuación se mostraran la cotización del servicio biológico personalizado, semi personalizado y grupal como fuentes de ingreso para REF:

Colombia, Bogotá D.C, xx de xxx del año xxx

Señor(a):

xxx

Asunto: cotización servicio de entrenamiento biológico personalizado

Para la familia de **Re-Evolution FITT**, es de gran gusto poder presentarte la oferta sobre el servicio de ENTRENAMIENTO BIOLOGICO PERSONALIZADO, en donde lo primordial es lograr cumplir tus objetivos en un tiempo establecido, siendo así un servicio de alta eficacia y eficiencia, claramente respetando tus gustos sobre la práctica del ejercicio físico o en tu caso particularmente sobre los que tu hija desee tomar o los que tu considere que ella también podría probar, ya que podremos ofrecerle diferentes metodologías de entrenamiento físico que abarcan mucho más que el entrenamiento habitual con carga externa (pesas o mancuernas), si es de tu interés o de ella el probar estas nuevas tendencias nombraremos algunas a continuación:

- Metodo HITT (high intensity interval training)
- CrossFit
- Clases de baile personalizadas (ritmos latinos y danza urbana, tanto individual como en pareja)
- Yoga con secuencias específicas para tus objetivos
- Pilates
- Artes marciales
- Masajes reductores, tonificantes, relajantes

Características del servicio:

- Asesoramiento y guía nutricional
- Asesoramiento y guía fisioterapéutica
- Evaluación de composición corporal completa con materiales tecnológicos de primera gama
- Planificación de entrenamiento físico (macro ciclo) teniendo en consideración los métodos de entrenamiento de su gusto

Formato de cotización del servicio biológico personalizado de REF, P.1- 2019

Todos los servicios mencionados serán brindados de la manera más amena y profesional por personal altamente capacitado y con gran experiencia en el campo de la actividad física para la salud.

Costo del servicio:

ENTRENAMIENTO BIOLOGICO PERSONALIZADO		
SESIONES POR SEMANA	COSTO POR SESION	COSTO MENSUAL
1	40.000\$	160.000\$
2	35.000\$	280.000\$
3	30.000\$	360.000\$
4	28.000\$	440.000\$
5	25.000\$	500.000\$

Te brindaremos Sr(a) xxx solamente para ti totalmente gratis:

1. Evaluación morfo-funcional e interpretación totalmente gratis desde la primera sesión y para todas las sesiones de control requeridas durante el plan de entrenamiento
2. Descuento del 30 % (durante el tiempo de planificación del entrenamiento personalizado) en la mensualidad de las clases grupales que se brindan en el conjunto del valle los días lunes y jueves de 8 a 9 pm.
3. Proceso de matrícula y carnetización sin ningún costo
4. La oportunidad de que, por invitar a otra persona a ser parte de nosotros le daremos el 30% de descuento en la mensualidad de la fecha en que esa persona se una a nosotros
5. Una evaluación morfo-funcional con interpretación que puede dar como obsequio para cualquier amigo, familiar etc.

Así pues, esperamos tu respuesta Sr(a) xx para comenzar a generar un cambio Re-Evolution FITT en tu vida

Agradeciendo la atención prestada y deseando buen camino
Secretaria de Re-Evolution FITT

Formato de cotización del servicio biológico personalizado de REF, P.1- 2019

Bogotá D.C xx de junio del xxxx

Dirigido a: Señores(as) xxxx

Asunto: propuesta de incentiva en actividad física para cualquier tipo de población

Muy buenos días, nos place brindar a ustedes un servicio con el cual se podrán solventar las diferentes dificultades en las que la población actual incide, en donde sobresale la obesidad, la diabetes, enfermedades cardíacas etc. Todo debido a la falta de actividad física, en donde factores como el tiempo, la monotonía de la actividad física realizada, la falta de conocimiento por parte de los instructores sobre las indicaciones en pacientes con algún tipo de enfermedad crónica o lesión osteomuscular, son elementos que llevan a la deserción de la práctica física o deportiva; siendo así que el día de hoy nosotros RE-EVOLUTION FITT como emprendimiento empresarial, les queremos brindar una alternativa nueva, innovadora y original en el desarrollo de metodologías y procesos de actividad física, deporte y recreación; en búsqueda de salud y bienestar para todos ustedes, generando así una integración e inclusión por medio del ejercicio físico, para lograr este gran objetivo no requerimos de gran espacio, un lugar como puede ser el salón comunal, donde se nos permita poder brindar a todos los miembros de su exclusivo sector un servicio óptimo y de alta calidad, con personal profesional altamente calificado, buscando un trabajo mancomunado donde el fin último sea el bienestar de todos los que deseen ser parte de este gran proyecto.

La presente propuesta consta de los siguientes servicios, donde el gusto de todos los usuarios será el pilar que determine cuales servicios se brindaran en caso de que se establezca una tendencia a ciertas actividades, los servicios son:

Clases grupales

Tipo: Acondicionamiento físico

Objetivo: Mejorar calidad de vida

Duración: 1 hora

Metodologías (según elección de usuarios):

- crossfit
- HIIT
- Aeróbicos
- Aero box
- Pilates

Formato de cotización del servicio grupal de REF,,propuesta para conjuntos residenciales P.1- 2019

- Baile de salón – enseñanza individual y en pareja (salsa, bachata y tango) además de ritmos urbanos (champeta, reggaetón)
- TRX
- Además de ello en cada clase nosotros proporcionaremos elementos como, parlantes, lazos, bandas elásticas, platillos, escaleras y bastones de entrenamiento funcional, steps, balones medicinales y todos los elementos que la modalidad de la clase requiera.

Además de los servicios nombrados anteriormente nuestra empresa ofrece un seguimiento para los miembros que desean ser parte del proyecto, en donde se aplicaran:

- Test valorativos funcionales
- Historia clínica
- Consentimiento informado

La aplicación de las herramientas expuestas anteriormente tiene como fin el llevar un seguimiento puntual de cada individuo sobre su condición física completa y además de eso establecer un historial sobre la obtención de objetivos a nivel personal y grupal, mediante una ficha técnica individual, asegurando así resultados medibles de forma cuantitativa.

Por último, en lo referente al servicio grupal nosotros podremos poner a su disposición el servicio de fisioterapias para las personas que padezcan de algún tipo de malestar o dolencia física, en donde se le establecerá una rutina para ese sujeto, además de un seguimiento hasta la superación de esa complicación.

Todo lo anterior demuestra la alta variedad, calidad y compromiso que tenemos con respecto a la prestación óptima de nuestros servicios.

Formato de cotización del servicio grupal de REF, propuesta para conjuntos residenciales P.2- 2019

La aplicación de las herramientas expuestas anteriormente tiene como fin el llevar un seguimiento puntual de cada individuo sobre su condición física completa y además de eso establecer un historial sobre la obtención de objetivos a nivel personal y grupal, mediante una ficha técnica individual, asegurando así resultados medibles de forma cuantitativa.

Por último, en lo referente al servicio grupal nosotros podremos poner a su disposición el servicio de fisioterapias para las personas que padezcan de algún tipo de malestar o dolencia física, en donde se le establecerá una rutina para ese sujeto, además de un seguimiento hasta la superación de esa complicación.

Todo lo anterior demuestra la alta variedad, calidad y compromiso que tenemos con respecto a la prestación optima de nuestros servicios.

Con el fin de demostrar lo planteado en esta propuesta, ofrecemos una clase de servicio totalmente gratuito para las personas que deseen participar, dicho horario será establecido según ustedes como administradores (as) lo consideren más adecuado para que no interfiera con los diferentes proyectos que en este momento estén desarrollando, posteriormente se establecerá una tarifa mensual que se determinará según la cantidad de días acordados para realizar las sesiones, todo dependiendo de la opinión de las personas que participen durante esta sesión gratuita, teniendo por ahora como valor presente que el costo de una sesión grupal es de 80.000\$ valor que abarca todos los elementos nombrados, aplicación de test, seguimientos, cuyo valor será distribuido de manera equitativa sobre los participantes de la clase, siendo así que entre más personas se animen a participar más económico será el servicio para los usuarios.

Así pues, esperamos su respuesta, agradeciendo la atención prestada, y deseando un buen camino.

ATENTAMENTE

Secretaria de Re-Evolution FITT

CONTACTANOS EN:

Correo electrónico: Re-Evolutionfitt@gmail.com

WhatsApp: +57 313 838 7681

Formato de cotización del servicio grupal de REF, propuesta para conjuntos residenciales P.2- 2019

ENTRENAMIENTO BIOLOGICO SEMI-PERSONALIZADO	
SESIONES POR SEMANA	COSTO MENSUAL
1	100.000\$
2	200.000\$
3	260.000\$
4	300.000\$
5	350.000\$

Costo del servicio semi personalizado REF 2019

Cabe aclarar que el servicio semi personalizado consta de los mismo beneficios que el servicio biologico personalizado, la diferencia es que para el servicio semi personalizado toda la planificación se envía por correo, así pues es un servicio para personas con bastante experiencia y que no necesiten una guía en sus entrenamientos de forma presencial, pero sí de forma estructural en donde se indique cómo llevar todos los competentes de entrenamiento, nutrición y fisioterapia, según la cantidad de sesiones que el usuario desee tener en su planificación biológica semi personalizada así se dará el costo.

CAPÍTULO VI: RECURSOS CLAVES

Recursos físicos:

Re-Evolution FITT posee los materiales necesarios para cubrir los servicios de entrenamiento, nutrición y fisioterapia. Cabe aclarar que a pesar de poseer los recursos físicos se debe mantener una constante renovación y mantenimiento de los mismos de la cual se destina un 10 % del ingreso total mensual para la adquisición de nuevos implementos con mayor complejidad tecnológica que sean necesarios para cada caso particular a nivel personalizado y semi personalizado o incluso que facilite el proceso en clases grupales.

Listado de recursos físicos actuales de Re-Evolution FITT:

Materiales de entrenamiento y fisioterapia			
Nombre	Cantidad	Costo por unidad(\$)	Proveedor
TRX	6	120.000	Sport Fitness
Pack de bandas elasticas x 8	3	90.000	Sport Fitness
Pack , power bands x 8	3	250.000	Sport Fitness
lazos profesionales	20	18.000	Sport Fitness
lazos semiprofesionales	25	10.000	Sport Fitness
lazos con contador	10	10.000	Sport Fitness
Base inestable completa	3	30.000	Sport Fitness
Base inestable parcial	2	45.000	Sport Fitness
Step	4	85.000	Sport Fitness
Parlantes	3	70.000	Sport Fitness
Agarres para flexión	3	40.000	Sport Fitness
Tobillos x 2	20	20.000	Sport Fitness
Manoplas para antebrazo	20	25.000	Sport Fitness
Balon de futbol	4	35.000	Sport Fitness
Balón de baloncesto	4	38.000	Sport Fitness
Balon de voleibol	4	40.000	Sport Fitness

Guantes de artes marciales, par	4	55.000	Sport Fitness
Bandas de artes marciales, par	4	40.000	Sport Fitness
Protector de artes marciales	4	60.000	Sport Fitness
pack Bandas elásticas circulares x 5	3	45.000	Sport Fitness
Pack de pelotas de rehabilitacion x 3	3	47.000	Futuro
Pack de Elementos de maderoterapia x 6	2	85.000	Futuro
Foam roller	4	100.000	Sport Fitness
Rueda abdominal	2	40.000	Sport Fitness
Rueda abdominal fragmentada	2	50.000	Sport Fitness
Tabla de espuma de natación	4	40.000	Sport Fitness
Pullboy para natación	4	38.000	Sport Fitness
Aletas bilaterales para natación	2	60.000	Sport Fitness
Aletas manuales de natación	2	55.000	Sport Fitness
Escalera de coordinacion de 8 pasos	1	60.000	Sport Fitness
Escalera de coordinacion de 10 pasos	1	70.000	Sport Fitness
Escalera de coordinacion de 12 pasos	1	80.000	Sport Fitness
Conos	30	5.000	Sport Fitness
Platillos	20	7.000	Sport Fitness
Aros	8	4.000	Sport Fitness
Balón medicinal de 8 kg	1	75.000	Sport Fitness
Balón medicinal de 12 kg	1	90.000	Sport Fitness
Balón medicinal de 4 kg	1	55.000	Sport Fitness
Mancuernas armables hasta 10 kg	1	250.000	Sport Fitness
Materiales de valoración física			
Nombre	Cantidad	Costo por unidad	Proveedor
Tanita de 6 puntos	1	800.000	locatel
Plicometro	2	110.000	locatel
Tensiometro digital	2	120.000	locatel

Reloj polar, fenix	2	850.000	locatel
Cinta métrica	4	15.000	locatel
Adipometro	2	85.000	locatel

estos materiales han implicado una inversión de 4'317.000 \$ (pesos colombianos)

Recursos intelectuales:

Los profesionales que hacen y harán parte de Re-Evolution FIT, cuentan con una formación académica de primera categoría además, Re-Evolution FITT ofrece espacios formativos mediante el uso ilimitado a plataformas como PowerexplosiveVIP, Audiofit, Ivoox y Se movimiento (plataformas TOP europeas con temas de entrenamiento, nutrición y fisioterapia) en donde su presidente Julián Mayorga posee accesos ilimitados que les brindara a los profesionales que hagan parte del equipo de trabajo de Re-Evolution FITT.

Por último Re-Evolution FITT tendrá un acceso a revistas científicas gracias a la suscripción personal nuevamente de su presidente Julián Mayorga, quien se encargará personalmente de compartir la información y cada profesional escogerá lo que más se enfoque en su campo laboral.

Con respecto a material propio de REF, los profesionales que hacen parte del equipo de trabajo en Re-Evolution FITT. han diseñado de manera conjunta formatos propios de valoración además de utilizar de forma coherente formatos ya existentes como:

- Parq and you
- Test fantástico
- Test de 24 horas
- Valoración nutricional
- Test de valoración de actividad física
- Test de gasto energético diario
- Historia clínica, Anamnesis

- Escalas de percepción del esfuerzo

Talento humanos:

Para Re-Evolution FITT los recursos humanos son de vital importancia, ya que el servicio que ofrecemos depende de un trabajo multidisciplinar; por lo cual un grupo de profesionales excelentes en su área ya sea nutrición, fisioterapia o entrenamiento que además están en la disposición de trabajar de manera conjunta con el fin de dar el mejor servicio al cliente son la base que sostiene a REF como empresa competente.

Recursos económicos:

A Pesar de tener materiales adecuados para brindar el servicio, Re-Evolution FITT necesita de una constante inversión según los casos individuales de nuevos clientes con historias clínicas tal vez más complejas que las manejadas anteriormente, por ende requieren probablemente de materiales más sofisticados, además de ello se debe mantener una inversión constante para el mantenimiento y renovación de los materiales que ya se posee como se explicó en el apartado anterior de recursos físicos.

CAPÍTULO VII: ACTIVIDADES CLAVES

Para Re-Evolution FITT es fundamental realizar actividades que le brinden la solución de problemáticas a sus clientes potenciales respecto a campus de salud

que sean mejorables mediante la práctica de actividad física guiada de forma profesional, por esta razón el brindar un servicio de alta calidad, creativo e innovador con bastante variedad evitando la monotonía y generando así una adherencia de nuestros clientes, para ello se aclara que los siguientes métodos de entrenamiento se manejan con total claridad por todos los entrenadores de REF:

Entrenamiento funcional:

Es una metodología que se basa en realizar ejercicios y movimientos que nos ayuden a desempeñar tareas funcionales, de manera que busca mejorar la calidad del movimiento cotidiano, mediante movimientos complejos y multi-articulares del tren superior, el tren inferior y core en cada ejercicio que se conoce como full body, por lo tanto, es el entrenamiento del movimiento humano dentro de las pautas de una biomecánica correcta

HITT:

(Tabata, Insanity): El entrenamiento interválico de alta intensidad (HIIT) se caracteriza por ser un tipo de entrenamiento en el que se realizan repeticiones a alta intensidad seguidos de pausas completas o recuperaciones activas, con la intención de realizar una nueva repetición a la intensidad programada. Suelen ser series breves de actividad vigorosa, intercaladas con períodos de descanso o ejercicios de baja intensidad. Ello hace que se estimule el organismo y se produzca un reordenamiento fisiológico comparable con el del entrenamiento continuo de intensidad moderada, a pesar de que requiere una cantidad de tiempo sustancialmente menor y de un menor volumen de ejercicio total. Por otra parte, este tipo de entrenamiento suele ser más agradable para aquel que lo practica en comparación con un entrenamiento de resistencia tradicional (Gibala et al., 2012).

HIPT:

“High intensity power training” son una variación del entrenamiento HIIT clásico con un mayor enfoque en ejercicios de fuerza. En resumen, en lugar de combinar

ejercicio aeróbico a distintas intensidades, se combina ejercicio aeróbico de baja intensidad con ejercicios de fuerza.

La metodología es la misma que en los HIIT se combinan intervalos de baja intensidad con intervalos de alta intensidad con la diferencia de que en lugar de hacer ejercicio cardiovascular se utilizarán ejercicios de fuerza ya sea con pesas o con el propio peso corporal.

Entrenamiento en salas de musculación:

Método para entrenar la fuerza, utilizando la maquinaria de la que dispone nuestro Gimnasio. Dentro de ella podríamos hablar de un tipo de entrenamiento más deportivo y en el que incluiríamos la famosa hipertrofia (aumento de masa muscular y por tanto, incremento de fuerza) y un tipo de entrenamiento con finalidad estética cuyos objetivos van más encaminados a la definición muscular, la reducción del peso y del porcentaje de grasa corporal.

Clases musicalizadas:

Se refiere a una actividad física sistematizada y con un orden establecido de ciertos movimientos que van al compás de una música específica para dicho movimiento, existen diferentes tipos de clases musicalizadas entre las más comunes está la rumba, aeróbicos, aerobox.

Iniciación y formación deportiva:

Consiste un proceso pedagógico en el cual se brindan los principios técnicos y tácticos referentes a algún deporte, además del desarrollo físico fundamental sobre las capacidades condicionales y coordinativas

Formación artística (danza):

Indica un proceso formativo desde el aspecto básico hasta llegar a un nivel avanzado, desarrollando toda la técnica, el conocimiento y las capacidades físicas necesarias para considerarse un bailarín de determinado género o estilo.

Pilates:

Es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento de distintas especialidades como gimnasia, traumatología y yoga, uniendo el dinamismo y la fuerza muscular con el control mental, la respiración y la relajación.

En sus principios fue llamado **Contrología** (*Contrology*), por el propio Pilates, debido a que recalca el uso de la mente para *controlar* el cuerpo, pero buscando el equilibrio y la unidad entre ambos. El método se centra en el desarrollo de los músculos internos para mantener el equilibrio corporal y dar estabilidad y firmeza a la columna vertebral, por lo que es muy usado como terapia en rehabilitación y para, por ejemplo, prevenir y curar el dolor de espalda.

Yoga:

Es un término sánscrito que puede traducirse como “esfuerzo” o “unión”. El concepto tiene dos grandes aplicaciones: por un lado, se trata del conjunto de disciplinas físicas y mentales que se originaron en la India y que buscan alcanzar la perfección espiritual y la unión con lo absoluto; por otra parte, el yoga está formado por las prácticas modernas que derivan de la mencionada tradición hindú y que promueven el dominio del cuerpo y una mayor capacidad de concentración.

Entrenamiento en suspensión:

El entrenamiento en suspensión o TRX es una forma de ejercicio físico funcional (para cualquier actividad deportiva o de la vida cotidiana) que se lleva a cabo con un arnés en suspensión (sistema de cables y cintas) sujeto por un punto de anclaje, este es ajustable y no elástico, fabricado de materiales diversos pero resistentes (siendo el más típico el nailon), del punto de anclaje salen dos cuerdas con agarres mediante las cuales realizaremos los movimientos. Este entrenamiento permite realizar ejercicios multidimensionales, útiles, eficaces y seguros con el propio peso

corporal y la fuerza de la gravedad, que desarrollan la fuerza y al mismo tiempo mejora la flexibilidad, equilibrio y la estabilidad de la parte central del cuerpo (core).

Con respecto a los servicios de nutrición y fisioterapia se diseña un plan individual enfocado en los objetivos personales, que puede variar segun el metodo o metodos de entrenamiento que hagan parte de la planificación de entrenamiento elaborada, para ello se utilizan diversas herramientas como dietas paleolíticas (Basada en proteínas animales principalmente carnes, huevos etc.), cetogénicas (Altas en grasas, bajas en carbohidratos y moderadas en proteínas mixta tanto animal como vegetal), etc. que al final no deben obligar al usuario a adaptarse a ellas si no por el contrario el plan nutricional debe adaptarse al usuario para favorecer la adherencia y el mantenimiento a largo plazo sobre ese plan nutricional, para ello se aplicarán test como el recordatorio de 24 horas que permite identificar los hábitos alimenticios, gustos y con base a eso se elabora un plan nutricional que se pueda mantener con total seguridad.

Fecha:

Día de la semana:

Hora: Lugar:	DESAYUNO
Hora: Lugar:	MEDIA MAÑANA
Hora: Lugar:	COMIDA
Hora: Lugar:	MERIENDA

Hora: Lugar:	CENA
Hora: Lugar:	OTRAS

Ejemplo de formato de cuestionario de 24 horas para elaboración de plan nutricional teniendo en cuenta los gustos del usuarios, Tomado de base de datos de REF, 2018

De la misma medida a nivel fisioterapéutico según la valoración física inicial se brindaran rutinas personales para desarrollar en casa y que irán de la mano con el entrenamiento realizado, dichas rutinas deberán generar gusto al usuario por eso la individualización es la clave de todo el servicio.

Marketing:

Con respecto al marketing, juega un papel fundamental el uso de redes sociales como medio de divulgacion concretamente instagram, facebook y whatsapp, en donde se publicarán diversos tipos de material audiovisual que será diseñado por la empresa asociada encargada del marketing digital. (revisar en el capitulo : Canales).

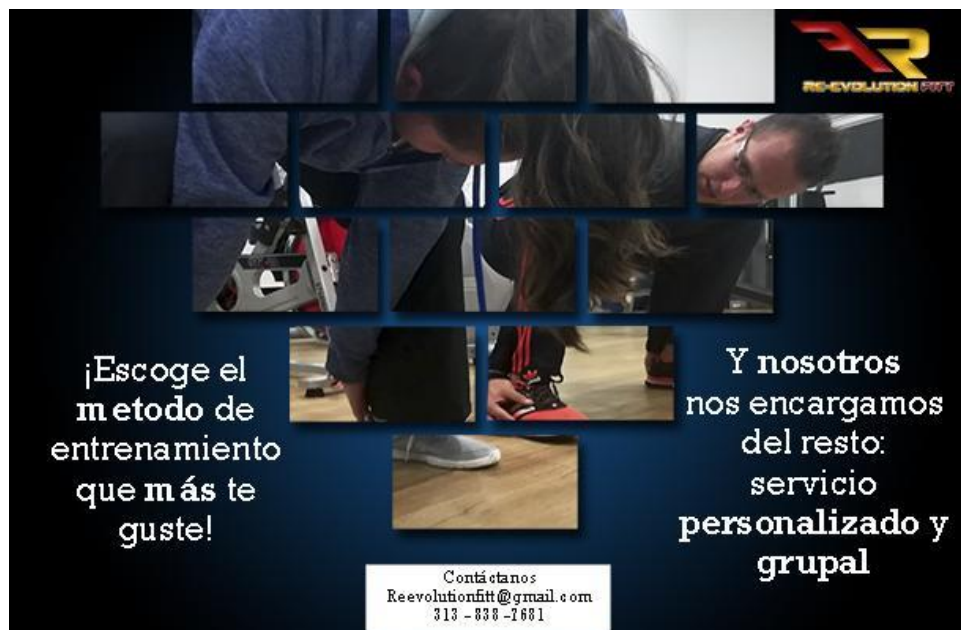
Además de ello se dará de forma física posters, tarjetas y diversos diseños que sigan aumentando la publicidad, para ello se utilizarán diseños como los siguientes:



Cara frontal de la tarjeta de REF



Cara trasera de la tarjeta REF



Poster publicitario, tomado de: Recursos de marketing de REF



Poster publicitario, tomado de: Recursos de marketing de REF



Poster publicitario, tomado de: Recursos de marketing de REF



Poster publicitario, tomado de: Recursos de marketing de REF



RE-REVOLUTION FITT

NO MÁS EXCUSAS

¡LLEGO TÚ MOMENTO!
Entrenamiento funcional personalizado
Modalidad TRX

Contáctanos
Reevolutionfitt@gmail.com
313 - 838 - 7681

Poster publicitario, tomado de: Recursos de marketing de REF

Con lo mencionado anteriormente REF realiza actividades clave de carácter productivo, al planear y diseñar todo un servicio de entrenamiento biológico personalizado, semi personalizado o grupal, además de generar una resolución de problemas ya que cada usuario sin importar el servicio a tomar tendrá una necesidad en especial sobre su salud que REF buscará solucionar claramente siendo el servicio más efectivo para ello el entrenamiento personalizado.

CAPÍTULO VIII: ASOCIACIONES CLAVES

Para Re-Evolution FITT resulta fundamental encontrar la asociación de tipo cliente-proveedor con Sport Fitness como proveedor de materiales para entrenamiento, con respecto a recursos para fisioterapia y nutrición las empresas a considerar son locatel y futuro, lo que plantea una posible alianza estratégica con el fin de establecerse como proveedores de Re-Evolution FITT de forma concreta, ya que se han realizado diversas compras de artículos en estas empresas a manera de clientes más no como una relación recíproca de sociedad, gracias a estas compras realizadas Re-Evolution FITT conoce la calidad de sus productos y de ahí surge el interés por la creación de una sociedad.

Con respecto a las redes sociales empresas encargadas de manejar marketing digital como “Laocoonte” , “paxzu” o “digital active” son tres empresas con una excelente reputación respecto a la calidad de sus servicios en lo que refiere a marketing digital lo que las convierte en las primeras opciones de posibles aliados clave para Re-Evolution FITT, en resumen de lo anterior :

Empresa target de alianza	Beneficios para la empresa aliada	Beneficio para Re-Evolution FITT
Ortopedicos Futuro	Contrato fijo para la	Un proveedor seguro y

	compra/venta de materiales de fisioterapia y entrenamiento	de calidad para obtener materiales de alta calidad tanto a nivel de entrenamiento como de fisioterapia
Locatel Colombia	Contrato fijo para la compra/venta de materiales de fisioterapia y valoración física	Un proveedor seguro y de calidad para obtener materiales de alta calidad tanto a nivel de fisioterapia como de valoración física
Lacoonte, Paxu o Digital active	Contrato fijo para la realización del marketing digital de Re-Evolution FITT	Se obtendría un apoyo profesional y una fuente muy poderosa de publicidad para promover los servicios de Re-Evolution FITT

CAPITULO IX: ESTRUCTURA DE COSTOS

Costos fijos:

Teniendo en cuenta lo anterior RE-Evolution FITT maneja unos costos fijos para su flujo de caja ya que son precios que no son negociables y que deben respetarse en cualquier caso.

Dichos costos fijos abarcan:

- Transporte en caso de servicio personalizado o grupal
- Planificación
- Pago adecuado para tener profesionales excelentes

Por lo anterior se establece el siguiente salario fijo para los profesionales de Re-Evolution FITT:

En REF los profesionales en campos de nutrición y fisioterapia serán contratados con naturaleza laboral de prestación de servicio, en donde según las funciones realizadas indican la remuneración económica.

Profesional	Labor desarrollada	Remuneración económica (\$ pesos colombianos)
Nutricionista	plan nutricional	80.000
Fisioterapeuta	planificación fisioterapia	80.000

Con respecto a los entrenadores, ellos tendrán un contrato formal en donde se les dará un sueldo fijo de 1'800.000 \$ (pesos colombianos) , en donde sus funciones abarcan desde entrenamientos personalizados, semi personalizados hasta grupales. por lo cual será el único profesional que debe contar con tiempo completo para la función de sus labores. Por último se especifica que por un excelente rendimiento laboral abarcando diversos tipos de funciones con gran calidad generarán incrementos a nivel económico así pues “el que trabaja mas gana mas”, convirtiendo así un coste que se comporta bajo el patrón de economía a escala.

Costos variables:

Re-Evolution FITT actualmente tiene costos variables de renovación/mantenimiento y papelería, para ellos se destinarán los siguientes recursos

- **Costos de renovación / mantenimiento:**

REF destinará un total de 5 % a 10% de su ingreso mensual para el mantenimiento de sus materiales, limpieza, reparaciones, etc.

- **Costos de materiales de papelería:**

REF cuenta con una variedad de materiales administrativos como lo son:

- Computador portatil y de escritorio
- Carpetas
- Sobres de manila

- Impresora
- Test impresos

Estos materiales no han llegado a ser parte de costos únicos de REF ya que son materiales que Julián Mayorga el creador de esta idea empresarial ya tenía, así pues se contaba con ellos desde el primer momento que nace la idea de REF y no requirieron de inversión, aunque cabe aclarar que esta en objetivo el adquirir este tipo de materiales para uso exclusivo de REF, para ello se destinará de un 1 a un 3 % del ingreso mensual.

CAPITULO X: EVALUACIÓN DEL IMPACTO

REF tendrá un impacto netamente económico ya que brinda un servicio de carácter multidisciplinar ya sea personalizado, semi personalizado o grupal, a cambio de un intercambio de dinero ,aunque REF idealmente busca mejorar la calidad de vida de sus clientes solo lo hará con los que adquieran el servicio mediante una remuneración económica.

Balance General:

ACTIVO		PASIVO	
<u>Activo corriente</u>		<u>Pasivo corriente</u>	
Caja y bancos	5´800.000	Proveedores	500.000
Clientes	23	Otros acreedores	Ninguno
Otros deudores	Ninguno	Impuestos por pagar	Ninguno
Existencias	4´317.000	TOTAL PASIVO CORRIENTE	500.000
TOTAL ACTIVO CORRIENTE	10.117.023		

		<u>Pasivo no corriente</u>	
<u>Activo no corriente</u>		Deudas a largo plazo	Ninguna
Inm. maq. y equipo	1'220.00	TOTAL PASIVO NO CORRIENTE	0
Depreciación acumulada	550.000		
TOTAL ACTIVO NO CORRIENTE	1'770.000	PATRIMONIO	
		Capital	8'087.023
		Utilidades retenidas	3'800.000

		TOTAL PATRIMONIO	3'800.000
TOTAL ACTIVOS	11'887.023	TOTAL PASIVO Y PATRIMONIO	11'887.023

Flujo de caja del año 2019

Para este apartado planteamos el flujo de caja que actualmente presenta Re-Evolution FITT (1 abril al 30 de abril) y en el segundo caso el flujo de caja que se proyecta para la totalidad del año

Flujo de caja del 1 abril al 30 de abril

Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	9'270.000	pagos a Proveedores	400.000
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5'600.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	9'270.000	Total egresos	5'000.000
Relación Ingresos - egresos	4'270.000 , Para el mes de abril del año 2019		

Buscando el cumplimiento de la meta establecida anteriormente para fin de año se espera el siguiente flujo, cabe aclarar que se espera un incremento mensual de 2 a 3% en el flujo presentado del mes de abril, todo en búsqueda del cumplimiento de la proyección realizada .

Flujo de caja proyectado para todo el año 2019:

Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	110´000.000	pagos a Proveedores	4´500.000
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	60´000.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	110´000.000	Total egresos	64´500.000
Relación Ingresos - egresos	45´500.000 , Para el fin del año 2019		

Actualmente el flujo de caja para el 1 de mayo hasta el 21 (actualmente) es el siguiente:

Flujo de caja actual , Mayo del 2019			
Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	9´500.000	pagos a Proveedores	Ninguno
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5´600.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	9´500.000	Total egresos	5´600.000
Relación Ingresos	3´900.000 , Para el mes de mayo que no se ha culminado		

- egresos	
-----------	--

Flujo de caja proyectado para el mes de Junio del 2019			
Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	9´700.000	pagos a Proveedores	Ninguno
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5´600.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	9´700.000	Total egresos	5´600.000
Relación Ingresos - egresos	4´100.000		

Flujo de caja proyectado para el mes de Julio del 2019			
Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	10´000.000	pagos a Proveedores	Ninguno
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5´600.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	10´000.000	Total egresos	5´600.000
Relación Ingresos - egresos	4´400.000		

Flujo de caja proyectado para el mes de Agosto del 2019			
Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	10´200.000	pagos a Proveedores	Ninguno
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5´800.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	10´200.000	Total egresos	5´800.000
Relación Ingresos - egresos	4´600.000		

Flujo de caja proyectado para el mes de Septiembre del 2019			
Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	10´500.000	pagos a Proveedores	Ninguno
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5´800.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	10´500.000	Total egresos	5´800.000
Relación Ingresos - egresos	4´900.000		

Flujo de caja proyectado para el mes de Octubre del 2019			
--	--	--	--

Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	11'000.000	pagos a Proveedores	Ninguno
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5'800.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	11'000.000	Total egresos	5'800.000
Relación Ingresos - egresos	5'400.000		

Flujo de caja proyectado para el mes de noviembre del 2019			
Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	11'500.000	pagos a Proveedores	Ninguno
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5'800.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	11'500.000	Total egresos	5'800.000
Relación Ingresos - egresos	5'900.000		

Flujo de caja proyectado para el mes de Diciembre del 2019			
Origen de fondos		Salidas o egresos	
Cobro a clientes	12'000.000	pagos a	Ninguno

		Proveedores	
Préstamos recibidos	Ninguno	Salarios	5´800.000
Aportes de socios	Ninguno	Gastos operativos	Ninguno
Total de ingresos	12´000.000	Total egresos	5´800.000
Relación Ingresos - egresos	6´400.000		

Mes	Ingresos	Egresos	Relación Ingresos/Egresos
Mayo	9´500.000	5´600.000	3´900.000
Junio	9´700.000	5´600.000	4´100.000
Julio	10´000.000	5´600.000	4´400.000
Agosto	10´200.000	5´600.000	4´600.000
Septiembre	10´500.000	5´800.000	4´700.000
Octubre	11´000.000	5´800.000	5´200.000
Noviembre	11´500.000	5´800.000	5´700.000
Diciembre	12´000.000	5´800.000	6´200.000

Proyección de ventas a un año: Para el presente año Re- Evolution FITT tiene actualmente :

Los siguientes datos son los que se mantienen hasta la fecha 24/05/2019, con respecto a la cantidad de usuarios que se encuentran afiliados a Re-Evolution FITT

Ingresos Actuales de Re-Evolution FITT 24/05/2019			
Servicio	Cantidad	Valor unitario	Valor total
Ent Personalizado x 3 sesiones semanales	8	360.000	2.880.000
Ent Personalizado x 2 sesiones semanales	4	280.000	1.120.000
Ent Personalizado x 1 sesión semanal	2	160.000	320.000
Ent Semi personalizado x 5 veces por semana	5	350.000	1.750.000
Servicio grupal x2 veces semanales	4	800.000	3.200.000
Ingresos totales	9.270.000		
Costos de profesionales pertenecientes a Re-Evolution FITT, 24/05/2019			
Entrenadores contratados	2	1.800.000	3.600.000

Nutricionistas contratados	1	80.000 x dieta realizada a nivel personalizado y semi personalizado	1.440.000
Fisioterapeutas contratados	1	80 x planificación total fisioterapéutica realizada a nivel personalizado y semi personalizado	800.000
TOTAL	5.840.000		

Salario del presidente:

Debido a sus funciones a nivel administrativo y formativo al educar constantemente a su personal de manera especializada, Julián Mayorga recibe un sueldo de 2.000.000 de pesos colombianos -.Dejando así un total de 3.800.000 de pesos colombianos para el uso exclusivo de Re-Evolution FITT que bajo la administración de Julián Mayorga serán usados para su máximo beneficio en donde se distribuirá para abarcar costos de mantenimiento, prevención, etc valores que seran explicado en capítulos posteriores. Este balance es el que se presenta en la presente fecha, 1/05/2019, la proyección realizada para el año completo es la siguiente:

Servicio	cantidad a incrementar anual
Entrenamiento personalizado	10
Entrenamiento semi personalizado	3
Clases grupales	2

Es una meta bastante alta al querer incrementar aproximadamente el 50% en cada servicio, para ello cada profesional de Re-Evolution FITT seguirá el plan de acción guiado por su presidente Julián Mayorga para cumplir esta meta anual que se distribuye de forma mensual, evaluando y corrigiendo las proyecciones realizadas, esta mensual será evaluada de la siguiente manera:

Meta mensual de Mayo:

Servicio	cantidad a incrementar
Entrenamiento personalizado (sin importar cantidad de sesiones semanales)	1
Entrenamiento semi personalizado	1
Clases grupales	1

Meta mensual de Junio:

Servicio	cantidad a incrementar
Entrenamiento personalizado (sin importar cantidad de sesiones semanales)	1-2
Entrenamiento semi personalizado	1
Clases grupales	1

Meta mensual de Julio:

Servicio	cantidad a incrementar
Entrenamiento personalizado (sin importar cantidad de sesiones semanales)	2-3, énfasis del mes en servicios personalizados por época vacacional
Entrenamiento semi personalizado	0

Clases grupales	0
-----------------	---

Meta mensual de Agosto:

Servicio	cantidad a incrementar
Entrenamiento personalizado (sin importar cantidad de sesiones semanales)	1-2
Entrenamiento semi personalizado	0-1
Clases grupales	0-1

Meta mensual de Septiembre:

Servicio	cantidad a incrementar
Entrenamiento personalizado (sin importar cantidad de sesiones semanales)	1
Entrenamiento semi personalizado	0-1
Clases grupales	0-1

Meta mensual de Octubre:

Servicio	cantidad a incrementar
Entrenamiento personalizado (sin importar cantidad de sesiones semanales)	1
Entrenamiento semi personalizado	0-1
Clases grupales	0-1

Meta mensual de Noviembre:

Servicio	cantidad a incrementar
----------	------------------------

Entrenamiento personalizado (sin importar cantidad de sesiones semanales)	1
Entrenamiento semi personalizado	0-1
Clases grupales	0-1

Meta mensual de Diciembre:

Servicio	cantidad a incrementar
Entrenamiento personalizado (sin importar cantidad de sesiones semanales)	2-3, énfasis del mes en servicios personalizados por época vacacional
Entrenamiento semi personalizado	0-1
Clases grupales	0-1

Cabe aclarar que cada meta a nivel personalizado es de vital importancia mientras que debido al proceso de evaluación de los servicios de clases grupales y semi personalizados aunque registramos 0-1, claramente deberán cumplirse a fin de año los 3 nuevo usuarios semi personalizados y las 2 nuevas clases grupales, usualmente en varios casos en las clases grupales se afilian bastantes usuarios al servicio semi personalizado lo cual por experiencia nos permite dar una ligera correlación.

Punto de equilibrio:

- $(6'250.000 \times U) - (1'800.000 \times U) - 500.000 = 0$
- U= Se deben lograr un total 8.9 Unidades o servicios de la empresa para entrar al punto de equilibrio anual.

VPN Y TIR

Para realizar el cálculo se resalta que la inversión inicial real fue el primer ingreso dado para Re-Evolution FITT que fue de 500.000 pesos colombianos, así pues el VPN para el año 2019 se toma como balance con el cual Re-Evolution FITT comienza el año que es de 10.500.000 , según esto el VPN proyectado es 45'500.000 lo cual indica que el proyecto para esta visión anual tiene una viabilidad muy alta

Con respecto al TIR proyectado a 1 año es de 80.06% siendo así bastante viable

LIENZO DEL MODELO DE NEGOCIO

Alianzas Clave “sport fitness”, “Futuro” o “locatel” —	Actividades Clave Servicio de Entrenamiento físico, nutrición y fisioterapia a nivel personalizado, semi personalizado o Recursos Clave:	Propuesta de Valor Brindamos un servicio con alternativas innovadoras, creativas y llamativas para la práctica de actividad física	Bloque de Relación Con el Cliente El contacto mediante las redes sociales o vía telefónica Canal Comunicación directa: Técnicas estratégicas de publicidad y promoción	Segmento del Mercado Abarca cualquier grupo etario, sin importar género, edad, algún tipo de enfermedad crónica no transmisible o limitación física, de manera general el servicio se brinda a categoría 3 o superior
Estructura de Costos — Materiales necesarios para la planificación de cada usuario Transporte del entrenador al lugar de elección del usuario Inmuestros	Modelo de Ingresos Transferencia bancaria a cuenta de ahorros de la empresa REF Pago online mediante la plataforma			

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Marchante D. Entrenamiento eficiente. 1st ed. Madrid: Luhu Alcoi S.L.; 2017. p.12
- Adie, J.; Duda, J. L. & Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female participants:

- A test of basic needs theory. *Motivation and Emotion*, 32, 189-199.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum Press. Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037.
 - Deci, E.L. & Ryan, R.M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. En R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Vol. 38. Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
 - Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
 - Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macro-theory of human motivation, development and health. *Canadian Psychology*, 29, 182-185.
 - Gentil, P., Soares, S. R. S., Pereira, M. C., Cunha, R. R. D., Martorelli, S. S., Martorelli, A. S., & Bottaro, M. (2013). Effect of adding single-joint exercises to a multi-joint exercise resistance-training program on strength and hypertrophy in untrained subjects. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 38(999), 341-344
 - Schoenfeld BRADJS. THE MECHANISMS OF MUSCLE HYPERTROPHY AND THEIR APPLICATION TO RESISTANCE TRAINING. 2010;24(10):2857–72.
 - Oares SAS, Oa J, Emben MIGB, Ottaro MAB. DISSOCIATED TIME COURSE OF MUSCLE DAMAGE RECOVERY BETWEEN SINGLE- AND MULTI-JOINT EXERCISES IN HIGHLY RESISTANCE-TRAINED MEN. 2015;2594–9.
 - Young WB, Rath D a. Enhancing foot velocity in football kicking: the role of strength training. *J Strength Cond Res*. 2011;25(2):561–6.
 - Saeterbakken AH, van den Tillaar R, Seiler S. Effect of core stability training on throwing velocity in female handball players. *J Strength Cond Res*. 2011;25(3):712–8.
 - Faries MD, Greenwood M. Core Training: Stabilizing the Confusion. *Strength Cond J*. 2007;29(2):10.
 - Schoenfeld B, Contreras B. Is Postexercise Muscle Soreness a Valid Indicator of Muscular Adaptations? *Strength Cond J*. 2013;35(5):16–21.
 - Turpin N a, Costes A, Villeger D, Watier B. Selective muscle contraction during plantarflexion is incompatible with maximal voluntary torque assessment. *Eur J Appl Physiol*. 2014;114(8):1667–77.

REFERENCIAS WEBGRÁFICAS

- Medrano, A. (2011). “Importancia de la visión humanística en la empresa”. Recuperado de: www.antonimedrano.net/doc/
- Porto J. & Gardey. A.: Definición de evolución Publicado: 2008. Actualizado: 2012. Recuperado de: <https://definicion.de/evolucion/>
- Vásquez D. (2016) “El sedentarismo es un problema de salud pública en la ciudad” Recuperado de: <https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16556059>
- Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. (2018), Recuperado de : <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- Impacto de los malos hábitos alimentarios sobre la salud de la población colombiana. (2017), Recuperado de: <http://www.consultorsalud.com/panorama-de-la-obesidad-y-el-sobrepeso-en-colombia>
- Inactividad física: Un problema de salud mundial. (2018), Recuperado de: https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/es/