FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

TRABAJO FIN DE GRADO
DOBLE GRADO EDUCACIÓN PRIMARIA Y CAFYDE
CURSO ACADÉMICO 2021/2022

AUTOR: Ugaitz Martínez Remón
DIRECTOR: Julio Fuentesal García

10 de marzo de 2021

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

PROYECTO DE GESTIÓN DEPORTIVA: GERONATURA

MODALIDAD DE TFG: Proyecto de gestión deportiva
AUTOR: Ugaitz Martínez Remón
DIRECTOR: Julio Fuentesal García

10 de marzo de 2021

ÍNDICE

1. Resumen/Abstract y palabras clave. 7

1.1. Resumen. 7

1.2. Abstract. 8

2. Introducción y justificación del tema elegido. 9

3. Definición del negocio. 15

3.1. Idea del negocio y síntesis del servicio a ofrecer. 15

3.2. Misión, visión y valores de una empresa. 24

3.2.1 Misión. 24

3.2.2 Visión. 24

3.2.3 Valores. 24

4. Objetivos generales y específicos. 26

4.1. Objetivos Generales. 26

4.2. Objetivos Específicos. 26

5. Investigación. 28

5.1. Análisis del mercado (variables macroeconómicas). 28

5.1.1. Entorno Político. 28

5.1.2. Entorno económico. 31

5.1.3. Entorno Social. 35

5.1.4. Entorno Tecnológico. 38

5.1.5. Entorno Ecológico Medio-ambiental. 40

5.1.6. Entorno Legal. 43

5.2. Análisis de la competencia. 43

5.3. Análisis del target. 44

5.4. Análisis dafo (debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades). 46

6. Identidad visual corporativa. 49

6.1. Creación del nombre. 49

6.2. Creación del logotipo. 50

7. Localización geográfica. 51
8. Planificación comercial y de marketing. 58
8.1. El producto / Servicio. 58
8.2. Promoción. 61
8.2.1. Página WEB 61
8.2.2. RRSS 63
8.2.3. Newsletter 64
8.2.4. Prensa escrita 64
8.2.5. Revista local del ayuntamiento 65
8.2.6. Dípticos y cartelería 65
8.2.7. Jornadas de puertas abiertas 65
8.2.8. App móvil 66
8.3. Distribución. 66
8.4. El precio. 67
9. Estructura de actividades. 69
10. Temporalización. 90
11. Recursos materiales y espaciales. 92
12. Recursos Humanos. 97
12.1. El personal que va a componer el equipo profesional es el siguiente: 97
12.2. Política salarial y de contratación de la empresa. 100
13. Presupuesto 101
14. Referencias bibliográficas. 106
15. Anexos. 113
Anexo 1: Permiso para la construcción del proyecto 113
Anexo 2: Especificación inmovilizado material 114
Anexo 3: Cuadro de amortización más intereses del préstamo 115
Anexo 4: Previsión ventas primer año 120
Anexo 5: Gastos de personal 122

Anexo 6: ROI 123

1. Resumen/Abstract y palabras clave.

1.1. Resumen.

El presente Proyecto de Gestión Deportiva, consiste en la creación de unas instalaciones en la población de Aibar. Se trata de un lugar que por sus características medio ambientales y de población, es el idóneo para la realización de ejercicio físico en la naturaleza con personas adultas mayores.

La idea de la creación de este negocio surge por el interés en ayudar a los mayores a que el deterioro de sus facultades tanto físicas, como psíquicas, llegue lo más tarde posible. Sabemos que un número elevado de personas nacidas en lo que se llama el baby boom, de los años 1957-1977, en estos momentos están empezando a jubilarse. La humanidad a nivel mundial está aumentando su esperanza de vida y esto lleva a tener que cuidarse, para tener autonomía el mayor número posible de años.

A su vez sabemos que la actividad física realizada en el medio natural genera muchos beneficios para la salud, con el añadido de ser más entretenida y gratificante. El mundo del deporte o ejercicio físico está muy extendido en gimnasios, pero no se ve nada que se haga en el entorno natural. Estamos en una sociedad cada vez más metida entre paredes y nos estamos perdiendo el simple pero gozoso placer de observar y respirar en medio de un bosque. En un entorno rural, como en el que se desarrolla el proyecto, no sería muy aconsejable, hablar a nuestros mayores de salud y no facilitarles el estar en contacto con la naturaleza.

Está muy en boga en estos años, el deporte de aventura en la naturaleza, pero el adulto mayor es reticente a este tipo de actividad, por el riesgo que conlleva.
Uniendo todos estos pensamientos, surgió la idea de ayudar a nuestros mayores, haciendo que esta etapa final de la vida sea más llevadera, contribuyendo a generar “serotonina”, la llamada hormona de la felicidad. Sin olvidar que al ser un proyecto que no cuenta con competencia, es más fácil de obtener el beneficio.

PALABRAS CLAVE: Medio natural, tercera edad, calidad de vida y autonomía.

1.2. Abstract.

This Sports Management Project consists of the creation of facilities in the town of Aibar. It is a place that, due to its environmental and population characteristics, is ideal for physical exercise in nature with older adults.

The idea of the creation of this business arises from the interest of helping the elderly so that the deterioration of their physical and mental faculties arrives as late as possible. We know that many people who were born in what is called the baby boom, from 1957-1977, who are now beginning to retire. Humanity worldwide is increasing its life expectancy, and this leads to the need to take care of oneself in order to have autonomy for as many years as possible.

At the same time, we know that physical activity performed in the natural environment, generates many health benefits, with the added bonus of being more entertaining and rewarding. The world of sport or physical exercise is widespread in gyms, but nothing is seen to be done in the natural environment. We are in a society that is becoming more and more walled in, and we are missing out on the simple pleasure of observing and breathing in the middle of a forest. For a rural environment, such as the one in which the project takes place, it would not be very advisable to talk to our elders about health and not make it easier for them to be in contact with nature.

Adventure sports in nature are very popular these days, but the elderly is reluctant to this type of activity because of the risks involved.
Joining all these thoughts, we came up with the idea of helping our elders, making this final stage of life more bearable, contributing to generate "serotonin", the so-called happiness hormone. Without forgetting that being a project that has no competition, it is easier to find the benefit.

KEY WORDS: Natural environment, elderly, quality of life and autonomy.

2. Introducción y justificación del tema elegido.

El presente Trabajo de Fin de Grado se enmarca en el ámbito del ocio, recreación, actividades físicas en el medio natural y habilidades para la vida en diferentes ambientes de aprendizaje, con un enfoque diferente sobre el ejercicio físico en la naturaleza. Quiero crear una empresa que ofrezca servicios de ocio y tiempo libre a un target amplio en el que se ponga el acento en la tercera edad.

El proyecto que se presenta en este trabajo, consiste en la creación de una empresa de actividades en el medio natural, ofreciendo actividades para favorecer la condición física de las personas mayores del municipio de Aibar (Navarra) y su comarca.

La intención es atender las necesidades de las personas de la tercera edad que quieran mejorar su salud a través de los beneficios del ejercicio físico, ayudando con ello a la mejora de su calidad de vida, en un entorno rural y natural. Aprovecharé los beneficios que aportan los espacios de la naturaleza, así como del movimiento y la actividad física para la salud de personas llamadas adultos mayores, teniendo en cuenta sus posibilidades y limitaciones. Voy a contribuir a la mejora de su autonomía, intentando que adquieran más independencia y ayudando a la ralentización de su deterioro físico y mental. En definitiva, mejorando esos años que el aumento de la esperanza de vida nos regala en la actualidad.

Poniendo en marcha nuestro proyecto podemos conseguir algunos de los evidentes beneficios que aporta el ejercicio físico para los mayores: reduce los riesgos de patologías crónicas, mejora el sueño, fortalece articulaciones y músculos, es un incentivo personal que ayuda a la autoestima, a la socialización y como tal a la salud mental (García-Molina et al., 2010).

Con este proyecto, mediante la ejecución de actividades en el hábitat que les rodea, vamos a ayudar a mejorar el modo de vida de las personas en edad avanzada, que cada vez son más numerosos en nuestra sociedad.

El propósito de la idea es ayudar a través de mi trabajo y amparado en mis conocimientos de CAFYDE, a la consecución de una de las directrices de la OMS, “ aumentar el número creciente de personas mayores activas e integrar en la práctica de ejercicio físico a las

personas muy mayores o que envejecen con fragilidad", así lograr un envejecimiento saludable.

Los principales motivos por los que me he decidido a elaborar un proyecto de gestión deportiva en las actividades de ocio recreación y tiempo libre han sido los siguientes:

1. Desde edad temprana he estado relacionado con actividades en el medio natural, conociendo personalmente **los beneficios que el aire libre y la naturaleza nos aportan:** contribuyen a **bajar la ansiedad, el estrés**, **aumentando el proceso de recuperación después del ejercicio y favorecen la oxigenación celular**, por lo que refuerzan el sistema inmunológico (Glencross et al., 2020).

2. Este verano en concreto he tenido la oportunidad de **trabajar en el parque de aventuras Artamendia** (ww.parqueartamendia.com). Esta experiencia, me ha hecho ser consciente de mi capacidad para relacionarme con personas de diferentes edades. Creo tener gran disposición para empatizar, ser diligente y resolutivo en muchas situaciones. Por lo que **ha despertado en mi más interés** del que ya tenía con respecto a **la actividad física en el medio natural**.

3. Soy consciente que en la actualidad, vivimos en una **"cultura tecnológica"** que tiende a hacernos pasar cada vez **más tiempo en interiores**, sin embargo, **la actual pandemia nos ha enseñado lo importante** que es ocupar nuestro tiempo en **espacios de exterior**. La actividad en estos espacios nos proporciona beneficios para la salud física y psicológica, ya que estar en el medio natural nos agrada y reconforta.

4. He comprobado que **el rango de edad a partir de los 60 años se quedaba fuera de actividades en el medio natural**, al considerarse arriesgadas para su edad. Así no podían aprovechar los beneficios de la naturaleza de forma entretenida. Esto me ha hecho pensar en como ayudar a todas esas personas que superan los 60-65 años. Según la Organización Mundial para la Salud (OMS, 2015), "**la población mundial está envejeciendo de manera incontrolada por lo que entre 2000 y 2050, la proporción de las personas mayores en el planeta se duplicará en apenas medio siglo"**. Se prevé que para el año 2050 en España según el INE (2020) la población mayor de 65 años será del 31,4%. Además, la OMS sitúa a

España como el segundo país con mayor esperanza de vida (82,93) únicamente por detrás de Japón.

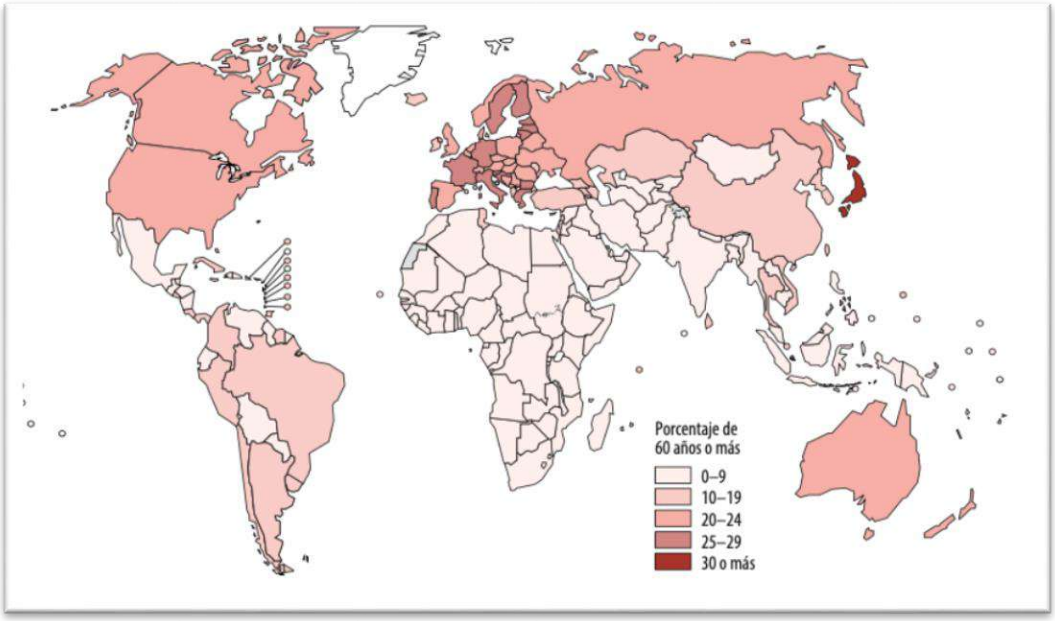


Figura 1. (OMS, 2015, p. 59) Proporción de personas de 60 años o más, por país en 2015

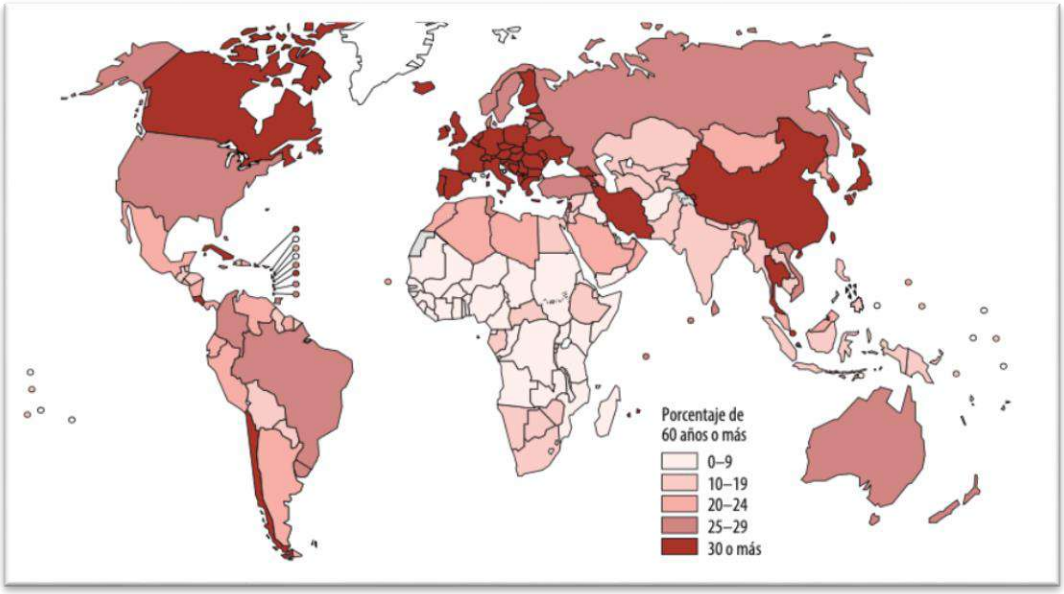


Figura 2. (OMS, 2015, p.59) Proporción de personas de 60 años o más, por país, en 2050

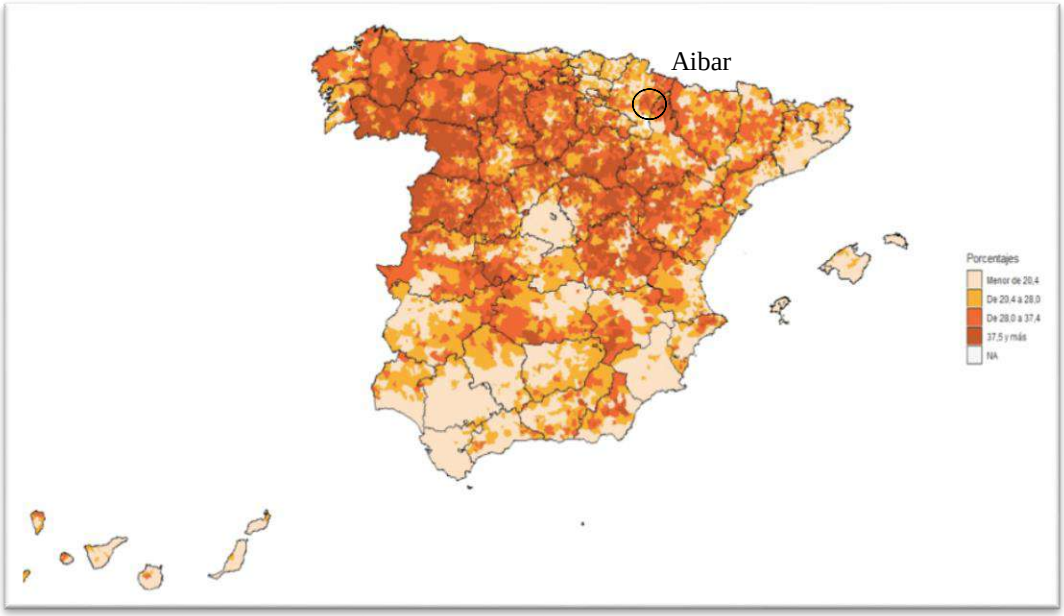


Figura 3. (Díaz et al., 2020, p.12). Porcentaje de personas de 65 años y más por municipios, 2020

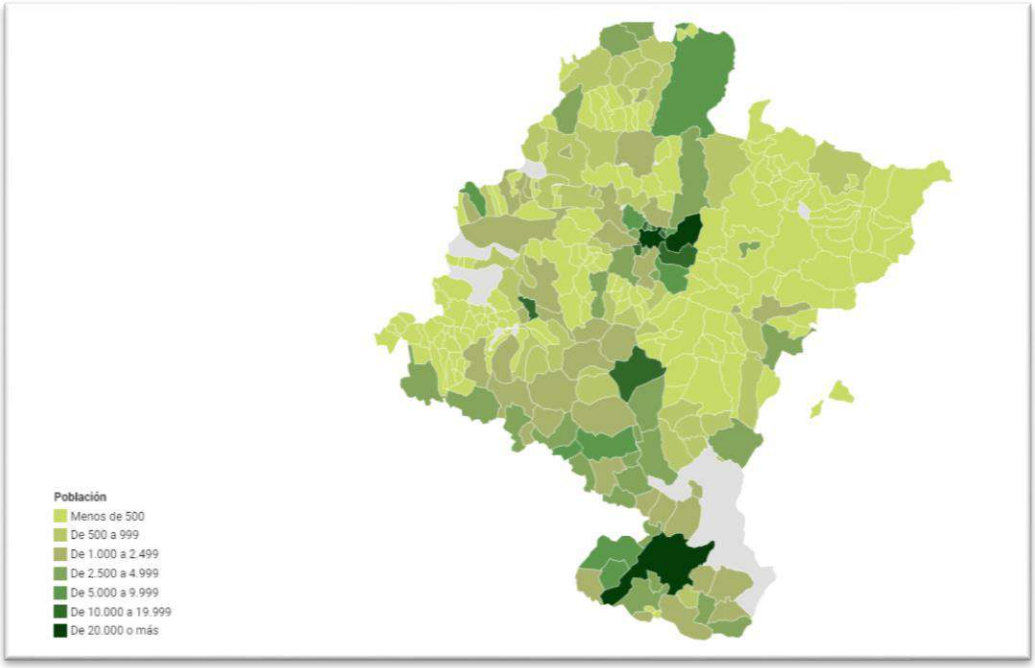


Figura 4. Población residente a 1 de enero de 2020 (Instituto Estadística de Navarra).

5. Otro de los motivos, es llevar a la **práctica** algunos de los **conocimientos cursados en el grado de CAFYDE**, como: ocio y recreación, la actividad física y salud, fisiología, biomecánica, anatomía del cuerpo humano, teoría y

práctica del entrenamiento deportivo, planificación y metodología del entrenamiento, educación física inclusiva y primeros auxilios. Ya sé cómo actuar en cada momento con nuestros usuarios, cuales son las dificultades que presentan para poder mejorarlas y adquirir las competencias necesarias optimizando la invalidez que suelen presentar algunos de ellos en este rango de edad. Mencionado por Coto (2010) y citado por Jiménez, et al., (2013), este rango de edad debe adquirir un programa que atienda a sus necesidades, el cual a través de la colaboración de distintos profesionales como fisioterapeutas, médicos y profesionales del deporte les permita llevar un proceso planificado y profesional.

6. Un estímulo más es el gran **componente socio-emocional que este proyecto tiene**, con todo lo que supone ayudar a que las personas de la tercera edad logren alcanzar la plenitud y el bienestar de una existencia llena de vida (Párraga, 2009). Son muchos los beneficios que este proyecto les puede aportar, desde psíquicos, físicos, motores, hasta favorecer la actividad cerebral pudiendo influir en el retraso de algo neurodegenerativo como puede ser el alzhéimer (García-Molina et al., 2010).

7. También es motivante, que tras investigar, puedo aseverar que no existe ninguna empresa que realice **actividades al aire libre para ese rango de edad,** en el medio natural y en la zona geográfica donde se desarrolla el proyecto. Al ser algo novedoso creará expectación e interés**,** logrará que les cree una **dependencia positiva por lo ameno y productivo que les pueda resultar**. Se establecerán lazos entre ellos, fomentara la solidaridad, amistad y mejora de las relaciones sociales tan necesaria en esta etapa de la vida (OMS, 2015).

8. Para finalizar, también me motiva poner en marcha un **tipo de negocio poco desarrollado,** pero con un enorme potencial puesto que se nutre de la generación **baby-boom, 1957-1977** (Díaz et al., 2020). Una consecuencia de esto va a ser el envejecimiento demográfico de la población, llegando a ser España uno de los más afectados por ese aumento de la esperanza de vida. Esto unido a que **cada vez hay más cultura de hábitos deportivos,** digamos que las personas cada vez le dan más importancia a su estado físico y mental,

teniendo más costumbres saludables, sin olvidarnos de la disposición de más tiempo al dejar de trabajar.

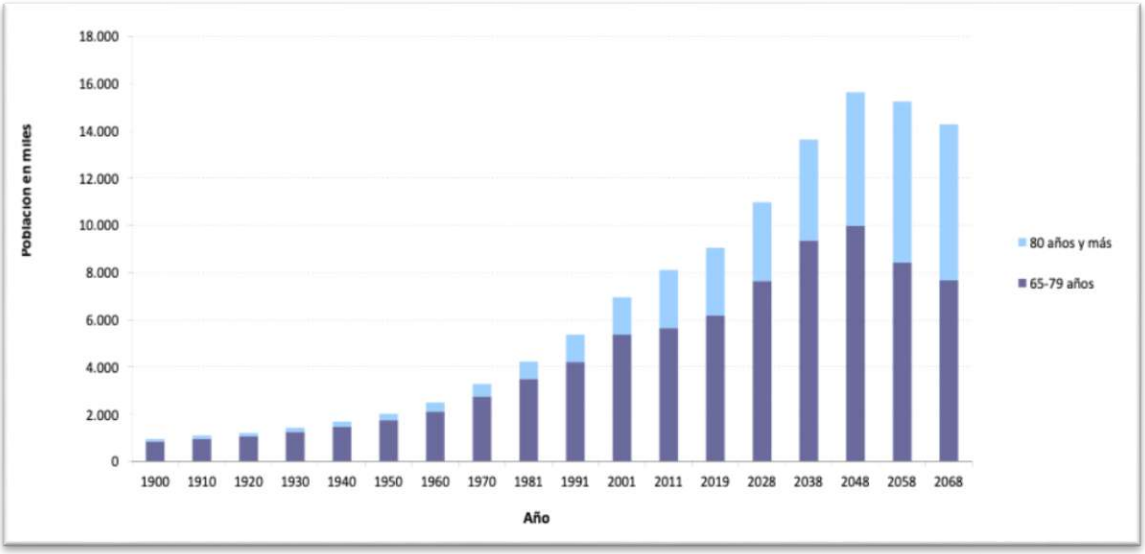


Figura 5. (Díaz et al., 2020, p.5) Evolución de la población de 65 y más años. España 1990-2068

3. Definición del negocio.

3.1. Idea del negocio y síntesis del servicio a ofrecer.

La idea de negocio consiste en la creación de una empresa que sea referente para audltos mayores en el ejercicio e inmersa en un entrono natural. Estará situada a las afueras del centro urbano del municipio de Aibar (Navarra), en un entorno rural y rodeado de plena naturaleza. Se elige este municipio por la amabilidad y compromiso de los ciudadanos con su propio pueblo qué las relaciones sociales fluyen de manera natural y hay un ambiente tranquilo del que poder disfrutar.

El proyecto ofrecerá un servicio de actividad física en el medio natural para la tercera edad, cuyo fin sea mejorar la calidad de vida de estas personas (física, psicológica y socialmente), a la vez que sea entretenido, motivándoles en la práctica de la actividad física haciéndoles ver los beneficios de esta para su salud.

En España el mayor número de habitantes se encuentra en la zona urbana, no obstante, el envejecimiento está mucho más acentuado en las zonas rurales. Aibar y los pueblos de la comarca, son municipios de dos mil o menos habitantes en los que abundan adultos mayores. El 28,5% de las personas que vive en el entorno rural son personas de la tercera edad, por ello es necesario que estas dispongan de un servicio de actividades en el medio natural (Díaz etal., 2020).

En el siguiente grafico se puede apreciar la evolución de cómo está avanzando la población española.

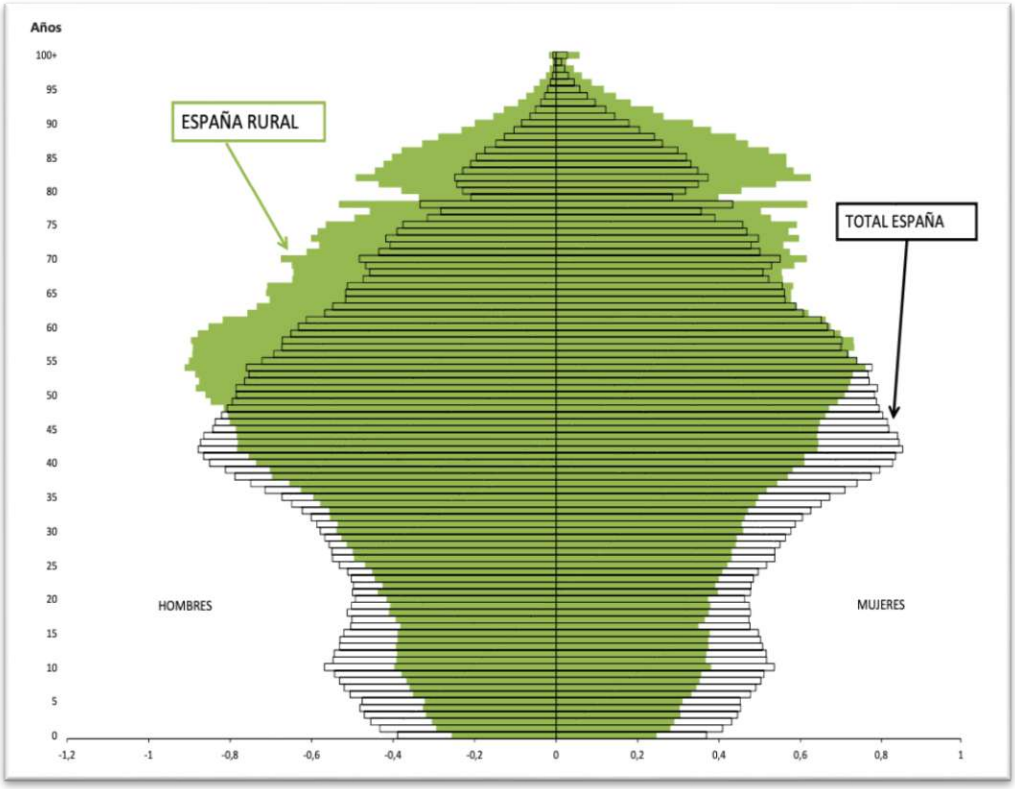


Figura 6. (Díaz et al., 2020, p.10). Pirámide comparativa de la población de España y la rural.

Respecto a lo mencionado por Aranda (2018), la calidad de vida hace referencia a los valores y normas que constituyen a un sujeto en relación a los objetivos y expectativas que tenga, estando estos influenciados por la salud física y mental. Con la creación de este proyecto y aprovechándonos de los beneficios que se obtienen por el control del entorno, vamos a facilitar a los clientes que afronten la vida tanto física como psíquicamente de manera sana, ayudándonos del medio natural.

El 33% de las personas con edades comprendidas entre 70 y 79 años y el 50% de las mayores de 79 años no realizan la actividad física mínima recomendada por la OMS como dice Bauman et al., (2016) citado por Guillem-Saiz et al., (2021). Esto hace indispensable la planificación e implementación de programas de actividad física dirigidos a la población anciana (Guillem-Saiz et al., 2021).

En la empresa que se va a crear, al estar dirigido el ejercicio por un técnico experto en sus diferentes categorías, las actividades se realizaran con más regularidad y constancia. Además, es sabido que cuando se paga un servicio, este lo asumes con más rigurosidad y se es más cabal en el trabajo (Stucky, Gómez y de Sousa, 2018).

Las actividades propuestas por el técnico, se organizarán dependiendo de la condición física de cada individuo y de cómo vayan evolucionando en ellas. En la misma línea que Aranda (2018), se debe tener en cuenta las limitaciones físicas y factores sociales que intervienen en la calidad de vida de los adultos mayores, aunque no hay límite de edad para el desarrollo del ejercicio, sí que se hará una evaluación previa del estado de las personas, teniendo en cuenta que nuestros clientes son de la tercera edad y poseen factores de riesgo más acentuados.

Las instalaciones estarán situadas en el entorno natural y dispondrá de un espacio cubierto que se utilizará para la realización de actividades indoor, así como en el caso de tener inclemencias meteorológicas adversas para el desarrollo del ejercicio en el exterior. El espacio cubierto dispondrá de amplias vistas al exterior debido a la importancia que adquiere el medio natural en nuestra identidad.

Imagen 1. Gimnasio sostenible. Fuente: Google imágenes.

A su vez, la zona interior dispondrá de un espacio con sauna y piscina con chorros, para que los usuarios puedan relejarse y disfrutar de las vistas a la naturaleza. A través de los masajes, obtendrán mejoras en diversas afectaciones musculares que hayan podido sufrir a lo largo de los circuitos o actividades realizadas. Con ello se conseguirá disminuir el nivel de fatiga muscular y prevenir, mejorar o curar las afecci sufridas a nivel físico, motor y psicológico (Pacheco, Jatzire y Guerrero, 2014).

Imagen 2. Spa Etxegana. Fuente: Google imágenes.

Por lo tanto, teniendo en cuenta el espacio en el que se trabaje, podremos hacer que nuestros clientes perciban sensaciones diferentes, ya que las experiencias que se viven en cada uno de ellos dependen del lugar y de la forma de impartir las actividades. Teniendo en cuenta a Jiménez, et al., (2013) las condiciones y sensaciones encontradas en un gimnasio nunca se podrán comparar con las que se obtienen en un espacio más abierto y diverso como es la naturaleza.

Las instalaciones constarán de taquillas individualizadas con apertura de huella dactilar; cada usuario dispondrá del material necesario para el desarrollo de las actividades. Teniendo en cuenta la edad de nuestros clientes, pretendemos facilitar el transporte del material, dado que una excesiva carga de equipamiento en su día a día puede perjudicar en cierta manera la salud de nuestros usuarios.

Para la realización de nuestros programas y bajo los principios de la empresa, todos los usuarios deberán firmar un consentimiento médico y pasar un test que otorgue la realización de la práctica deportiva en nuestra empresa. Además, dichas pruebas facilitaran información para la separación de nuestros usuarios en los distintos niveles que se proponen.

Para un mejor seguimiento, tendremos en cuenta las necesidades individualizadas de nuestros clientes. Siempre, con cita previa, tendrán la oportunidad de reunirse con los

distintos profesionales en el área que les corresponda para aclarar dudas, controlar su evolución y mejora en la condición física.

El programa de actividades que se llevará a cabo está divididod en circuitos y actividades indoor. Ambas, estarán distribuidas teniendo en cuenta la situación de salud y grado de dependencia de nuestros usuarios divididos en tres niveles (principiante, intermedio y avanzado) como puede verse en las siguientes tablas.

NIVELES	
Principiante (P)	Personas con dificultad a nivel físico, motriz y psicológico. Es decir, personas que pueden presentar alguna enfermedad y deben tener mayor apoyo o vigilancia exterior.
Intermedio (I)	Personas que puedan poseer alguna enfermedad de carácter crónico que no afectan a su vida diaria permitiéndoles realizar las actividades sin mayor problema, a nivel físico, motriz y psicológico.
Avanzado (A)	Personas que no manifiestan ningún tipo de enfermedad física o psíquica, y pueden adquirir las competencias para superar las actividades y circuitos que se ofrecen.

Tabla 1. Clasificación de niveles. Fuente: Elaboración propia.

CIRCUITOS	NIVEL
Más rápido mejor	(I) / (A)
Afinando puntería	(P) / (I) / (A)
Agua para la salud	(I) / (A)
No pierdas la vista	P) / (I) / (A)

Tabla 2. Clasificación de niveles en los circuitos. Fuente: Elaboración propia.

ACTIVIDADES INDOOR	NIVEL
Baño de aguas	Todos juntos sin separación de niveles para facilitar la cooperación entre todos y las relaciones sociales.
Actividades pares el desarrollo cognitivo	
Trabajos y charlas de sensibilización con el medio	
Actividades de equilibrio y estabilidad	Hacer dinámicas pensando en tres grupos.
Actividades de tonificación y fuerza	

Tabla 3. Clasificación de niveles en actividades indoor. Fuente: Elaboración propia.

Teniendo en cuenta los cambios que se producen en las personas a nivel fisiológico, más en este rango de la tercera edad y siendo las personas más sedentarias e inactivas de la sociedad como dice Cvecka, et al. (2015), es a través del ejercicio físico, del que podemos ayudarnos para disminuir las repercusiones socio-sanitarias negativas de los adultos mayores en la sociedad, es decir, se contribuye a promover un envejecimiento activo y saludable (Andrés Pretel et al., 2009). Una de cada tres personas "se cae mínimo una vez al año", y como bien confirma Cvecka, et al., (2015), estas personas están sometidas a "una hospitalización de entre 5-20 días" suponiendo un coste económico para la sociedad, confirmando además que "el número de caídas se duplique en 2030". Un programa de ejercicio físico para la tercera edad ayuda a reducir costes sanitarios debido al descenso de caídas, infartos de miocardio, daños cerebrales y enfermedades crónicas. En definitiva, el ejercicio físico que realicen los adultos mayores implica una reducción de costes en nuestra sociedad (Parra, Contreras, y Castro, 2012).

La realización regular de ejercicio físico en la vejez, ayuda a preservar la función cognitiva, aumenta la esperanza de vida y la autoestima, reduce los estados de depresión y ansiedad y disminuye el riesgo de desarrollo de diversas enfermedades crónicas (OMS, 2015; Nascimento et al., 2016).

A su vez realizar ejercicio físico implica infinidad de beneficios para conseguir una población adulta sana, así mismo haciendo alusión a Aparicio García-Molina et al., (2010) es una de las herramientas no farmacológicas que además está asociada con un menor riesgo de mortalidad (Parra, Contreras, y Castro, 2012).

El proyecto aúna los beneficios que producen los ejercicios físicos en los adultos mayores, con las ventajas que ocasiona realizar la actividad física al aire libre.

Hablando de estos méritos del ejercicio, principalmente destacan beneficios cardiovasculares y metabólicos, no olvidando que disminuyen la posibilidad de sufrir un infarto. A su vez, conlleva una mejora en el sistema inmune y en la fuerza muscular, aminora la posibilidad sufrir caídas y fracturas. Además, actúa como un efecto preventivo en el cáncer. Si pensamos en cuenta los aspectos psicológicos, mejora la función cognitiva y reduce las posibilidades de padecer alzhéimer. Por último, respecto a los psicosociales, combate la soledad, la depresión y la ansiedad. Sentirse útil eleva la autoestima, disfrutar de nuevos intereses fomentando las relaciones interpersonales, lleva a un bienestar y satisfacción que favorece las relaciones sociales (Aparicio García-Molina et al., 2010; Aranda, 2018)

Por otro lado, respecto a los beneficios que produce realizar actividades físicas al aire libre destacan los siguientes: el aire fresco favorece que aumente la vitalidad y la fuerza por la mayor cantidad de oxigeno que tomamos. Igualmente, haciendo alusión a Baena-Extremera et al., (2021), mejora la sensación de ansiedad, es decir, reduce el estrés que provoca el trabajo en nuestro día a día, esto está relacionado con mejores resultados psicoemocionales y se obtienen beneficios en la regulación de las emociones. A su vez, hay más espacio que en una sala, por lo que conduce a que haya menos aglomeración de personas, menos ruidos que en un entorno cerrado y por lo tanto es más agradable (Louv, 2019).

Al disponer de distintos estímulos en un espacio abierto en los cuales el sujeto fija la atención en todos ellos, cabe destacar que hay un entrenamiento del cerebro, con estimulación continua por el entorno. Al hilo de lo que comenta Louv (2019) la naturaleza hace que nos pongamos en movimiento, previniendo uno de los principales factores de riesgo en relación con la actividad física como es el sedentarismo, causando 5,3 millones de muertes cada año siendo el dato similar a las muertes por tabaquismo.

Hacer ejercicio al aire libre puede aumentar la vitalidad, mejorar el bienestar y autoestima. Al ser unas actividades recreativas, ayudaran a salir de la rutina, cargarse de energía y tener una motivación que los ayude a envejecer de forma positiva. El adulto

mayor que realiza actividad con constancia, logra una mejor conciliación del sueño, disminuyen las caídas y aumentan las relaciones sociales (Sanchez, 2002).

La moderada realización de actividades al sol favorece la atentación de la Vitamina D. El número de personas con falta de vitamina D, es generalizado en el mundo y más concretamente en España, de ahí la importancia de la exposición al sol junto con una dieta adecuada. La prevalencia en adultos mayores es significante ya que viven en sus casas o residencias donde apenas salen a la calle (Navarro y Quesada, 2014).

La vitamina D es considerada una hormona que se sintetiza en la piel con la ayuda de la radiación ultravioleta B, de aquí el beneficio de hacer el ejercicio al aire libre.

La vitamina D está relacionada con el sistema nervioso central y por tanto con la depresión. Con la diabetes tipo 2, con la hipertensión arterial y como consecuencia con las enfermedades cardiovasculares, con el sistema inmunológico, a su vez ayuda en el metabolismo del calcio y fosforo, con la importancia de esto en el sistema óseo y muscular (Gonzalez et al., 2014).

Existe asociación entre el déficit de vitamina D en mayores de 65 años y el dolor crónico, sobre todo de tipo muscular y localizado en la cadera, las ingles y espalda. (Ramirez, Aviles y Martos, 2019)

Queda evidencia de la importancia de realizar las actividades en el medio natural, por su contribución a través de la luz solar a evitar una osteoporosis, debilidad muscular, dolor en los huesos, etc. (Louv, 2019).

Para terminar, la ejecución del movimiento en el medio natural está en armonía con la oscilación, el vaivén de la energía del medio y así podrán progresar con mejores resultados, todo ello a través de la “vitamina N” (naturaleza) de la que nos habla Louv, (2019).

No nos podemos olvidar de otra necesidad actual, hoy en día cada vez está más en auge el ecoturismo, la interrelación con la naturaleza, por todo ello el medio natural destaca como principal factor de las actividades a desarrollarse en la empresa junto con la variedad en las mismas. A través de la naturaleza y encuentros con la variedad de especies

y relaciones sociales se consigue desarrollar la empatía, tanto con el medio como con la sociedad en la que se convive. Puesto que el medio natural produce unas sensaciones y experiencias únicas, que facilitarán las relaciones en el grupo, Louv (2019) destaca la importancia de tener la naturaleza cerca de la salud humana donde se crearán adultos más amables y deportistas.

"Crear vínculos entre la naturaleza y las personas es lo que nos mueve"

Haciendo referencia al valor añadido, la empresa destaca por la importancia de desarrollar su actividad en el medio natural y la infinidad de aspectos positivos que esto conlleva como ya he mencionado anteriormente.

Los colaboradores y profesionales de la empresa son personas metódicas, disciplinadas y con gran capacidad de observación para visualizar las dificultades que puedan tener los clientes. Ayudándose de la empatía y sabiendo relativizar las dificultades, el profesional ayudará a los usuarios para que se alejen de sus miedos y se enfrenten a los retos propuestos.

Teniendo en cuenta la motivación y entusiasmo del profesional por la actividad física y el interés por ayudar a los clientes, se trabajará para conseguir los objetivos que ayuden a la persona en un aspecto físico, psicológico y social. Va a ser un plus añadido en esta empresa que las actividades serán novedosas, variadas, ayudando a mantener activo el cerebro, así como divertidas y entretenidas.
Siendo una empresa pequeña y en un entorno rural hace que el ambiente en el que se trabaja sea más personal y amigable, por lo que no se quedará solo en la mejora del aspecto físico, ya que el carácter social y cognitivo toma también importancia. Por ello, los clientes van a tener la capacidad de visualizar el futuro saludable y perdurado en el tiempo que todavía les queda, no estancándose en la invalidez que la sociedad tiende a asignar a este rango de edad.

Un punto a destacar de esta empresa es el trato individualizado que se ofrece cada día a un cliente, hablando sobre las dificultades que puedan encontrar, ofreciendo un servicio que les ayude en sus limitaciones a la hora de realizar la práctica deportiva.

Trabajar al aire libre, va a permitir siempre libertad a la hora de realizar las actividades. Acabamos de ser testigos, con la reciente pandemia, que realizar ejercicio en sitios cerrados ha estado restringido, por lo que eso es una manifestación más de las ventajas de este negocio, unido a los beneficios para las vías respiratorias de la realización de actividades al aire libre.

3.2. Misión, visión y valores de una empresa.

Al margen del nicho de mercado que puede llegar a tener esta empresa, tenemos la posibilidad de colaborar en que las personas lleven mejor ese intervalo de su vida y ayudándose de que el ejercicio físico es la mejor medicina, envejezcan de forma natural, contribuyendo a olvidar las dolencias y alejar la soledad.

3.2.1 Misión.

Inculcar la necesidad de realizar actividad física para que el envejecimiento sea lo más activo posible, a la vez de aprovechar los beneficios que el entorno natural ofrece para el desarrollo de la salud física y mental, logrando cumplir con el compromiso creado con nuestros usuarios.

3.2.2 Visión.

Aprovechando ser la única empresa que ofrece este servicio en el municipio de Aibar y su entorno, mejorar la salud del adulto mayor, para ayudarles a tener un final de vida más placentero. Una etapa que debido al retraso en el deterioro físico y a la ampliación de la esperanza de vida, según las previsiones de varios organismos oficiales, va a ser cada vez más larga en el tiempo y compuesta por más número de miembros conforme avancen los años.

3.2.3 Valores.

- Actitud: Tener automotivación, ser positivo, no tener miedo a equivocarse y que avancen disfrutando.
- Empatía: Tener la capacidad de ponerse en el lugar del otro, para poder comprender posibles dificultades en el desarrollo de las actividades.
- Humildad: Reconocer nuestras virtudes y defectos, aprovechar nuestras capacidades para vivir armoniosamente con los demás.

- Perseverancia: Ser constante y con firmeza a la hora de alcanzar los objetivos, solucionando las contrariedades que puedan surgir.
- Respeto: Apreciar y valorar a las personas, favoreciendo la comunicación entre los propios clientes y a su vez con los trabajadores.
- Responsabilidad: Cumplir con las obligaciones adquiridas y ser cuidadoso al tomar decisiones que afectan a los demás.

4. Objetivos generales y específicos.

4.1. Objetivos Generales.

- Diseñar un proyecto de actividad física en el medio natural para la tercera edad.
- Proporcionar una serie de actividades y servicio que otras empresas de la zona no ofrecen.
- Fomentar la importancia, el respeto y el cuidado del medio ambiente.
- Favorecer la calidad de vida del adulto mayor mediante el desarrollo de ejercicios en la naturaleza.
- Aumentar la autonomía y la prevención de la dependencia a través del estado físico, psicológico y social de los individuos.
- Potenciar el envejecimiento activo en el municipio de Aibar y su comarca.

4.2. Objetivos Específicos.

- Fomentar en la práctica de los ejercicios para la mejora de la movilidad motriz.
- Contribuir a alejar el aislamiento y la soledad.
- Fomentar la integración de personas de la tercera edad en actividades en el medio natural.
- Potenciar el estado físico, psicológico y social de las personas elevando así la autoestima de estas.
- Aumentar las relaciones sociales.
- Ayudar a conocer las limitaciones que tiene cada persona.
- Permitir desarrollar nuevas experiencias a las que no están acostumbrados en esta etapa de la vida.
- Promover las relaciones sociales en un ambiente de tranquilidad y respeto con el medio.
- Mejorar las capacidades físicas como la fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad en un programa de entrenamiento adaptado a las necesidades del usuario.
- Disminuir la ingesta de analgésicos y las visitas al médico.
- Fomentar la calidad de vida gracias a un programa de ocio, recreación y tiempo libre en el medio natural.

- Potenciar el entrenamiento con profesionales del deporte y fisioterapeutas, complementándose entre ellos con un seguimiento de los individuos.
- Sensibilizar el cuidado del medio natural a través de talleres, relacionados con la flora y la fauna.

5. Investigación.

5.1. Análisis del mercado (variables macroeconómicas).

El análisis del mercado se centra en el estudio del macro ambiente, haciendo referencia a todo el entorno general de la empresa, estos no pueden controlarse por los miembros del proyecto, es decir, son fuerzas externas que favorecen o amenazan las operaciones de una empresa. Estos aspectos están conformados por los ámbitos políticos, económicos, sociales, tecnológicos, ecológicos y legales (Chapman, 2004).

Tomando en cuenta los aspectos de la herramienta administrativa PESTEL, se expone a continuación el análisis del entorno de "Geronatura", encaminado a explicar la influencia que los aspectos políticos, económicos, sociales, tecnológicos, ecológicos y legales ejercen sobre el desarrollo de la empresa en el mercado, desde una perspectiva general de España a una óptica local de la población de Aibar, en Navarra.

5.1.1. Entorno Político.

Actualmente España está volviendo a sus actividades cotidianas pese a las consecuencias que trajo consigo la pandemia por el virus Covid-19, que aún está en proceso de control por el gobierno, pues se tiene como acción inmediata la reactivación de la economía en todo el país.

Aibar pertenece a la Comarca de Sangüesa en Navarra. Esta zona esta condicionada en términos generales por la baja población, siendo cada vez mayor el número de personas mayores y menor la natalidad en sus municipios. El gobierno local de Aibar ha apostado en sus políticas sociales por el incremento progresivo del gasto para integrar al adulto mayor en las actividades generales de las comunidades y fomentar el envejecimiento activo de la población. En tal sentido, el gobierno local garantiza y apoya a emprendedores para la propuesta y consolidación de ideas de negocio que promuevan el bienestar de la población.

El servicio navarro de empleo ofrece instrumentos y recursos técnicos necesarios para conseguir la información y orientación profesional precisa. Esta institución, es consciente de que montar una empresa no es fácil, por lo que apoyar a los emprendedores, para que

se encuentren información sobre la financiación, con la posibilidad de hacer con leasing, renting u otros productos financieros como pueden ser prestamos del Instituto de Crédito Oficial (ICO), en Navarra también Sonagar. El tipo de ayuda pública que podemos obtener puede ser a fondo perdido, cantidad fija, bonificación en tipo de intereses, etc.

Así mismo, podemos ver los diferentes tipos de sociedades que podemos formar y como legalizarla. En nuestro caso la forma jurídica escogida para nuestra empresa es una Sociedad Limitada Laboral que se ajusta más a nuestras necesidades.

La Sociedad Limitada Laboral, es una sociedad formada por tres socios, en la cual uno de ellos que es el gerente, será socio trabajador, prestando sus servicios retribuidos en la entidad de forma personal y directa, con relación laboral por tiempo indefinido, contando con el 33,3 % de las acciones de la sociedad. Los otros dos socios no trabajadores, serán el médico y el fisioterapeuta, contando cada uno de ellos con el 33,3 % de las acciones respectivamente. Estos dos socios están vinculados a la empresa únicamente por poseer acciones, no son socios trabajadores a cuenta de la sociedad. Sin embargo, como trabajadores por cuenta propia, sí que prestaran servicios a la empresa que serán facturados a Geronatura, S.L.L.

La empresa Geronatura, cuenta con un prestamos ICO, por valor de 90.000€, concedido en base a emprendedores, para realizar la actividad general de la empresa, cubrir necesidades tecnológicas, como la implantación de placas solares, adquisición de activos fijos, el vehículo para el transporte de los usuarios, otro vehículo para traslado de personal de trabajo, la implantación del spa y sauna, así como la compra de todo el material necesario para el desarrollo de las actividades.

La entidad con la que se ha pedido el préstamo ICO es La Caixa, cuyas condiciones se detallan en el punto trece del presupuesto de este proyecto.

El Gobierno de Navarra y otras instituciones, tienen un continuo apoyo en los temas de despoblación y emprendimiento, aprobando continuas ayudas económicas, de las que la empresa se puede beneficiar y se detallan a continuación.

-Se cuenta con un "*concurso de proyectos de emprendimiento e innovación social* para zonas rurales de Navarra". (Comunal Starter, 2021)

Como se puede ver en las bases del concurso, tienen prioridad las cuatro zonas de Navarra del proyecto comunal, siendo una de ellas la comarca de Sangüesa, donde está ubicado Aibar. Nuestro proyecto entrara a formar parte de la primera categoría del concurso, por ser la comunidad de Sangüesa. El concurso cuenta con 3750€, repartidos en 5 premios de 750€ cada uno, aunque la cuantía economía no es nada destacable, sí que nos va a generar varios beneficios el presentar nuestro proyecto a este tipo de concursos. Para nosotros es fundamental que se empiece a hablar de Geronatura, podríamos decir que es como una inversión en marketing. Se consigue notoriedad, haciendo conocer más profundamente nuestro proyecto y abriendo la posibilidad a nuevas relaciones profesionales, ya sea con posibles proveedores, clientes o instituciones.

-Esta es una subvención para *entidades locales de Navarra en 2021 en riesgo de despoblación*, para financiar inversiones destinadas a la lucha contra la despoblación. A ella se pueden acoger los municipios en riesgo de despoblación dentro de cinco grupos. De estos grupos el tercero de ellos dice textualmente: "Riesgo importante de despoblación: Densidad igual o inferior a 25 hab/km^{2}y superior a 12,5 hab/km^2, y disminución de población en los treinta años comprendidos entre 1989 y 2019". Este requisito para poder solicitar la ayuda, Aibar lo cumple y para documentarlo adjunto la tabla de densidad de población de Aibar, sacada del Instituto de Estadística de Navarra. Actualmente Aibar tiene una densidad de población de 16,5 hab/ km^2, por lo que se encuentra en el grupo tercero, entre 12,5 y 25 hab/km^2, así mismo se aprecia la progresiva disminución de la densidad de población a lo largo de los años.

|na|stat
nstituto de Estadística de Navarra
Nafarroako Estatistika Erakundea

Gobierno de Navarra — Nafarroako Gobernua

ÓDIGO	DENOMINACIÓN	3. DENSIDAD DE POBLACIÓN														
		1986	1991	1996	1998	2001	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
1	Abáigar	19,6	19,4	19,4	19,4	20,2	21,0	20,6	20,0	20,0	19,8	18,4	18,0	17,8	16,9	16,
2	Abárzuza / Abartzuza	33,7	33,8	34,6	35,2	36,1	37,3	37,3	38,0	37,8	37,8	36,2	35,6	37,4	36,6	37,
3	Abaurregaina / Abaurrea Alta	10,9	10,7	9,2	8,9	7,7	6,6	6,4	6,0	6,3	6,1	6,1	5,9	5,8	6,0	6,
4	Abaurrepea / Abaurrea Baja	4,6	4,8	4,3	4,1	4,2	3,6	3,5	3,0	3,4	3,2	3,2	3,1	3,0	2,9	2,
5	Aberin	17,6	17,9	17,3	17,0	15,5	18,2	18,6	18,0	18,1	17,8	17,8	17,0	16,9	17,0	16,
6	Ablitas	30,4	29,3	28,8	29,1	29,8	34,3	34,4	34,0	32,9	32,6	32,2	32,5	32,1	32,1	32,
7	Adiós	15,4	13,7	15,1	15,4	16,6	22,4	22,8	22,0	20,5	20,5	18,7	18,7	18,8	18,7	18,
8	Aguilar de Codés	9,0	5,9	6,0	5,8	5,3	5,6	5,5	5,0	5,1	4,5	4,2	3,9	3,9	3,6	3,
9	Aibar / Oibar	20,9	20,1	19,4	19,4	19,4	18,5	18,2	18,0	17,4	17,3	16,7	16,7	16,5	16,8	16,
10	Altsasu / Alsasua	263,8	258,4	261,3	262,6	267,2	285,6	287,0	288,0	284,0	279,5	278,8	276,8	276,4	277,7	278,

Figura 7. Nº de habitantes por km². Fuente: Instituto de Estadística de Navarra.

El importe de la subvención se obtendrá aplicando una serie de porcentajes, como se detalla en la convocatoria. Según se puede ver los pertenecientes al grupo 3, que es nuestro caso, pueden recibir el 70% del importe del proyecto, con un máximo de 60.000€.

Según se puede ver en las bases de la ayuda, está es una subvención que no le concederían a Geronatura directamente, sino que el ayuntamiento del pueblo de Aibar, presentara nuestro proyecto, concediéndole la cantidad al consistorio, siendo el encargado de asumir la obra del edificio.

-En el caso de esta otra subvención, es para "*la contratación de personas jóvenes desempleadas y menores de 30 años*". Pudiendo solicitarla tanto empresas, como autónomos, como entidades sin ánimo de lucro. Como requisito, aparte de tener domicilio social en Navarra y otra serie de estipulaciones que cumple la empresa, hay que contratar a menores de treinta años con las siguientes titulaciones, copio textualmente: "Estar en posesión de alguna de las titulaciones:

-Titulación universitaria

-Ciclos formativos de Grado Superior (FPII) o Ciclos formativos de Grado Medio (FP I), siendo equivalentes a los anteriores los títulos de Técnico Especialista (FPII) y Técnico Auxiliar (FPI)

-Certificado de profesionalidad"

Como describimos más tarde Geronatura va a contratar a una persona con titulación universitaria a jornada completa, dos técnicos de Grado Superior (actividades y administración) y otro de Grado Medio.

Por lo que se va a solicitar también esta subvención que conceden estas cantidades:

Titulación universitaria: 5.100€

Ciclo formativo de Grado Superior (FPII): 4.350€

Ciclo formativo de Grado Medio (FPI): 3.600€

5.1.2. Entorno económico.

Haciendo referencia al informe realizado por Esteve et al., (2019) de la empresa PWC "*Termómetro del ecosistema del deporte en España"*. El deporte es un gran generador de negocio y riqueza a través de muy diferentes actividades, por una parte, estaría el deporte

profesional, por otra parte, la industria del deporte y por último la que tiene repercusión sobre "Geronatura" que es la necesidad que tiene el ciudadano de realizar la práctica de un deporte no federado o el desarrollo de actividades físicas.

El mencionado informe, partiendo de los datos facilitados por el INE, hace referencia a que la industria deportiva contribuyó a generar durante 2018 una actividad económica de 39.117 millones de euros. Esto supone el 3,3% del PIB nacional. Así mismo, gracias a la riqueza económica que genera, es posibles la creación en España de 414.000 puestos de trabajo, suponiendo esto el 2,1% de la población activa.

Como consecuencia de la situación provocada por la pandemia, en la que todavía estamos inmersos. Hay continuos esfuerzos para recuperar la economía española, sobre todo en relación a los beneficios de la salud provocados por una vida activa.

El gobierno de España ha elaborado un plan, llamado **"España Puede: *Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia"*, aprobado por el Gobierno el pasado 7 de octubre de 2020**. Este plan está formado por diez palancas de trabajo, siendo una de ellas el Deporte y la Cultura, con una dotación directa de recursos del 1,1%, cito textualmente:

> "…, el sector del deporte ha sufrido muy directamente las consecuencias devastadoras de la emergencia sanitaria. Por ello, es preciso adoptar medidas extraordinarias y urgentes para **la reactivación de este sector económico**, basadas en criterios de **desarrollo sostenible, cohesión social, creación de empleo, reactivación del entorno rural**, **atención a colectivos vulnerables** y reequilibrio territorial y digitalización. Además, se trata de **potenciar el deporte como elemento esencial en el mantenimiento de la salud física y mental de la ciudadanía"**

Según un estudio realizado por el Gobierno de España sobre el gasto en los hogares vinculado con el deporte, realizada por el Instituto Nacional de Estadística, el gasto medio por hogar relacionado con el deporte es de 309,7 euros. (MCUD, 2021)

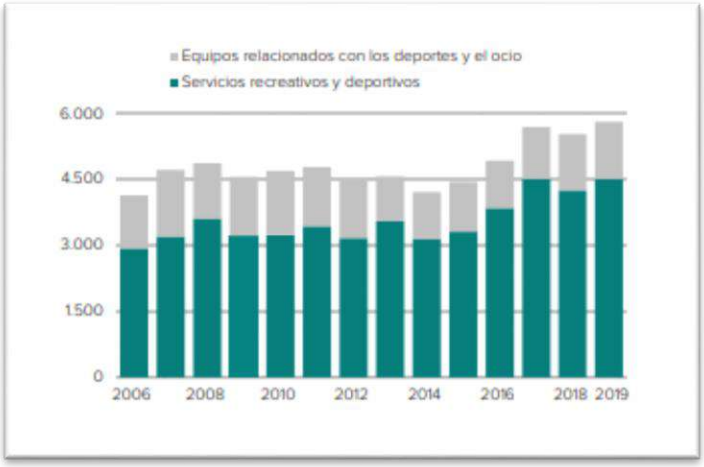


Figura 8. Gasto de los hogares en bienes y servicios vinculados al deporte (En millones de euros). MCUD (2021).

Este mismo estudio nos enseña un dato sobre la zona donde se va a ubicar nuestra empresa, es que el gasto medio en deporte por persona, en la comunidad foral de Navarra es superior a la media nacional.

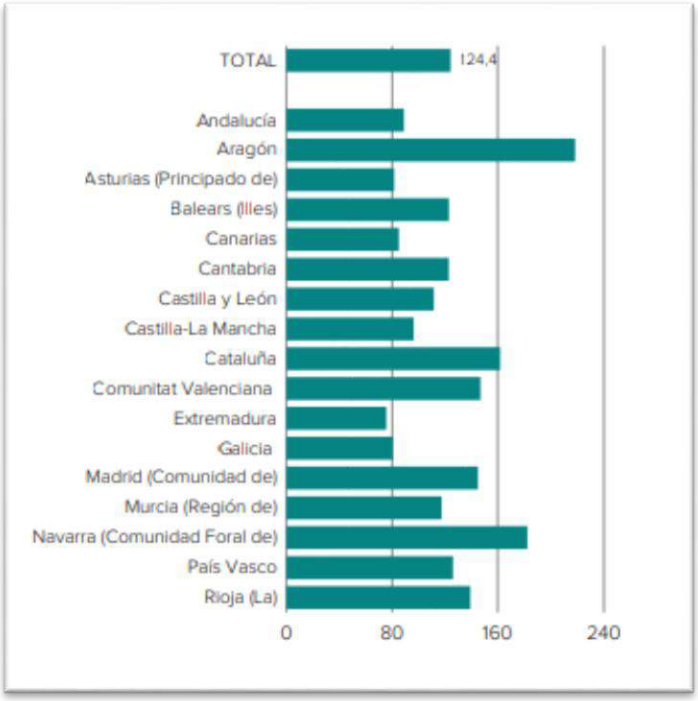


Figura 9. MCUD (2021). Gasto de los hogares vinculado al deporte por comunidad autónoma. 2019 (Gasto medio por persona en euros).

Como podemos observar en el siguiente grafico realizado por el Instituto de Estadística de Navarra, del producto interior bruto (PIB) en España (negro) y Navarra (rojo), hay un crecimiento muy significativo del mismo. Este crecimiento es directamente proporcional a la mejora de la economía, por lo que a lo largo de este año vemos un incremento de la actividad económica. El acrecentamiento supone un beneficio para la reducción del desempleo, recaudación de impuestos y por lo tanto más disponibilidad para subvenciones, además del aumento de la renta per cápita, siendo este un indicador del bienestar social. Por lo que podríamos decir que, es un momento apropiado e idóneo para montar un nuevo negocio relacionado con la actividad física en Navarra.

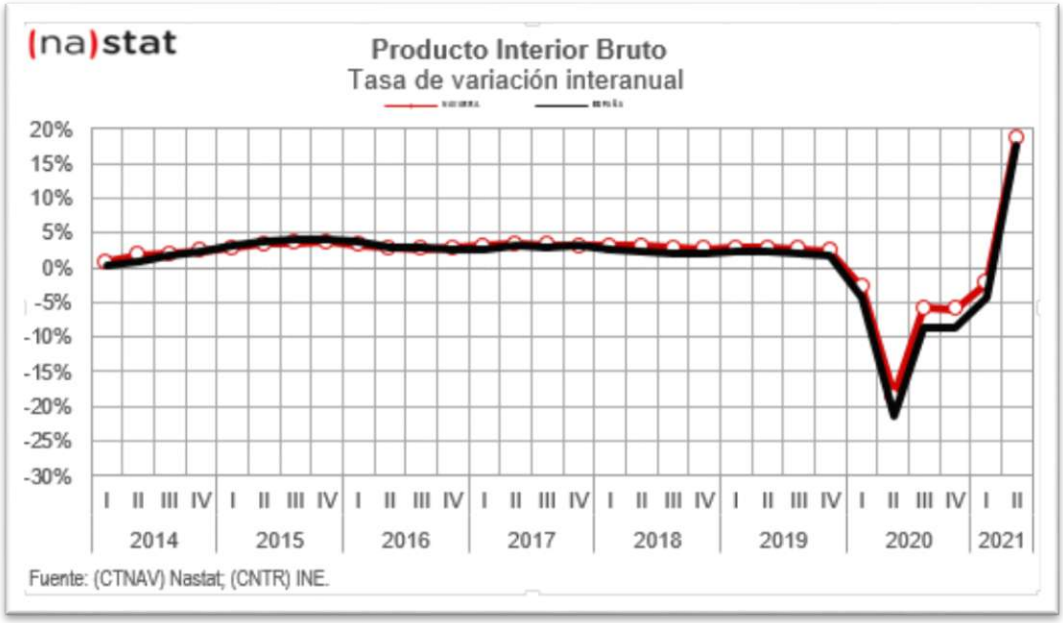


Figura 10. *Transcurso del PIB entre 2014-2021*. (IEN, 2021).

A su vez, en esta otra tabla se aprecia el importe de la renta anual media en Navarra, observando como la comarca de Sangüesa, a la que pertenece Aibar, donde se van a poner las instalaciones, es precisamente de las más altas de Navarra.

na)stat
stituto de Estadística de Navarra
afarroako Estatistika Erakundea

Gobierno de Navarra — Nafarroako Gobernua

Renta anual neta media por persona, unidad de consumo y hogar. Año 2019.

Área ETN	RENTA MEDIA POR PERSONA			RENTA MEDIA POR UNIDAD DE CONSUMO			RENTA MEDIA POR HOGAR
	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	
Ribera de Tudela	11.477,57	11.682,22	11.269,63	17.215,90	17.496,15	16.931,14	30.714,43
Ribera del Arga y Aragón	12.080,28	12.421,32	11.720,34	17.990,77	18.428,88	17.528,38	31.420,30
Ribera del Ebro	11.598,72	11.755,10	11.436,54	17.267,76	17.488,12	17.039,21	30.547,65
Estella	13.254,16	13.763,24	12.730,45	19.357,71	19.935,13	18.763,71	32.417,37
Tafalla-Olite	13.379,46	13.904,18	12.827,61	19.709,38	20.286,05	19.102,89	33.404,17
Sangüesa	14.247,89	14.968,60	13.472,78	20.878,86	21.665,99	20.032,31	35.412,80
Pirineo	14.416,59	15.117,33	13.599,59	20.797,73	21.451,54	20.035,45	33.493,84
Baztán-Bidasoa	13.423,12	13.899,22	12.924,83	20.362,40	20.930,73	19.767,56	36.177,29
Navarra del Noroeste	13.980,17	14.595,09	13.323,74	20.828,25	21.489,53	20.122,34	35.608,13
Área Central de Navarra	14.001,80	14.302,55	13.717,49	21.020,68	21.518,38	20.550,19	37.370,10
TOTAL	**13.394,06**	**13.713,28**	**13.080,02**	**20.035,03**	**20.486,54**	**19.590,86**	**35.286,53**

Figura 11. Renta anual media comarca Sangüesa. (IEN, 2021).

Aibar es un pueblo relativamente pequeño, con una amplia población de la tercera edad. En la merindad de Sangüesa, se han venido implementando líneas de acción para incrementar la apertura de empresas con iniciativas de desarrollo social y económico. Por ser una región rica en espacios naturales, favorece el desarrollo de la actividad física de la población, creando las condiciones que faciliten y normalicen el acceso a la práctica del deporte, de modo que las personas puedan beneficiarse de los efectos protectores de dicha actividad regular.

5.1.3. Entorno Social.

Las sociedades cambian continuamente, con el avance de los años, cada vez son más rápidos. Las alteraciones en nuestro ritmo de vida, nos hace cambiar nuestra escala de valores. En estos momentos que nos encontramos todavía inmersos en lo que supone el covid-19 y siendo conscientes de cómo va envejeciendo la población, vamos encaminados hacia un aumento en el cuidado de la salud.

El pasado día 14 de octubre del 2021, el Gobierno de Navarra, presento el "V informe sobre pobreza y desigualdad social en Navarra *Observatorio de la Realidad Social"*. En este informe se corrobora también este año, que Navarra se mantiene como la comunidad de España con menor riesgo de pobreza y exclusión social. Situada como la décima región europea según tasa AROPE (indicador de niveles de pobreza).

Navarra es una de las regiones con más alta calidad de vida a nivel mundial. Aparece en el puesto 28 del Gini (mide la desigualdad salarial, la concentración de ingresos entre habitantes de una región). Mientras que Navarra tiene 27,3, el valor de España para el Gini es de 32,1. Como podemos observar en la siguiente tabla nº 12, Aibar (junto con Caseda), tienen un Gini de 27,8, en el año 2019, cuando la media de Navarra ese año era de 29,55. Estos indicadores nos confirman que, aunque en Aibar hay un aumento progresivo de la población adulta, esta tiene un considerable poder adquisitivo, como para dedicar una pequeña parte al cuidado de su salud.

(na)stat Instituto de Estadística de Navarra Nafarroako Estatistika Erakundea

Gobierno de Navarra Nafarroako Gobernua

Renta anual neta media por persona, unidad de consumo y hogar, tasa de riesgo de pobreza, índi

Nota: Se proporciona información para los municipios mayores de 2.000 habitantes (indicados con *) a 1 de enero de 2020 y para el resto, debido al escaso número de observaciones, se proporciona la información que corresponde a la subárea de la "Estrategia Territorial de Navarra" a la que pertenece el municipio. Se incluye en

			Renta neta media por persona			Índice de Gini		
	Municipio	Subárea ETN	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres
001	Abáigar	Sierra de Lóquiz	13.855,67	14.401,35	13.213,26	29,12	28,52	29,77
002	Abárzuza	Yerri-Guesálaz	14.365,37	15.253,16	13.335,21	27,55	27,38	27,52
003	Abaurregaina/Abaurrea Alta	Valle de Aezkoa	15.254,52	16.152,45	14.182,05	25,52	25,15	25,74
004	Abaurrepea/Abaurrea Baja	Valle de Aezkoa	15.254,52	16.152,45	14.182,05	25,52	25,15	25,74
005	Aberin	Montejurra Sur-Arróniz	13.474,53	14.067,62	12.797,01	29,54	29,11	29,96
006	Ablitas (*)		10.761,45	11.326,29	10.125,13	31,15	30,48	31,82
007	Adiós	Valdizarbe	13.839,90	14.280,01	13.359,94	28,69	29,06	28,21
008	Aguilar de Codés	Los Arcos	13.314,05	13.835,70	12.749,66	32,40	32,44	32,21
009	Aibar <> Oibar	Aibar-Cáseda	15.124,13	16.025,43	14.143,22	27,80	26,74	28,80

Figura 12. Indice de Gini. (INE, 2019)

Desde el punto de vista de la comarca, el actual "Plan de Acción Local Agenda 21 de Sangüesa", propone acciones en favor al futuro de sus comunidades, mejorando la calidad de vida y el bienestar de sus habitantes, haciendo énfasis en el fomento de las acciones dirigidas a beneficiar el envejecimiento activo. El mencionado plan promueve varias acciones encaminadas a hacer que esta etapa de la vida, sea productiva.

Con respecto a la localidad de Aibar, tanto el consistorio como la población, están muy comprometidos con la acción social. Hay varias sociedades de música, canto, teatro… así como un aula de energías renovables, y una casa-museo y también cuenta con instalaciones de piscinas-frontón. Es un pueblo cardioprotegido contando con desfibriladores automáticos en sus calles.

Les preocupan sus mayores, contando con un club de jubilados y un centro rural de atención diurna, cuyo objetivo es atender las necesidades de las personas mayores residentes en la zona, proporcionando actividades adaptadas a las características individuales de las personas. Este es un proyecto exclusivamente social, con el que Geronatura estará en comunicación para una colaboración hacia sus usuarios.

La preocupación del ayuntamiento por sus mayores, le llevan a compromisos continuos por su bienestar. Podemos ver en (*Envejecer con salud / Zahartzaroan ere osasuntsu - Ayuntamiento de Aibar-Oibarko Udala, 2021),* la reciente convocatoria por parte del consistorio de unas jornadas con el lema "envejecer con salud", donde los mayores de 60 años, compartían situaciones y experiencias personales sobre el envejecimiento, opinando sobre los cambios que ocasiona, los beneficios de la práctica del ejercicio físico, así como aprender a cuidar el cuerpo, la mente, las relaciones y el entorno.

De la misma forma que en el resto de España y fuera de nuestras fronteras, Aibar tampoco se libra de un futuro aumento de la población mayor, consecuencia del aumento de la población de los 50 a los 70 años.

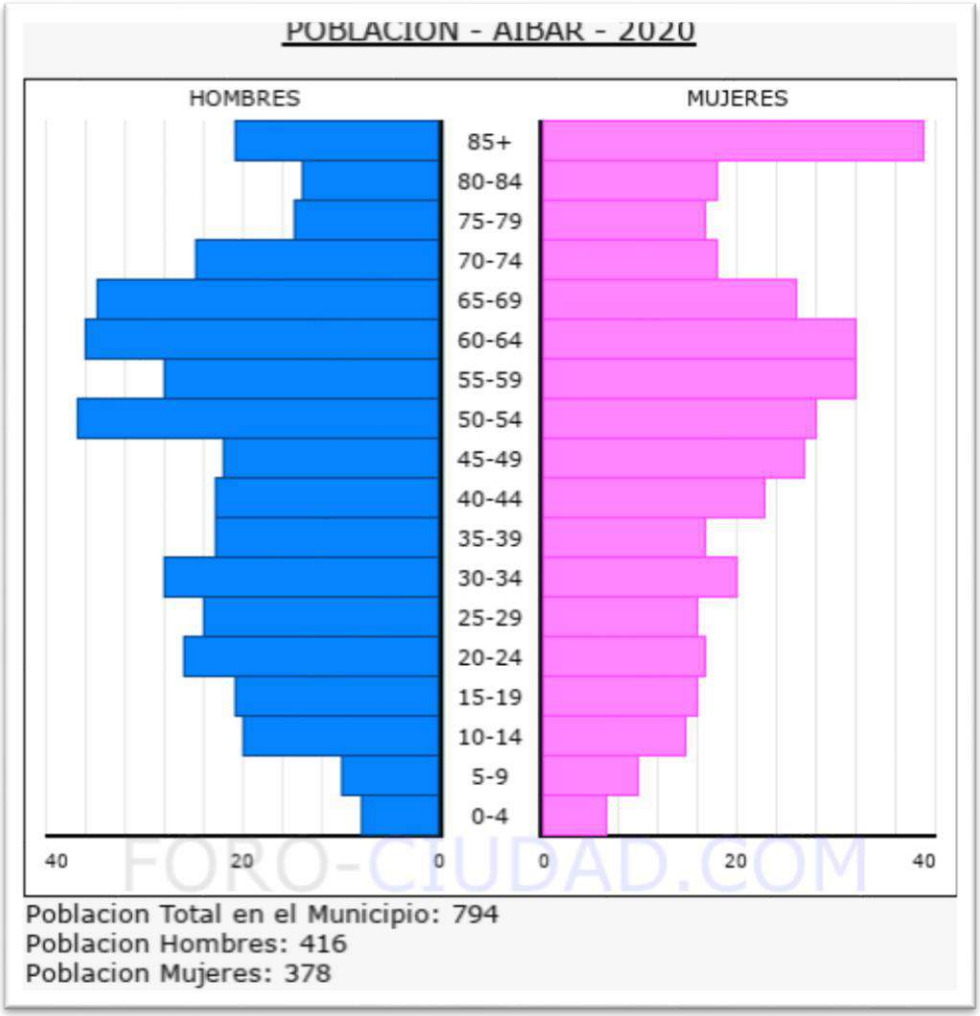


Figura 13. Población Aibar 2020. (INE, 2020)

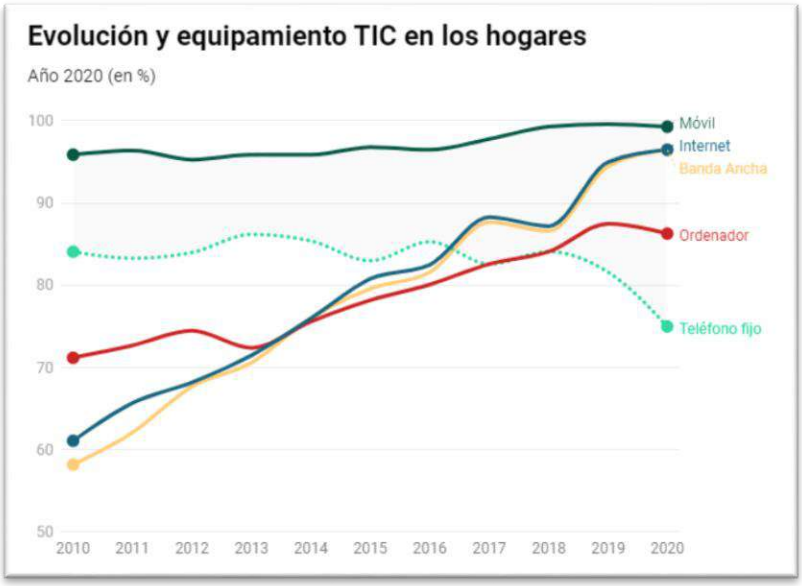
5.1.4. Entorno Tecnológico.

Es vital tener claro que la ciencia y la tecnología, así como el uso de herramientas tecnológicas están inmersas en todos los aspectos del ser humano, en este sentido Jiménez (2002), expresa que "el papel clave que ejercen en el desarrollo de cualquier actividad humana se hace cada día más evidente. El deporte y la actividad física, hoy más que antes son influenciados por estas". En tal sentido, aunque la propuesta se basa en la actividad física y el aprovechamiento del ambiente, existen variadas opciones tecnológicas que fomentan de manera integral la educación física y el deporte. En la zona de Aibar el adecuado sistema de transporte y comunicaciones, ayuda a captar clientes de zonas vecinas.

Las nuevas tecnologías nos ofrecen un software con capacidad para gestionar aspectos administrativos de los usuarios, facilitar la comunicación a través de plataformas existentes en el mercado, donde se pueden colgar horarios de actividades y otro tipo de

información. En esta sociedad en la que estamos inmersos, las TIC se pueden convertir en un inconveniente o ventaja para la personas mayores, dependiendo de que conozcan o no su uso, así como de que tengan o no acceso a ellas. La tecnología se puede usar para unir a las personas y contribuir a reducir la soledad y separación entre edades, buen ejemplo de esto se ha visto en el reciente confinamiento por el covid-19, donde muchos mayores han aprendido a comunicarse por videollamadas, whtsapp o rrss con sus allegados.

Según el Instituto Navarro de Estadistica (INE) sobre equipamiento y uso de TIC en hogares en 2020, el 82,6% de las personas entre 16 y 74 años se conecta a internet todos los días. Se ha redactado un informe que dice textualmente: "La implantación de las nuevas tecnologías en los hogares aumenta en los últimos años, tanto en lo que se refiere al ordenador (86,3%) como en la conexión a Internet por Banda Ancha (96,5%). El aumento del uso del móvil (99,3%) está provocando un retroceso en el uso del teléfono fijo (75,0%), que ha reducido su presencia en los hogares en más de nueve puntos porcentuales desde el año 2010".



.

Figura 14. Evolución del equipamiento TIC en hogares. (INE, 2020).

En el mencionado informe también dice que un tema de los que se busca información es sobre bienes y servicios con un 84.8%. Dato relevante para nuestro tipo de negocio.

España es uno de los cinco principales inversores en tecnología de energías renovables a nivel internacional, facilitando la inversión, como se ve en *Real Decreto 477/2021* publicado en el BOE 2021. Se han aprobado unas partidas económicas importantes para la inversión en energías renovables, tanto para el autoconsumo como el almacenamiento y la implantación de sistemas térmicos renovables. De estas partidas a Navarra le han adjudicado 12.235.798€.

En el *BON, nº 256 del 9 de noviembre de 2021*, vemos como las empresas del sector servicios (programa de incentivos 1), tanto como empresas de sectores productivos de la economía (programa de incentivos 2), podrán acogerse a diferentes ayudas para la implantación de placas solares. En el caso de la pequeña empresa puede llegar hasta el 35% de la inversión, cuando se realice en una población de menos de 5.000 habitantes, como es el caso de Aibar, contara con un 5% más de ayuda.

Acogiéndose a estas subvenciones, Geronatura va a poner paneles híbridos de última generación, ya que permiten satisfacer las necesidades de electricidad de las instalaciones, como el agua caliente de las duchas y el mantenimiento del spa. Además de que este tipo de paneles reducen a la mitad el espacio necesario para su instalación. Los paneles solares fotovoltaicos convencionales reducen su producción cuando hay altas temperaturas en el exterior, cosa que en Aibar sucede en verano. Este tipo de instalaciones, debido a su alto rendimiento se amortizan en cuatro o cinco años y la vida media útil de las placas es de 25 años.

5.1.5. Entorno Ecológico Medio-ambiental.

Hay una demanda social de priorizar el medio ambiente, ante los efectos negativos que el progreso de las ciudades, industrias, etc. genera sobre el entorno natural. El deterioro ecológico en el que nos estamos sumergiendo requiere tomar medidas de gestión ambiental.

La profesora Noelle Selin en colaboración con el MIT (Instituto Tecnológico de Massachusetts), emitieron un informe en el que se habla del valor económico que reporta la implantación de energías renovables sobre la salud de las personas, superando en gran cantidad el importe invertido con respecto a los beneficios obtenidos en varios estados de EEUU. Como consecuencia de la quema de combustibles fósiles, nos encontramos con

micropartículas que al respirar nos entran en los pulmones, provocando enfermedades a nivel cardiaco y pulmonar. (Dimanchev, 2019)

En esta línea de sensibilización se encuentra la Unión Europea, requiriendo que cada estado adopte un plan sobre energía y clima para diez años. El Gobierno Español, ya publico el "*Plan Nacional Integrado de Energía y Clima"* (PNIEC, 2021), para la década 2021-2030. Con dicho plan se pretende reducir para el año 2030 un 23% con respecto a 1990, las emisiones de gases efecto invernadero. Así mismo, en el mencionado informe aclara los beneficios que va a aportar a sectores como la economía, empleo, social y salud pública.

Las energías renovables están viviendo un gran crecimiento en España. Según el informe europeo "*Wind Energi in Europe 2019"* (WindEurope, 2020), España fue el primer país europeo en inversión en energía eólica y el segundo que más instalo. En el año 2020, como consecuencia de los cambios provocados por la pandemia del covid-19, cambiaron las inversiones y los planes económicos, pasando a compartir el tercer puesto con Noruega, como podemos ver en el gráfico de creación propia de la figura nº 15.

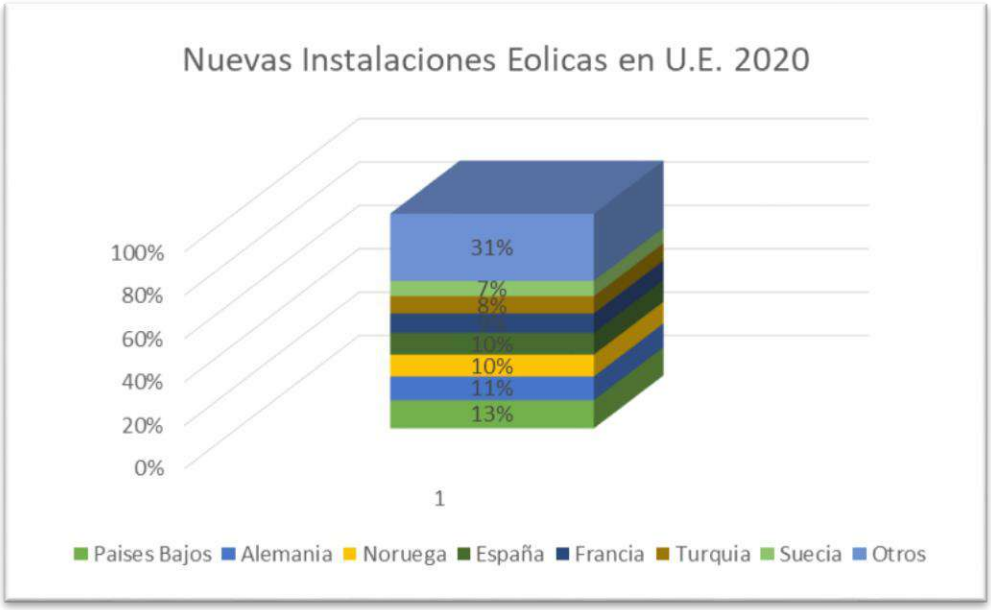


Figura 15. Nuevas instalaciones eólicas. Fuente: Elaboración propia a partir de (WindEurope, 2020)

Según la Red eléctrica de España (REE, 2020), las energías renovables alcanzan el 43,6% de la generación de la energía eléctrica en al año 2020.

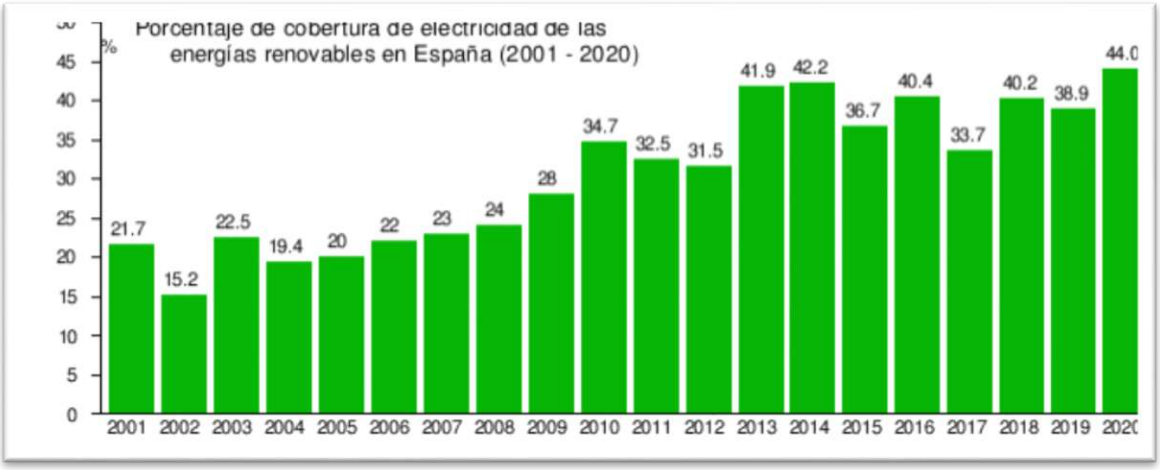


Figura 16. Porcentaje electricidad energías renovables. (REE, 2020)

La sociedad se encuentra en un momento de concienciación hacia la obtención de la energía llamada verde, ya sea eólica, fotovoltaica o biomasa. Navarra es una comunidad con gran número de proyectos renovables, que en estos momentos algunos de ellos están sometidos al estudio de impacto medio ambiental. En el año 2020 fue la segunda comunidad de España donde más megavatios se instalaron. Aibar cuenta con un parque eólico en el monte denominado la Vizcaya, en la información que ofrece el Gobierno de Navarra de sus parques eólicos, se ve como forma parte de un parque propio de Aibar y otros dos de Izco y Salajones.

El entorno ambiental siempre estará presente para la población, puesto que el contar con espacios naturales facilita el desarrollo óptimo de actividades al aire libre, por otro lado, las condiciones ambientales en ocasiones son adversas, por tanto, este entorno es dinámico y no se puede cambiar. Sin embargo, la propuesta de una u otra manera prevé controlar en medida de lo posible las alteraciones causadas por el medio ambiente, planteando espacios cubiertos y armoniosos donde se puedan desarrollar las actividades. En este apartado queremos recalcar que las actividades en el medio natural no están exentas de imprevistos atmosféricos y por eso decimos el dicho noruego: "no existe el mal tiempo, sino ropa inadecuada" (Det finnes ikke dårlig vær, det finnes bare dårlig klær).

5.1.6. Entorno Legal.

La Ley Foral, del Deporte de Navarra, estipula que los municipios y concejos de Navarra tienen el deber de colaborar, con la Administración de la Comunidad Foral, en la promoción de la actividad deportiva en edad escolar, así como en el fomento del deporte para todos. Considerando que la actividad deportiva para todos es aquella actividad físico-deportiva que se realiza con la finalidad de lograr una mejor calidad de vida, a través del incremento de la capacidad funcional física, psíquica y del desarrollo de las relaciones sociales, prevaleciendo el componente físico-recreativo y la promoción de hábitos saludables.

Según el Decreto Foral 38/2009, de 20 de abril, están reguladas las medidas de seguridad necesarias en la utilización de equipamientos e instalaciones deportivas de la Comunidad Foral de Navarra, así como accesos y construcción de instalaciones deportivas de uso público.

> "Esta Ley Foral contempla también el control de accesos a las citadas instalaciones, con el fin de promover la seguridad y protección de deportistas y público, así como el Censo de las instalaciones deportivas de Navarra. Esta legislación permite establecer unos requisitos básicos para **la construcción de las instalaciones deportivas de uso público y unas condiciones mínimas de seguridad para los equipamientos deportivos**, sin perjuicio de las condiciones mínimas de homologación y normalización de equipamientos deportivos públicos y privados que se dicten en los ámbitos estatal y europeo".

5.2. Análisis de la competencia.

Analizar a la competencia, o dicho de otro modo el Benchmarking, es un factor de gran importancia para las empresas, esto permite estar a la par y medirse de acuerdo a los resultados obtenidos del análisis.

La propuesta de Geronatura en Aibar específicamente no tiene competencia, pues los centros deportivos de la comarca son gimnasios para el trabajo con máquinas. Y Geronatura ofrece servicios de actividad física para el adulto mayor, que se enfocan en la recreación y el esparcimiento al aire libre. Encontramos en la localidad, un parque de aventuras (Artamendia), instalado en un robledal del entorno, pero no abarca el rango de

edad que propone el proyecto de la empresa, ni ofrece los servicios de la misma. Es por ello que la propuesta, no presenta a priori una competencia, sin embargo, se deben tener claras las metas y objetivos para desarrollar un óptimo servicio que logre ser aceptado por los clientes potenciales y a su vez captar la atención de clientes de la comarca de Sangüesa.

5.3. Análisis del target.

El target que "Geronatura" necesita está centrado principalmente en hombres y mujeres en edades comprendidas entre 60 y 80 años de edad, que necesiten y deseen satisfacer necesidades de actividad física, esparcimiento y recreación al aire libre fortaleciendo así, su bienestar físico y emocional.

Según López Cozar, R. y Rebollo, S. (2002) en un estudio que hicieron de la relación entre la práctica deportiva y característica sociodemográficas en personas mayores, llegaron a la conclusión que el 33,3% de las personas entre 65 y 70 años realizaban actividad física, mientras que entre los 71 y 75 años, así como de los 76 a los 80 años, ese porcentaje disminuye, siendo solamente del 12,1%, por lo que hacemos una media aritmética (5 años x 33,3% + 10 años x el 12,1%) para llegar a la conclusión que en estos 15 años de vida es el **14,25%** de las personas entre 64 y 80 años los que hacen deporte o actividad física. Este dato lo vamos a utilizar para crear una tabla propia nº 4 donde podamos ver el número de potenciales clientes con los que vamos a contar.

En este informe del ministerio de cultura y deporte (*La práctica deportiva aumenta un 6,1% en los últimos cinco años /* CSD - Consejo Superior de Deportes, 2021) exponen que el 41,3% de la población mayor de 55 años realiza deporte o actividad física.

Tomando la información del Instituto Navarro de Estadística de la población de Aibar y los pueblos de alrededor, separados por tramos de edad de 60 a 64 años para aplicarles el 41,3%, para ver cuál es nuestro público objetivo en ese tramo de edad y lo mismo para el tramo de 65 a 80 años, para aplicarles el 14,25%.

Puesto que se ha contado con un target por edad de los 60 a los 80 años, para el proyecto de la empresa, solo se va a tener en cuenta estos datos de población. A todo esto hay que unir, que debido al desplazamiento, los pueblos que no son Aibar, se va a considerar que

solamente un 30% de ellos se desplazarían para realizar un actividad física fuera de su pueblo.

Con toda esta información, se ha creado la tabla que se adjunta a continuación, donde se puede ver que en **base a la edad**, Geronatura contaría con un público objetivo de unas 232 personas.

año 2020						
Municipio	Poblacion total	Pob. Mayor 64 años	Pob. De 60 a 64 años	C. Potencial mayor 65	C. Potenc. Entre 60-64	Total clientes
Aibar	794	228	68	32	28	61
Caseda	951	275	69	39	29	68
Eslava	105	46	6	7	2	9
Gallipienzo	94	35	7	5	3	8
Javier	128	73	6	10	2	13
Leache	33	15	2	2	1	3
Liedena	295	90	24	13	10	23
Lumbier	1299	370	107	53	44	97
Sada	135	58	18	8	7	16
Sangüesa	4933	1164	355	166	147	313
Yesa	285	67	35	10	14	24
Total	8258	2193	629	313	260	572
				94	78	172
				126	106	**232**

Tabla 4. Nº de clientes potenciales. Fuente: Elaboración propia.

Teniendo en cuenta otros factores para el target de la empresa, con respecto al pueblo de Aibar, iel proyecto encontrara los clientes potenciales en:

- El club de jubilados “El Toril”, donde se reúnen los jubilados del pueblo. Habría que ir a hablar con ellos y convencerles de los beneficios para su salud de la práctica de actividad física.
- El otro lugar donde se pueden tener clientes objetivo, es en el centro rural de día de Aibar (CRDA), no solo por los que allí van, sino por las personas que trabajan con ellos, auxiliares, asistenta social. Pueden dar a conocer la empresa y su actividad en la comarca.
- El centro de aventuras Artamendia, es para un público hasta los 60 años, pero aprovechando que está cerca de donde se va a ubicar Geronatura, se podría hacer un tándem, y aprovechar que abuelos y nietos se acerquen juntos, para darles a conocer las instalaciones en plena naturaleza.

Con respecto a los pueblos de la comarca, cuenta con:

- Tres residencias de ancianos, una de ellas en Cáseda que tiene capacidad para 52 plazas, la de Lumbier que tiene 118 plazas y la de Sangüesa que su ocupación es de 71 plazas. Hay que contar con que un porcentaje de estas personas son dependientes, por lo que no entrarían en el nicho de mercado de Geronatura, pero hay un número de personas con suficiente autonomía, que con el servicio de transporte que dispone la empresa, sí podrían aumentar el target.

- Hay gimnasios en Cáseda y Sangüesa, así como un centro de CrossFit, donde se encuentra mayormente un público joven y de mediana edad, pero también hay clientes que entran en el rango de edad de Geronatura, que van a esos centros porque hasta el momento no hay otra oferta.

5.4. Análisis dafo (debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades).

El análisis DAFO es una herramienta administrativa que tiene como finalidad general identificar y analizar las fortalezas y debilidades de la empresa, así como las oportunidades y amenazas resultantes de la información que se extrajo del contexto externo de Geronatura.

D	**Debilidades**	
	1	Es una empresa nueva que busca posicionarse.
	2	Temporalidad, con temporada alta y baja.
	3	Dificultad para realizar grandes acciones de Marketing.
	4	A las personas mayores, les cuesta gastar el dinero en actividad física.
	5	Despoblación de los municipios de la comarca.
	6	No tener patrocinadores.
	7	Que el local sea del ayuntamiento de Aibar
	8	Poca experiencia de los monitores contratados
A	**Amenazas**	
	1	Crisis económica por covid-19.
	2	Miedo de los mayores a relacionarse por el covid-19.
	3	Desastres meteorológicos.
	4	Incremento de la práctica deportiva al aire libre.
	5	Accesibilidad a las instalaciones.
	Fortalezas	

F	1	Motivación y conocimientos por parte del propietario del campo de la actividad física.
	2	Oferta de servicios para el fortalecimiento de la salud física y emocional.
	3	Instalaciones de calidad en el medio natural.
	4	Servicio fisioterapia.
	5	Trato personalizado a los clientes
	6	Buen conocimiento del entorno por parte de los profesionales
	7	Apoyo por parte del ayuntamiento de Aibar.
	8	Gran variedad de actividades.
	9	No hay competencia directa en el ámbito de las personas mayores.
	10	Apoyo económico por parte del Gobierno de Navarra con subvenciones.
O	**Oportunidades**	
	1	Dar a conocer la empresa a través de medios de comunicación locales y rrss.
	2	Estimular el interés de los potenciales clientes.
	3	Acuerdos con personal médico y el ayuntamiento para recomendarnos.
	4	Posibilidad de ampliar instalaciones.
	5	Innovación en productos y actividades.
	6	Facilidad para trasladar a los clientes por tener vehículo propio para ese fin.
	7	Convenios con las tres residencias de mayores de la comarca.

Figura 17. Análisis DAFO Fuente: Elaboración propia

Podemos sacar diferentes conclusiones, después de hacer el análisis DAFO de Geronatura.

Es una empresa nueva por lo que tendrá que trabajar para poner en marcha el negocio y atraer a clientes, moviendo las comunicaciones con el exterior para darse a conocer. Tendrá que indagar en desarrollar actividades para evitar al máximo la debilidad de la temporalidad. Se preocupará por formar a su personal, ya que no tiene experiencia. Deberá cuidar el local ya que es del ayuntamiento, estando en buena armonía con él, para que se encargue del mantenimiento del mismo. Las actividades deben ser interesantes para convencer a los adultos mayores de que inviertan en el beneficio de su salud, a la

vez de ayudarles a quitar los miedos a las relaciones sociales por el covid-19. Compensará la debilidad de llegar a sus instalaciones con el transporte que les va a proporcionar. Se aprovechará del apoyo del ayuntamiento a su proyecto, para conseguir los permisos necesarios y a su vez el empuje que eso le puede dar para convencer a la población adulta de utilizar las instalaciones. Aunque necesitará financiación, contará con un gran aporte de subvenciones por parte del Gobierno de Navarra. Es un servicio de calidad, con un fin beneficioso para la sociedad y en un medio natural, con todas las ventajas que eso reporta. Aunque no tiene competencia directa, tendrá que trabajarse las relaciones con el centro del día de Aibar y las residencias que hay en la zona, para que puedan tener relaciones profesionales. Deberá aprovechar en su favor, el trato individualizado que dará a sus clientes, para que queden satisfechos y hagan una buena promoción del negocio. El conocimiento por parte del propietario de la actividad física y la gran motivación que tiene son uno de sus puntos fuertes, a lo que deberá saber sacar rendimiento.

6. Identidad visual corporativa.

6.1. Creación del nombre.

La empresa adquiere el nombre de “Geronatura” debido a la unión de dos palabras como son *gerontología* y *naturaleza*.

El diccionario de la Real Academia de la Lengua Española define los dos términos de la siguiente manera:

Gerontología: “ciencia que trata la vejez y los fenómenos que la caracterizan”. Naturaleza: “principio generador del desarrollo armónico y la plenitud de cada ser, en cuanto tal ser, siguiendo su propia e independiente evolución”.

“El termino *gerontología*, hace referencia a g*eronegerontos* (anciano) y logía (tratado, estudio, ciencia) significa el estudio de la vejez” y fue creado por Matchinkoff (Orantes, 2021).

Con respecto al término de “naturaleza” se hace referencia al medio natural. Las actividades se desarrollarán, rodeados del verde que la caracteriza, ayudándonos de ella para complementar el bienestar físico y emocional de las personas.

Con Geronatura hemos hecho un juego de palabras, dándole importancia a la tercera edad y a su vez al lugar donde se va a desarrollar la actividad de la empresa.

6.2. Creación del logotipo.

Figura 16. *Logotipo. Fuente: elaboración propia*

Figura 17. *Logotipo. Fuente: elaboración propia*

7. Localización geográfica.

La localización es uno de los factores que adquiere importancia en el éxito del negocio, siendo la naturaleza el principal objetivo, el centro Geronatura tendrá la ubicación en el Camino del Monte, s/n, de Aibar (31460) en la zona media de la Comunidad Foral de Navarra asentado a unos 550 metros de altitud, a 45 km de la capital Pamplona. La parcela donde se van a ubicar las instalaciones es del ayuntamiento, está situada en un camino que se dirige hacia el robledal y zonas de pinos. Una zona en la que se encuentra el monte de la Bizkaia, adquiriendo el pico más alto a 850 m. y el Valle de Aibar, ambos constituyen una referencia importante a la hora de desarrollar nuestras actividades.

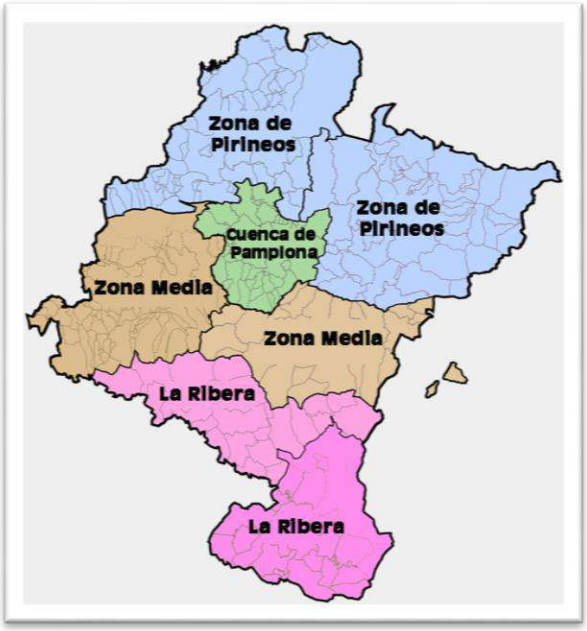


Figura 18. Mapa de las zonas en las que se divide Navarra. Fuente: Google imágenes.

Figura 19. Navarra zona 5. Navarra media oriental. Fuente: Google imágenes.

Imagen 3. Valle de Aibar. Fuente: Elaboración propia.

Imagen 4. Monte la Bizkaia. Fuente: Google imágenes.

La parcela elegida para la ubicación de las instalaciones, además de ser propiedad del ayuntamiento, esta colindante con la bodega Mendiko, que cuenta con servicios de agua y luz, necesarios para la construcción y mantenimiento del edificio. El terreno cuenta con un acceso por una pista transitada por vehículos y bien conservada por parte del ayuntamiento. Las instalaciones van a contar con un gran espacio para poder aparcar los medios de trasporte utilizados por los usuarios.

Como se considera que aunque sea una empresa privada, va a ser un bien para el pueblo, el consistorio concederá el terreno para su construcción, como ya hizo en su día con el parque Artamendia.

Se puede apreciar en la figura nº 20, una vista aérea sacada de SITNA, que la zona está en plena naturaleza, situandose muy cerca de árboles con sendas para poder desarrollar alguna de nuestras actividades.

Figura 20. Territorio de la localización de Geronatura. (SITNA, 2020)

Figura 21. Territorio de la localización de Gronatura. (SITNA, 2020)

El proyecto se va a desarrollar en el municipio de Aibar (zona media), que comparte una característica común a la gran mayoría de los municipios del noreste de Navarra, el alto envejecimiento de su población, así como un descenso de la juventud. Esta localidad presenta uno de los mayores índices de envejecimiento de Navarra (26,56%). (IEN, 2020).

Teniendo en cuenta este dato y las localidades que limitan territorialmente con Aibar podemos analizar la población total de los municipios y la población mayor de 64 años en cada una de ellas a través de la siguiente tabla.

Municipio	Poblacion total	Pob. Mayor 64 años
Aibar	794	228
Cáseda	951	275
Eslava	105	46
Gallipienzo	94	35
Javier	128	73
Leache	33	15
Liédena	295	90
Lumbier	1299	370
Sada	135	58
Sangüesa	4933	1164

Yesa	285	67
Total	8258	2193

Tabla 5. Elaboración propia a partir de los datos obtenidos desde el IEN, 2020.

Así mismo, nos encontramos con un grupo de población entre 60 y 64 años que engloba al 8% de la población actual según el IEN en 2020 y que se sitúa por tanto en un entorno colindante con la zona de estudio, con lo cual las expectativas en un futuro cercano nos marcan unas tendencias de continuación en el envejecimiento de la población. Pudiendo ver reflejado este crecimiento en la población de Navarra entre de 2018 y 2021.

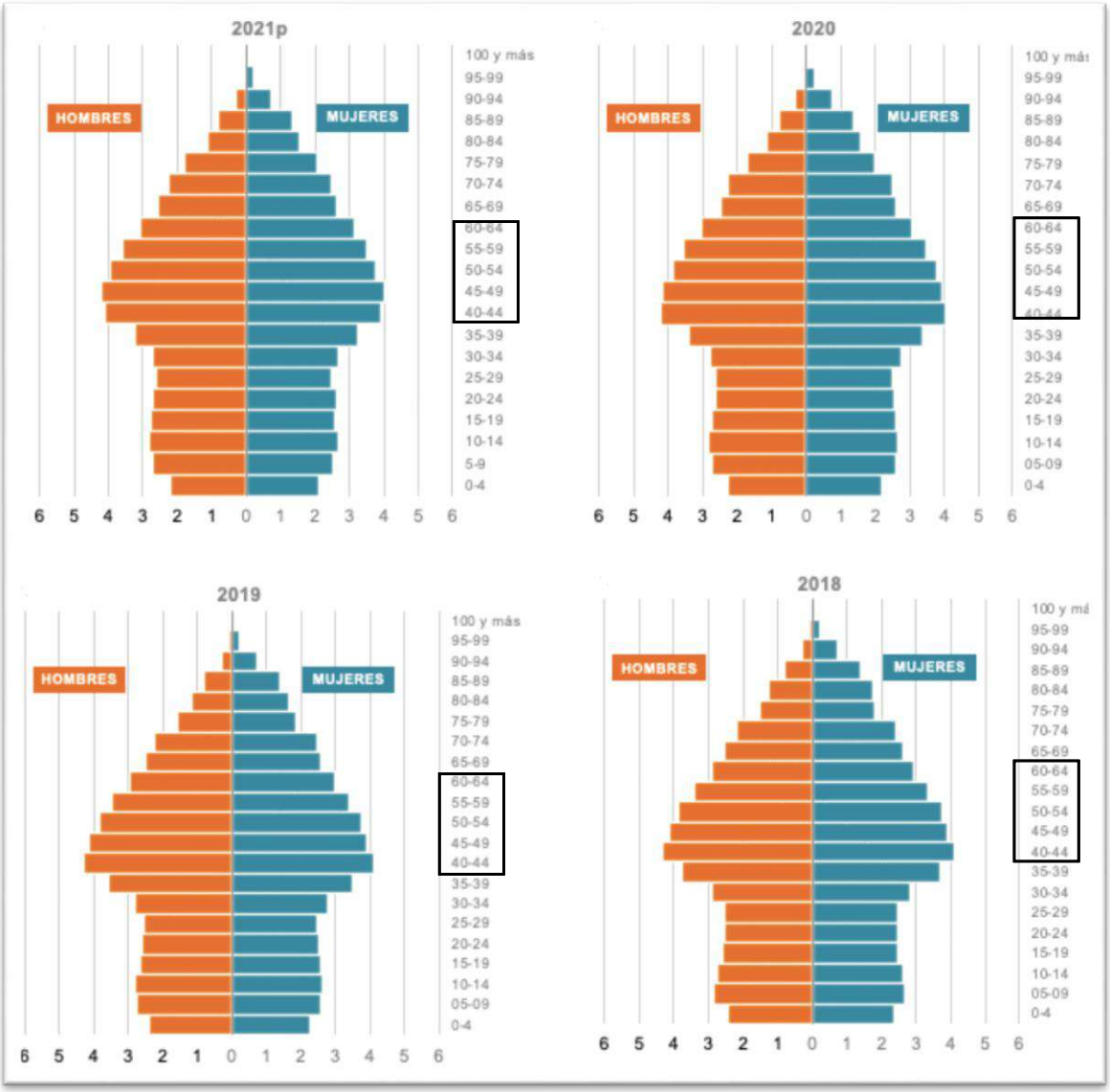


Figura 22. Pirámide población Navarra. (Instituto de Estadística Navarro, 2021).

Esta zona geográfica, se sitúa en la zona media de navarra. Adquiere un clima mediterráneo más específicamente templado donde cuenta con unos veranos secos e inviernos lluviosos más de carácter continental. Por ello, la zona en la que se encuentra Geronatura es muy boscosa con diversidad de animales salvajes y diferente vegetación, caracterizada por hayas y robles.

Para poder acceder a la localidad de Aibar desde Pamplona, se puede hacer a través de la autovía del pirineo A-21 y tomando luego la NA-534. Si el acceso es por la zona sur, se llegar desde Cáseda. También permite su entrada a través de la NA-132 por la parte de Sangüesa o Sada.

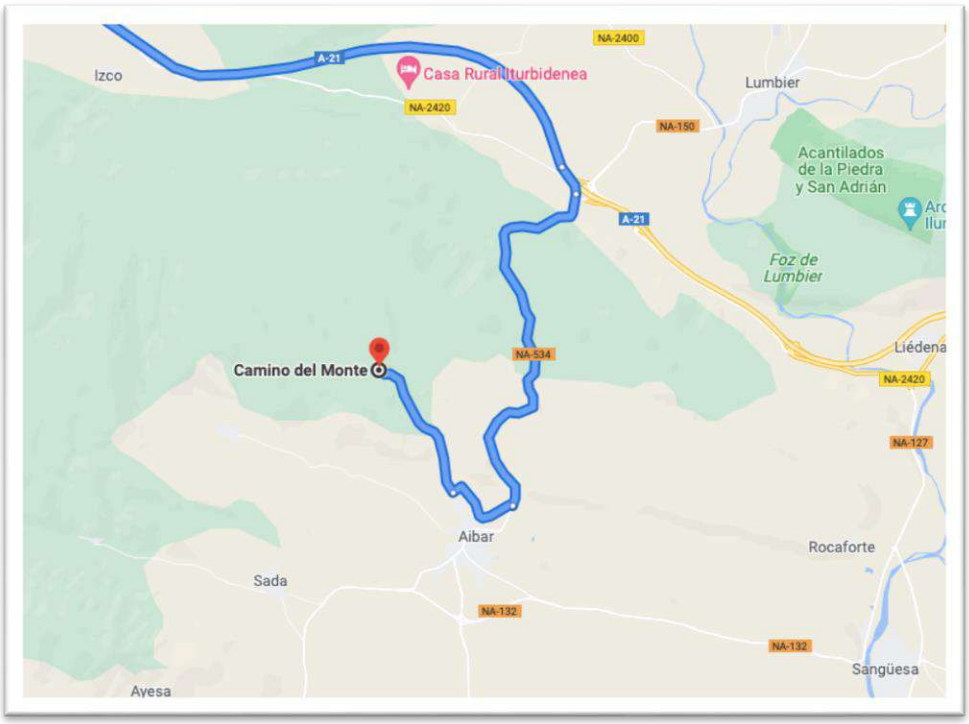


Figura 23. Acceso por la parte norte. Fuente: Google Maps 2021.

Para realizar el circuito de agua, nos desplazaremos hasta el embalse de Yesa. Se encuentra a escasos 20 min de la sede. Accederemos a través de la NA-534 y cogiendo después la A-21 o bien por la zona sur atravesando la variante de Sangüesa NA-132 para incorporarnos posteriormente a la A-21.

Figura 24. Trayecto hasta el embalse de Yesa. Fuente: Google Maps 2021.

8. Planificación comercial y de marketing.

8.1. El producto / Servicio.

En cuanto al producto, se puede decir que es la parte más destacable dentro del marketing. Son los servicios que se ofrecen, más todas las riquezas (no exclusivamente en el sentido económico) con las que cuenta la empresa. El producto es aquel que va a cumplir con las necesidades de los clientes.

En este caso, el producto que se ofrece, es un servicio, no es un producto tangible, por lo que dentro del marketing para ese servicio, hay que tener en cuenta aspectos como la imagen que se dé, la marca, o lo que se llama posventa, ese seguimiento personalizado que se va a hacer al cliente.

Este producto, como tantos otros que hay en el mercado, tiene diferentes fases por las que pasa. Comienza por la fase de **introducción** del servicio que vamos a prestar, teniendo en cuenta que es un producto nuevo, no contamos con la confianza de los posibles clientes, tenderá a comparar ese servicio con algo que se le asemeje, aunque no sea igual. A continuación, entraríamos en una segunda fase de **crecimiento**, el cliente empieza a oír del producto, lo prueba y hace una valoración positiva del mismo. Seguidamente ya estaremos en la fase de **madurez,** donde ya está aceptado el servicio, estando en el momento álgido de la empresa, en este momento le darán valor a todo lo que para la salud puede reportar este producto. Para finalizar con un **declive** de la empresa, donde se suele exigir la misma calidad del producto que se estaba dando, pero a un menor precio. Es en este momento, donde hay que controlar el margen de beneficio con que cuenta el producto, para ajustar los precios al máximo y poder fidelizar con eso al cliente. (Bilbao et al., 2013)

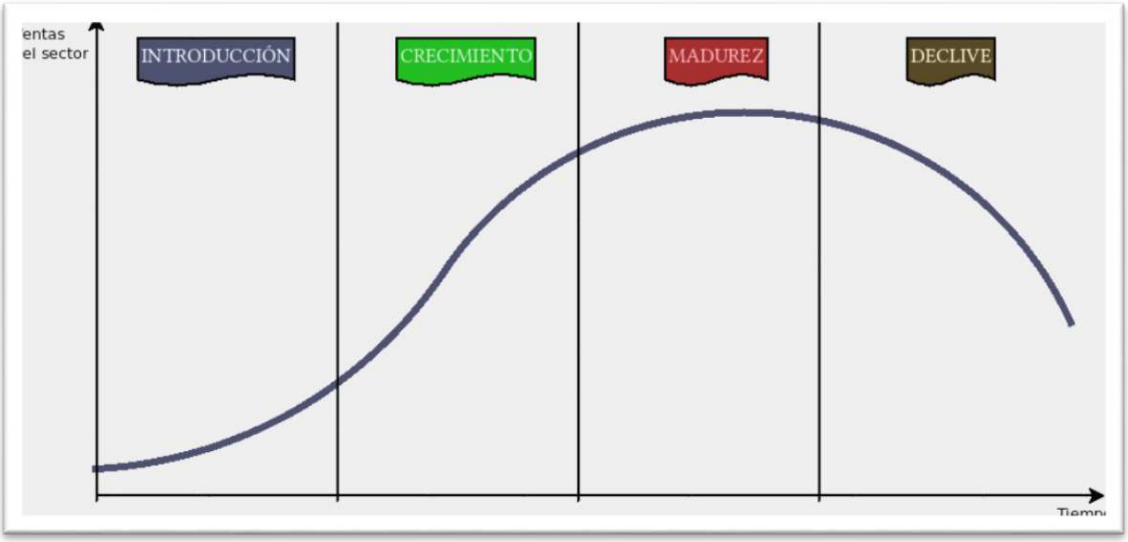


Figura 25. El crecimiento de la demanda. (Bilbao et al., 2013)

Hoy en día sí que hay servicio de ejercicio físico dentro de un gimnasio para personas mayores, o también el deporte de aventura en la naturaleza, pero lo que no hay es ese servicio que va a ofrecer Geronatura. Centrándose en la creación de una empresa en el pueblo de Aibar de Navarra, orientada a la realización de actividad física en la naturaleza con adultos mayores. Por lo que digamos que dentro de ese ciclo de vida que le podemos dar a este sector, estaríamos en la introducción. Esto dice mucho a favor de nuestra empresa. Su objetivo más general es un desarrollo de actividades donde se favorezca la salud tanto física como mental de los mayores, haciendo que de una forma entretenida, su proceso de deterioro tanto físico, como cognitivo, sea lo más lento posible.

Este centro, ofrece los siguientes servicios:

- Varios circuitos distintos, que constaran de tres o cuatro actividades diferentes, cada uno de ellos. Este tipo de circuitos, al llevar más de una actividad a realizar, son de varias horas. Se va a dar al cliente la posibilidad de contratarlo por media jornada o jornada completa, realizando solamente las actividades que les resulten más interesantes, o las que su estado físico les permita.
- También consta de lo que se ha llamado actividades indoor. Este tipo de actividades no será necesario tanto desgaste físico, ocuparan menos tiempo y hay muy variadas, realizándose muchas de ellas en la sala de usos múltiples con la que cuentas las instalaciones. Pudiendo contratarlas por

independiente o por lotes, haciendo así lo que estamos más acostumbrados a ver que es un pago mensual, por un número concreto de ellas.

- Otro servicio del que dispone son las relacionadas con el agua: el spa, los chorros y la sauna.
- Se puede contratar con una parte dentro de las actividades indoor, o fuera de ese paquete, por sueltas.
- Así mismo, presenta un servicio de fisioterapeuta, para aquellos clientes que necesiten recuperar una dolencia o pequeña lesión, facturándose por sesión, independientemente de los servicios que tengan contratados.
- También dispone de la posibilidad de hacer los desplazamientos, con vehículo propio de la empresa. Se utilizará para algún tipo de actividad y sobre todo para los clientes que no puedan o no quieran llegar por ellos mismos a las instalaciones. Se facturará aparte de las sesiones.

Imagen 5. Furgoneta desplazamientos. Fuente: Elaboración Propia.

- Para finalizar, dispone de un asesoramiento médico, la empresa lo emplea para hacer un reconocimiento al usuario a la hora de contratar servicios. Si el cliente quisiera también podría concretar cita.
-

Una de las grandes diferencias de este producto, es la gran variación dentro de las actividades programadas.

8.2. Promoción.

Sin duda alguna, es aquí donde se logrará captar los clientes iniciales, quienes luego serán los promotores de la marca en la localidad. Se planean promociones que en un primer momento capten la atención y el interés de los clientes objetivos, luego de estar conociendo y familiarizándose con la esencia de la marca y el bienestar que logran recibir. Con la promoción lo que se busca es informar al cliente, que sea consciente del nuevo servicio que hay, todo lo que ofrece y si es posible obtener algún beneficio de promoción. Lo que se intenta es hacer ver al cliente que necesita de ese producto. La empresa se va a ayudar de diferentes formas de comunicación, para que le llegue al cliente potencial. Ya que tan importante como crear un buen producto es saber venderlo.

La imagen que se dé de la empresa es fundamental para la captación de clientes. Con el logotipo, se da una imagen de serenidad y disfrute, al tener la hoja verde que se asocia con el entorno natural y a la vez de la persona entre la propia naturaleza, con una marca sobre la O de GerOnatura, simulando estar activo, haciendo referencia a ON en inglés.
La información que se facilite al cliente, tiene que ser relevante. En las campañas se informara sobre horarios, precios, lugares donde se ofrecen los servicios, consejos sobre la forma de obtener el mayor valor del servicio, como confirmar las reservas, etc.

La campaña de promoción del servicio que se va a realizar va a ser lo más agresiva posible, dentro de las posibilidades económicas. Al ser una empresa nueva, en un entorno rural y para personas mayores, es más difícil conseguir su público. Se va a hacer que sea una publicidad eficaz, creativa y con objetivos concretos. Anteponiendo como valores del personal la hospitalidad, amabilidad y educación.

Se van a especificar los planteamientos que se tienen para promocionar a la empresa, a nivel online como offline.

8.2.1. Página WEB

Hoy en día es imprescindible tener una página web en un negocio, ya que es el mejor escaparate con el que se puede contar. Es la cara visible de la empresa, donde los clientes pueden estar bien informados y se pueden conseguir nuevos. A su vez tener una web es una buena imagen, sin embargo, se tiene que estar al tanto de ella, teniendo en cuenta la

importancia de las palabras claves para estar bien posicionada en SEO (basado en algoritmos imparciales, sin inversión de dinero). Tener un buen posicionamiento en buscadores no significa que la web salga la primera en los resultados, sino aparecer en los términos relevantes para el negocio.

Hay que ser realista, tener una web, no garantiza tener clientes, ni que el negocio vaya creciendo, pero si permite que te vayan conociendo como tú quieres ser visto. A la vez da la posibilidad de poner todos los contenidos que se consideren necesarios: precios, horarios, galería fotográfica…incluso una pestaña para la contratación de personal o de hacer prácticas con la empresa.

En este momento social, se está en un momento donde casi todo está a un clic, por lo que la interacción con el usuario es diferente a lo que se estaba acostumbrado. Por eso, es importante que la diseñe un buen desarrollador de web, sin olvidar que sea administrable por nuestra parte, para poder poner los cambios que se consideren oportunos, puesto que es algo vivo. No hay que olvidar que debe ser de fácil manejo, intuitiva, donde al cliente le resulte fácil su uso.

A su vez, es un portal continuo de ventas, las 24 horas los 7 días de la semana, incluso venta online, colocando un tpv virtual, con la gestión adecuada de esos cobros y las reservas que se reciban.

Consecuencia de la relevancia que tiene una web, una de las primeras acciones a realizar, es comprobar si el nombre de la empresa está libre, para comprar el dominio y con ello crear correo electrónico y demás herramientas del online.

Imagen 6. Página Web. Fuente: Elaboración Propia.

8.2.2. RRSS

Con respecto a las redes sociales, lo que no se puede negar, es el protagonismo que han adquirido hoy en día, formando parte del día a día de las personas.

Las redes sociales, son un nuevo canal de negocios, pueden servir para comunicarse con el cliente o personal, darse a conocer, establecer relaciones profesionales. Si los contenidos son de calidad, la empresa gana reputación. Ayuda a promocionar las novedades que se creen, a la vez que sirve como publicidad gratuita.

Nuestra empresa va a contar con cuatro canales de divulgación:

-Facebook: Número uno del mundo en estos momentos, permite tener una página de empresa, a la vez que permite promocionar contenidos.

-Instagram: Pertenece a Facebook, pero esta es de un contenido más visual, con un avance exponencial actualmente.

-Youtube: Se creó con la intención de ser un creador de videos, pero hoy da la posibilidad de interactuar, recibir visitas…

-Whatsapp: Digamos que la mensajería es su fuerte, pero también pertenece al gigante de Facebook y está en un momento cambiante.

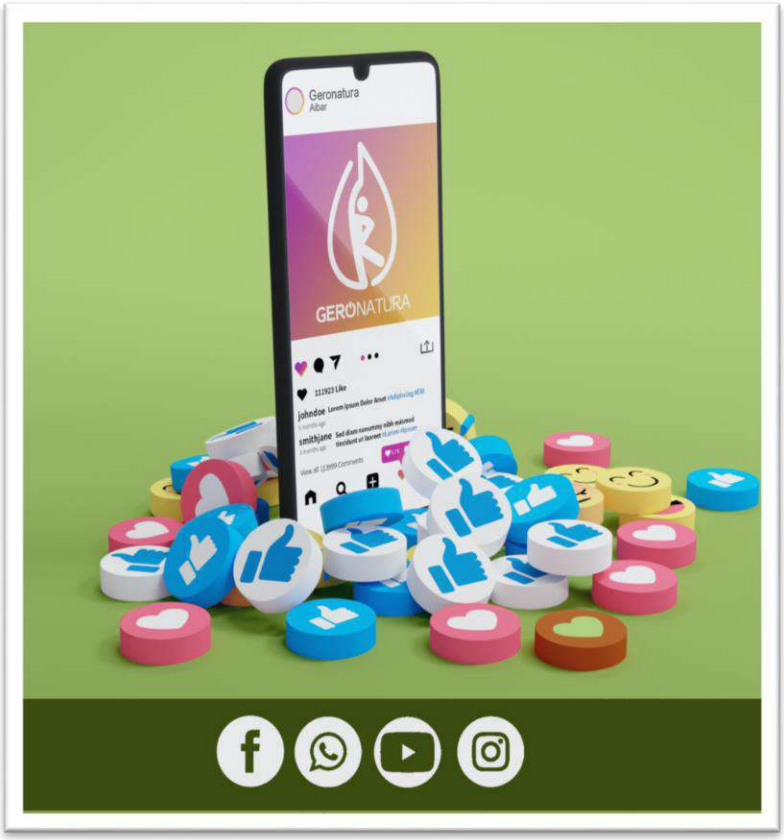


Imagen 7. Redes Sociales. Fuente: Elaboración Propia.

8.2.3. Newsletter

Esto es como un boletín de noticias, una publicación digital, que las empresas enviar por correo electrónico. Digamos que el petróleo de hoy en día son los correos electrónicos, si se cuenta con varias direcciones de mail, se pueden utilizar para comunicar los cambios en la empresa o novedades enviando junto al correo una newsletter.

8.2.4. Prensa escrita

Hay que hacer una nota de prensa al iniciar un negocio. Un escrito que contenga la información sobre la empresa, se envía a los periodistas para que de forma gratuita se publique en prensa escrita, radio o TV (para este proyecto es TeleNavarra). Aunque es un canal de divulgación que pudiera estar perdiendo fuerza, en el caso de Geronatura es muy importante por el público objetivo que le interesa, ya que muchas de las personas con años son muy usuarias de estos medios.

8.2.5. Revista local del ayuntamiento

El ayuntamiento de Aibar, emite una revista que se reparte gratuitamente, donde nos resultara interesante nuestra presencia.

Imagen 8. Revista local. Fuente: Elaboración Propia.

8.2.6. Dípticos y cartelería

Es otra herramienta de comunicación para darse a conocer, se suele tener en las instalaciones del negocio para que los usuarios la puedan leer, tiene una pequeña explicación del servicio que se da y las diferentes vías de contacto. Los carteles, en nuestro caso se colocarían en bares, centro de jubilados y otros lugares visitados por el público potencial.

8.2.7. Jornadas de puertas abiertas

Son interesantes los días en los que las personas pueden acceder gratuitamente a las instalaciones, conocerlas e incluso participar en alguna actividad sencilla para hacer una toma de contacto con el servicio de la empresa. Sirve para mostrar el funcionamiento

interno, para ganar confianza, dando una imagen más trasparente, dejando que fluya la información más amigablemente.

8.2.8. App móvil

Las aplicaciones para móviles tienen una similitud de objetivos a conseguir como la web, ayudando también a personalizar la marca y mejorar el posicionamiento de la empresa en el mundo virtual.

8.3. Distribución.

Este es el elemento de marketing que se utiliza para conseguir que el servicio o el producto llegue en buenas condiciones y con una satisfacción por parte del cliente. Digamos que en nuestro caso, este tipo de servicios se ofrecen de forma directa. No hay muchos cadenas de distribución de estos servicios.

Lo que si podemos contar son con canales de venta, son unas web de ventas, como por ejemplo Colectivia. Son páginas web que cuentan con una cartera de correos electrónicos muy numerosa, donde mandan sus propias newsletter, vendiendo productos muy diferentes con unos descuentos con respecto a la página web de la empresa originaria del servicio o del producto a vender. Son campañas donde, con la filosofía del porcentaje de ahorro que consigue el usuario, se consiguen los clientes. Más tarde, hay que ponerse en contacto directamente con la empresa que da el servicio o vende el producto para concretar (en el caso de Geronatura) día y hora para poder disfrutar del servicio.

Otro canal de distribución son las “cajas regalo”, como las de la empresa Smartbox, donde la idea es parecido a lo que se acaba de describir. Son unos paquetes donde se venden como regalos para entregar y los usuarios de esas cajas tienen que ponerse en contacto directo con la empresa que da ese servicio.

El punto de venta propio

Es importante tener en cuenta que por ser una empresa nueva en el mercado y carecer de una competencia cercana, la empresa ya se ha dado a conocer por medio de diferentes canales de comunicación y redes sociales, de gran valor será la promoción que se haga

desde el ayuntamiento. Se especificara la marca, el servicio, la calidad, el trato personalizado y la sede de funcionamiento; logrando así identificar la marca con el servicio y la población objeto a captar como targets de la empresa. La sede estará ubicada en el Camino del Monte, s/n Aibar.- 31460 Navarra.

8.4. El precio.

El precio es un factor determinante, su variabilidad incide en el cliente que decide pagar a cambio de la satisfacción que alcanza. Sin embargo, el precio varía de acuerdo a los planes que contrate el cliente, cambiara dependiendo del número de sesiones semanales que contraten y se pagaran por meses o trimestres. Los precios van a estar en una horquilla desde 35€ hasta 75€ mensuales. Las sesiones sueltas estarán entre 12€ y 20€. El servicio de fisioterapeuta será de 30€ por sesión y de 50€ el médico. El servicio de trasporte se facturará aparte, teniendo como referencia 0,19€ el km, pero habrá un ajuste, que estará relacionado con las sesiones acordadas. Por tanto, el precio que se ofrecerá a los clientes estará lo más ajustado para lograr posicionar la empresa y asegurar la fidelización de los clientes quienes serán los pioneros en la promoción de "Geronatura" siendo el boca a boca de la calidad del servicio a ofrecer el primer año de operaciones.

	Característica	
CIRCUITOS	Media Jornada	Jornada completa
Más rápido mejor	**35 €**	**65 €**
Afinando puntería	**25 €**	**50 €**
Agua para la salud	**30 €**	**60 €**
No pierdas la vista	**25 €**	**50 €**

Tabla 6. Precio circuitos. Fuente: Elaboración propia.

	Característica	
ACTIVIDADES INDOOR	Una sesión	Mensual
Baño de aguas	**20 €**	**75 €**
Actividades pares el desarrollo cognitivo	**15 €**	**40 €**
Trabajos y charlas de sensibilización con el medio	**13 €**	**35 €**
Actividades de equilibrio y estabilidad	**12 €**	**45 €**
Actividades de tonificación y fuerza	**12 €**	**45 €**

Tabla 7. Precio actividades indoor. Fuente: Elaboración propia.

SERVICIO DE TRANSPORTE	**0,19€ el km**
SERVICIO DE FISIOTERAPEUTA	**30 €**
SERVICIO DE MEDICO	**50 €**

Tabla 8. Precio servicios extra. Fuente: Elaboración propia

.

9. Estructura de actividades.

NIVELES	
Principiante (P)	Personas con dificultad a nivel físico, motriz y psicológico. Es decir, personas que pueden presentar alguna enfermedad y deben tener mayor apoyo o vigilancia exterior.
Intermedio (I)	Personas que puedan poseer alguna enfermedad de carácter crónico que no afectan a su vida diaria permitiéndoles realizar las actividades sin mayor problema, a nivel físico, motriz y psicológico.
Avanzado (A)	Personas que no manifiestan ningún tipo de enfermedad física o psíquica, y pueden adquirir las competencias para superar las actividades y circuitos que se ofrecen.

Tabla 9. Clasificación de niveles. Fuente: Elaboración propia.

CIRCUITOS	NIVEL
Más rápido mejor	(I) / (A)
Afinando puntería	(P) / (I) / (A)
Agua para la salud	(I) / (A)
No pierdas la vista	P) / (I) / (A)

Tabla 10. Precio servicios extra. Fuente: Elaboración propia

ACTIVIDADES INDOOR	NIVEL
Baño de aguas	Todos juntos sin separación de niveles para facilitar la cooperación entre todos y las relaciones sociales.
Actividades pares el desarrollo cognitivo	
Trabajos y charlas de sensibilización con el medio	

Actividades de equilibrio y estabilidad	Hacer dinámicas pensando en tres grupos.
Actividades de tonificación y fuerza	

Tabla 11. Precio servicios extra. Fuente: Elaboración propia

Desarrollo de las actividades:

Nuestras actividades van a estar clasificadas en dos categorías.

1- Circuitos
2- Actividades indoor

- CIRCUITOS

Los circuitos, son actividades que se realizaran en las proximidades de nuestras instalaciones. Ofrecemos estas actividades en distintos circuitos, adaptando cada uno de ellos a un nivel específico teniendo en cuenta las características de nuestros usuarios. No obstante, estará bajo la elección de cada uno de ellos el poder realizar la actividad siempre y cuando tenga el consentimiento médico requerido.

Estos circuitos constarán de varias actividades que se dividirán en media jornada o jornada completa. La media jornada serán actividades que se desarrollen por la mañana y la jornada completa incluirá un pack con actividades matinales y de tarde.

En todos los circuitos, el material del que se haga uso para realizar dichas actividades, estará incluido en el precio de la actividad, bien sea de media jornada o jornada completa.

Nuestros circuitos son los siguientes:

Más rápido mejor
Este circuito consta de cuatro fases distintas, se complementarán entre si logrando el objetivo del circuito, experimentaremos diferentes medios de transporte en el medio natural, que nos hagan vivir distintas situaciones complementándose entre sí. 1- Senderismo: Actividad desarrollada por las proximidades de las instalaciones en el monte de La Bizkaia y el Valle de Aibar. Consta de caminos forestales con posibilidad de introducirse por todo tipo de sendas que podrán dificultar la salida. Además, se disfrutará del paisaje, del bosque, los pozos de agua, incluso la antigua nevera. También se ofrecerán rutas nocturnas de nivel más sencillo, que hará que nuestros clientes adquieran esa unión grupal ya que se encontraran

ante un vínculo propuesto por la naturaleza al que raramente se habrán enfrentado.

Imagen 9. La nevera de La Bizkaia. Fuente: Google imágenes.

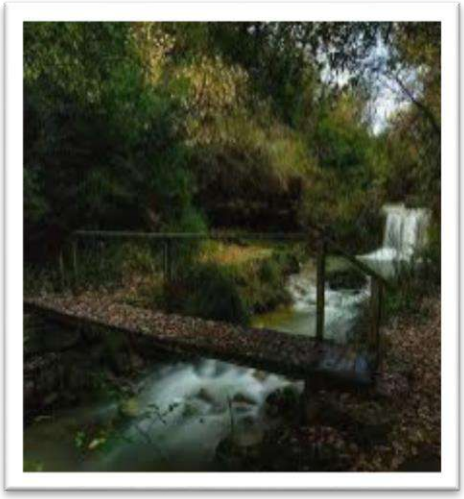


Imagen 10. Pozo de las hiedras. Fuente: Google imágenes.

2- <u>Bicicletas e-bike:</u> La actividad se realizará por el municipio Aibar y alrededores. Consta de pistas forestales y senderos, pudiendo realizar distintos niveles de rutas. Poder hacerlo con las e-bike permitirá recorrer mayor distancia de nuestras sendas y parajes naturales en menor tiempo. Pudiendo experimentar los distintos lugares, desplazándose por las pistas en una bici eléctrica. Como la actividad exige un desgaste físico, se ofrecerá a nuestros clientes, suplementos nutricionales y agua.

Imagen 11. E-bike. Fuente: Google imágenes.

3- Marcha nórdica: Esta actividad comienza en Geronatura. Antes de la salida los clientes repasaran la técnica y el uso adecuado de los bastones para facilitar su marcha a través de los senderos. Recorreremos diferentes sendas y caminos forestales, pasando por distintos parajes naturales del monte de La Bizkaia y el Valle de Aibar.

Imagen 12. Marcha nórdica. Fuente: Google imágenes.

4- Desplazamiento en furgoneta a los puntos interesantes: Esta actividad se hará como los anteriores, en el monte y arbolados de la zona. Los clientes que adquieran esta actividad, la empresa les proporcionara una furgoneta que acercara a los usuarios a nuestros puntos de interés de las distintas rutas,

bajándose a escasos metros. Aunque parece que esto reducirá su actividad, nos encargaremos de que haya desplazamientos sin reducir el componente de la salida.

De este modo, los participantes de dicha actividad podrán experimentar distintas maneras de transportarse en el medio natural, a su vez se buscará que el cliente estimule sus emociones, obteniendo diferentes sensaciones, pudiendo comparar los distintos recorridos y medios de desplazamiento entre sí, para obtener una conclusión final.

Afinando puntería

Este circuito consta de cuatro fases, entre ellas se complementan hacía un mismo objetivo, la mejora de la habilidad motriz en la puntería y la precisión, a la vez que implica ciertos aspectos cognitivos y se obtiene beneficio para la salud.

1- Lanzamiento de cerbatana: La actividad se desarrollará en los alrededores del edificio, en un espacio abierto, un campo con vistas a la naturaleza. A través de esta actividad, los usuarios podrán aumentar su capacidad pulmonar e investigar distintas maneras de soplar, para poder hacer diana con su cerbatana. Dispondremos de un campo con 5 dianas.

Imagen 13. Cerbatana. Fuente: Google imágenes.

2- Shinrin yoku o baño de bosque: Esta actividad se llevara a cabo por las inmediaciones del monte de La Bizkaia, posee un amplio bosque con caminos forestales repleto de una amplia vegetación en la que destacan los robles, pinos y las hayas. A través del cual los participantes pasaran un tiempo determinado en el bosque, mejorando su bienestar y su estado de ánimo. Además de relajarse y aumentar su capacidad de concentración para que sus sentidos estén en armonía.

Imagen 14. Shinrin yoku. Fuente: Google imágenes.

3- Tiro con arco: La actividad se practicara en las cercanías de nuestro punto de encuentro, en un campo abierto con vistas a la naturaleza. Se situarán 7 dianas para que los usuarios experimentaran otra manera de afinar su puntería y de compararlo con la cerbatana. En el tiro con arco, es más importante la fuerza muscular que la capacidad pulmonar a la hora del realizar el lanzamiento. Para la técnica dispondremos de un monitor cualificado.

Imagen 15. Tiro con arco. Fuente: Google imágenes.

4- <u>Puntería natural:</u> La actividad se ejecutará en las proximidades de Geronatura. Consistirá en desplazarse hasta un mirador donde habrá situados dos catalejos, con los que podrán agudizar su visión y aumentar con el zoom para atisbar los distintos paisajes, fauna y flora que quieran observar. Obteniendo la libertad para disfrutar del entorno natural y relajarse en el medio que les rodea.

Imagen 16. Observando la naturaleza. Fuente: Google imágenes.

Agua para la salud
Este circuito se realizará en el embalse de Yesa, situado a escasos 20 min del centro Geronatura. Se utilizarán medios de la propia empresa para transportar a los usuarios. Este pack, que consta de tres actividades, se ofrecerá únicamente en temporada de

primavera y verano debido a las condiciones del agua y del embalse. Este circuito favorecerá su salud, su bienestar físico y emocional. Refresco terapéutico.

1- Kayak: En parejas o de manera individual se realizarán paseos por el embalse. Adquiriendo un contacto con el agua y un entorno natural distinto al que encontramos en nuestras instalaciones, pudiendo sentir el contacto con el agua de manera distinta. Todos los kayaks dispondrán de botes estancos para guardar sus pertenencias sin que se mojen, así como chaleco salvavidas para cada usuario.

Imagen 17. Yesa en kayak. Fuente: Google imágenes.

2- Aquagym y flotación: Esta actividad consiste en practicar distintas técnicas y ejercicios en el agua que se llevaran a cabo también en el pantano de Yesa. Se desarrollarán distintos ejercicios de aquagym y también ejercicios de flotación con chalecos que ayudarán a la prevención de caídas, los mismos que hemos utilizado en la actividad de kayak.

Imagen 18. Acuagym. Fuente: Google imágenes.

3- Termas de Yesa: Esta actividad se llevará a efecto en una zona concreta del embalse de Yesa. Solo podrá realizarse a finales de agosto, septiembre y octubre ya que son pozas de aguas termales a más de 40º que salen cuando el nivel del pantano disminuye. El barro que se deposita a su alrededor, puede extenderse a modo de mascarilla en el cuerpo, ya que tiene un resultado exfoliante, dejando la piel suave.

Imagen 19. Termas de Yesa. Fuente: Google imágenes.

No pierdas la vista
Este circuito consta de cuatro actividades, entre ellas se complementan hacía un mismo objetivo, la relajación y la mejora de la percepción de los sentidos en el medio natural, pudiendo analizar todo lo que la naturaleza nos ofrece y no solemos aprovechar. 1- Shinrin yoku o baño de bosque: Esta actividad se desarrollará en la proximidad de nuestra sede, en el monte de La Bizkaia, posee un amplio bosque con caminos forestales repleto de una amplia vegetación en la que destacan los robles, pino y las hayas. A través de esta actividad, los participantes pasaran un tiempo determinado en el bosque mejorando su bienestar y estado de ánimo. Además, de relajarse y aumentar su capacidad de concentración para que sus sentidos estén en armonía. 2- Aimals watch: Se realizará cerca de nuestro lugar de encuentro, en el entorno del monte de La Bizkaia y en el Valle de Aibar. Consistirá en recorrer distintos senderos y caminos forestales, con la intención de analizar la fauna que hay en la zona. Para ello los usuarios harán uso de unos prismáticos, parándose en los sitios clave para ver todo tipo de animales que habitan en el monte y en la cuenca.   *Imagen 20. Animals watch. Fuente: Google imágenes.* 3- Plantas botánicas: Al igual que otro tipo de ejercicios físicos, se hará en las inmediaciones de nuestra sede, en el monte de La Bizkaia , desplazándonos

por sus distintos senderos y caminos forestales. Se asemeja a la actividad de los animales, en este caso consistirá, en analizar las distintas especies vegetales que encontramos en nuestro entorno, que son variadas las especies botánicas con árboles de muchos años de antigüedad. Optando a realizar un taller del conocimiento de los años que poseen los árboles que forman el entorno natural de estos parajes.

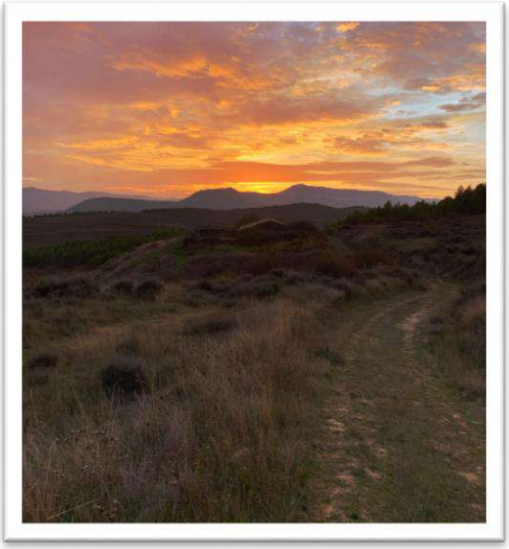


Imagen 21. Monte Aibar. Fuente: Elaboración propia.

4- Capta los sonidos de la naturaleza: Esta actividad, al igual que las anteriores, también va a discurrir por la zona próxima en la que nos solemos reunir. Consistirá en pasear a través de sus distintos senderos y caminos forestales, escuchando los sonidos que nos ofrece la naturaleza. Para ello estableceremos puntos estratégicos a los que se llegará guiados por el monitor. Al aire libre, con el sonido de los pájaros y otros factores naturales, harán que vivamos experiencias inolvidables, con vistas espectaculares, como se pueden apreciar en la foto.

Imagen 22. Monte Aibar. Fuente: Elaboración propia.

- ACTIVIDADES INDOOR

Las actividades indoor son las que se desarrollan en nuestro edificio. Ofrecemos estas actividades para la obtención de mejora de las habilidades y capacidades físicas, con relación a los circuitos que ofrecemos. A su vez, creemos oportuno que nuestros clientes puedan realizar dichas actividades de manera conjunta, en la medida de lo posible. El baño de aguas, los juegos cognitivos y los proyectos de sensibilización, opinamos que pueden desarrollarse en colaboración entre los usuarios.

En relación a las actividades de equilibrio y estabilidad, tonificación y fuerza, creemos necesario hacer una distinción por niveles, adecuando los ejercicios y su grado de dificultad, en base a los niveles mencionados al principio de esta descripción.
En todas las actividades indoor el material necesario, lo facilitara el centro para todos los usuarios.

Baño de aguas
El baño de aguas o hidroterapia es una actividad de refresco terapéutico, en la que el agua actúa como un agente rehabilitador, ayudando en contracturas musculares, alivio de lumbalgia, tendinitis, etc. Consistirá en un baño con chorros, jacuzzi y sauna, donde los usuarios podrán sumergirse en un espacio con vistas a la naturaleza, no perdiéndose la esencia de la misma. Al mismo tiempo permite disfrutar de un baño relajante, junto con el estímulo de la circulación de la sangre que provoca la sauna.

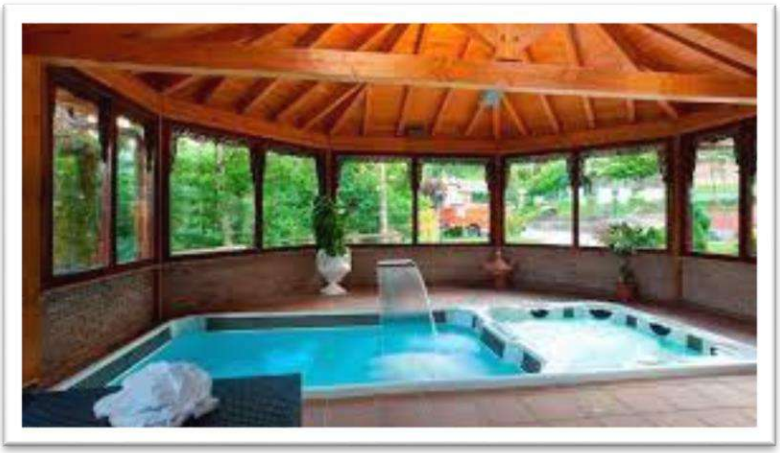


Imagen 23. Hotel & spa Etxegana. Fuente: Google imágenes.

Actividades para el desarrollo cognitivo
Son actividades cuyo fin es el retraso en el deterioro de las distintas capacidades y funciones cognitivas, como la percepción, atención, razonamiento, abstracción, memoria, lenguaje, procesos de orientación, etc. mediante ejercicios y situaciones que se planteen a nuestros clientes. Se desarrollarán en el interior de Geronatura. Dependiendo del tiempo meteorológico y la actividad a desarrollar, podrán realizarse tanto en el exterior como en el interior de las instalaciones. Debido a la estructura del edificio, siempre estarán en contacto con la naturaleza aunque sea de manera visual. 1- Musicoterapia: Esta actividad se llevara a cabo en una sala, donde los usuarios serán participes de distintas actividades que tengan relación con la música como cantar, tocar instrumentos musicales, crear distintas letras musicales y hacer juegos con música que favorezca la relajación, la comunicación y expresión corporal, además del desarrollo motriz y cognitivo de nuestros clientes.   *Imagen 24. Musicoterapia. Fuente: Google imágenes.* 2- Teatroterapia: Al igual que la anterior, se realizará en la sala de nuestras instalaciones. Consistirá en hacer distintas representaciones corporales y teatrales que favorezcan la relación entre ellos. Creando guiones de teatro y memorizando, en la medida de lo posible. Ayudará a la mejora del desgaste cognitivo.

Imagen 25. Teatroterapia. Fuente: Google imágenes.

3- Juegos de los sentidos: Consistirá en realizar distintos juegos en relación con los sentidos, permitiendo a nuestros clientes una pequeña recuperación en el desgaste de los mismos, siendo más conscientes de sus percepciones. Así podremos trabajar con distintos juegos como pueden ser: la caja de adivinanzas, dibujar con ojos vendados, tocar distintas texturas del entorno natural, etc.

Imagen 26. Desarrollo de los sentidos. Fuente: Google imágenes.

4- Torres de Hanói: Es considerado como un rompecabezas o un juego matemático, permitirá a nuestros usuarios que mejoren el uso del pensamiento cognitivo, para resolver las situaciones que plantea el juego.

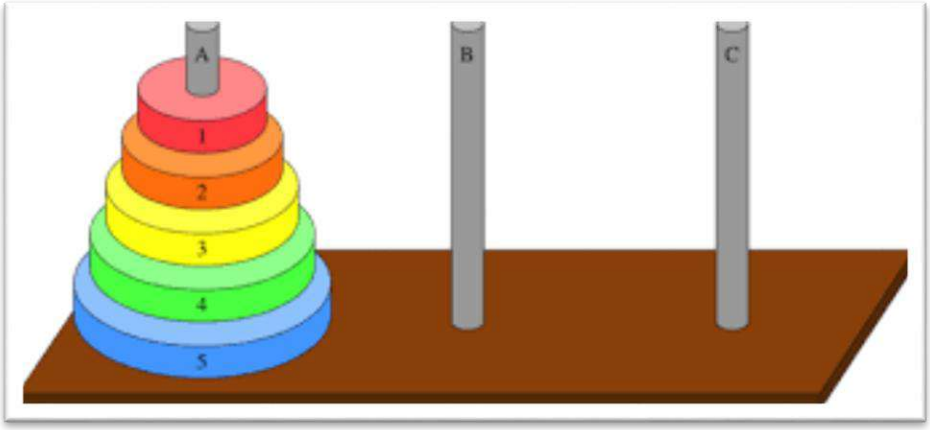


Imagen 27. Torres de Hanói. Fuente: Google imágenes.

Trabajos y charlas de sensibilización con el medio
Esta actividad consistirá en realizar proyectos de sensibilización con el medio, es decir a través de actividades en equipo, lo que podríamos llamar actividades de "Team Building", los usuarios realizaran grupos de trabajo en los que escogerán un aspecto medioambiental. Nuestros mayores trabajaran en el tema, para desarrollar una pequeña presentación, que podría ser expuesta a centros escolares. Además de trabajar la sensibilización con el medio y el carácter tanto social como cognitivo que conlleva, vamos a conseguir que los adultos se sientan realizados a la hora de impartir esos conocimientos con los centros escolares e interactuar con esa diferencia de edad.

Actividades de equilibrio y estabilidad
Son actividades cuyo fin es la consecución del equilibrio y la estabilidad. Realizando ejercicio van a mejorar sus capacidades físicas, obteniendo una mayor autonomía y disminuyendo el riesgo de caídas. Dependiendo de las inclemencias meteorológicas, la actividad podrá realizarse tanto en el exterior, como en el interior de las instalaciones, aunque como ya hemos mencionado antes, con un contacto ocular con el medio ambiente. Estas actividades se dividirán en tres grupos dependiendo del estado físico del cliente. Para así poder acoger un grupo de trabajo que favorezca de manera más individualizada, el desarrollo físico y motriz de cada uno.

1- Circuitos de equilibrio: Consiste en realizar distintos entrenamientos de equilibrio para mejorar la estabilidad y autonomía de nuestros clientes. A continuación, se muestran algunos ejemplos que podrían ser parte de nuestros circuitos.

Imagen 28. Puente de leonardo. Fuente: Google imágenes.

Puente Leonardo: Además de ser un puente de equilibrio tiene la complejidad de que los clientes son quienes montan este puente.

Imagen 29. Circuito equilibrio. Fuente: Google imágenes.

Imagen 30. Escalones. Fuente: Google imágenes.

Imagen 31. Ejercicios equilibrio. Fuente: Google imágenes.

2- <u>Yoga:</u> Con esta actividad vamos a tratar de fortalecer el equilibrio y la estabilidad. Creemos que ofreciendo este servicio, en general va a ayudar a prevenir las caídas, corrección postural, mejor coordinación y mayor flexibilidad para que sean personas más autónomas e independiente.

Imagen 32.Yoga. Fuente: Google imágenes.

3- Tai Chi: Es más conocido como un arte marcial, sin embargo la utilidad que le vamos a dar nosotros es para la coordinación corporal, estabilidad y equilibrio. Es una actividad que combina los ejercicios de resistencia y armonía. Va a contribuir a que nuestros usuarios prevengan las caídas. Además de esto, contribuye a la salud mental, debido a su suavidad y ejercicios tranquilos que necesitan de una gran concentración.

Imagen 33. Tai Chi. Fuente: Google imágenes.

4- Baile: Esta actividad se desarrollará en la sala de las instalaciones, habrá distintos tipos de baile. Además de fomentar más las relaciones sociales, tiene el plus de ayudar a mejorar nuestra condición física de manera más lúdica. Realizaremos distintas disciplinas de baile como la salsa, la bachata el chachachá o el tango siendo estos menos arriesgados.

Imagen 34. Baile. Fuente: Google imágenes.

Actividades de tonificación y fuerza
Son actividades cuya finalidad, es la consecución de la mejora en la tonificación corporal y la fuerza. Al realizar el ejercicio, veremos una mejoría en sus capacidades físicas, obteniendo una mayor autonomía. De la misma forma que con otras actividades, dependiendo de cómo nos acompañe el tiempo, podrán realizarse en el exterior o interior de nuestra sede. Recordando una vez más, que, aunque se realicen en el interior, tendremos ese contacto visual con el medio ambiente. Haremos tres grupos con nuestros clientes, valorando como en otras ocasiones, sus posibilidades físicas, para poder adoptar los grupos adecuados y favorecer el trabajo más individualizado, esperando obtener mayor desarrollo motriz. En esta actividad se desarrollará un circuito de core y tonificación de la musculatura y fuerza, que ayude a prevenir pequeñas lesiones y conseguir el mayor grado de independencia en nuestros usuarios. Para ello se realizarán ejercicios con gomas, sillas, balones de pilates, etc. Sin tener la necesidad de usar máquinas de gimnasio, ni pesas. Se intentará que las actividades y ejercicios puedan realizarse en el entorno natural, ya que las sensaciones del entorno exterior son más beneficiosas.   *Imagen 35. Ejercicios de fuerza. Fuente: Google imágenes.*

Imagen 36. Ejercicios de fuerza. Fuente: Google imágenes.

10. Temporalización.

Temporada	
Temporada alta	Abril-Septiembre
Temporada media	Octubre y Marzo
Temporada baja	Noviembre-Febrero

Tabla 6. Temporalización anual. Fuente: Elaboración propia

Actividades de un día		
Horario	Circuitos	Actividades Indoor
10:00-12:00	Afinando puntería (Lanzamiento de Cerbatana)	Actividades de tonificación y fuerza
12:00-14:30	Afinando puntería (Shinrin yoku o baño de bosque)	Baño de aguas
16:30-19:30	Afinando puntería (Tiro con arco)	Actividades para el desarrollo cognitivo (Baile)

Tabla 7. Planning de un día. Fuente: Elaboración propia

Actividades de una semana						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Más rápido mejor	Agua para la salud	Afinando puntería	Más rápido mejor	Afinando puntería	Agua para la salud	No pierdas la vista
Actividades de tonificación y fuerza	Actividades de equilibrio y estabilidad	Actividades para el desarrollo cognitivo	Actividades de tonificación y fuerza	Actividades de equilibrio y estabilidad	Trabajos y charlas de sensibilización con el medio	Actividades para el desarrollo cognitivo
Baño de aguas		Baño de aguas		Baño de aguas		Baño de aguas

Tabla 8. Planning de una semana. Fuente: Elaboración propia

Teniendo en cuenta que nuestros usuarios mayoritarios son las personas que salen del baby-boom, estimamos que nuestra empresa tendrá una durabilidad de unos 20-25 años aproximadamente.

11. Recursos materiales y espaciales.

El centro *Geronatura* se construirá en la parcela que el ayuntamiento posee en el Camino del Monte, s/n, de Aibar, con un área de 4.000 m². De este terreno, el consistorio hace una cesión a la empresa para el desarrollo y explotación económica de las actividades. A su vez el ayuntamiento, por un acuerdo con la empresa, es el encargado de la construcción del edificio. A la presentación del proyecto de Geronatura, Gobierno de Navarra concede una subvención a fondo perdido al consistorio para el desarrollo de dicha actividad. Además, el ayuntamiento considera que igual que se hizo cargo del centro rural de atención diurna, se hace cargo de esta obra, por ser considerada como otro servicio que presta a los habitantes del pueblo y comarca.

Figura 26. Parcela con 4.000 m² Fuente: SITNA

El reparto de las distintas áreas para la distribución de las instalaciones de 4.000 m² va a ser de la siguiente forma

- Zona de recepción. 30 m²
- Salas individuales o despachos para fisioterapeuta, médico y técnico deportivo. 60 m²
- Zona de agua y saunas. 130m²
- Vestuarios, baños y duchas. 80m²
- Salas para actividades indoor. 100m²
- Almacén de material 100m^2
- Espacios al aire libre para actividades en las instalaciones. 3.000m²

- Área exterior para aparcamiento 500 m^2

Descripción de las instalaciones:

- Zona de recepción: Esta área consta de un mostrador y zona baja de almacenamiento administrativo. Aquí se encontrará la persona encargada de dar todo tipo de información que la empresa ofrece, la bienvenida y control del cliente. Así mismo desarrollará las funciones administrativas específicas del centro.

Imagen 37. Recepción. Fuente: Google imágenes.

- Salas individuales o despachos para fisioterapeuta, médico y técnico deportivo: Estas salas pretenden ofrecer una privacidad a la hora de trabajar los especialistas, en el desarrollo de sus gestiones específicas. Cada profesional, tendrá su sala donde hacer el seguimiento al usuario, para poderle atender de manera personalizada, resolver sus dudas y poderle guiar mejor para sacar el máximo partido de las actividades. En estos despachos se harán los reconocimientos físicos necesarios. En el caso de la fisioterapeuta, será donde imparta sus sesiones

- Zona de agua y saunas: Esta zona hace referencia a la sala con una piscina de chorros, jacuzzi y sauna. Será donde los usuarios realizarán la actividad indoor de "Baños de aguas". Sus paredes tienen cristales para tener la mayor cantidad de luz natural, así como vistas a la naturaleza y poder disfrutar de un refresco terapéutico.

- Vestuarios, baños y duchas: Esta zona es la específica para cambiarse de ropa, donde se encuentran las taquillas individualizadas con apertura de huella dactilar para guardar las pertenencias de los clientes. Igualmente es el espacio donde los usuarios pueden asearse.

Imagen 38. Vestuarios con taquillas. Fuente: Google imágenes.

- Salas para actividades indoor: Consta de un espacio con salas separadas, amplias y con los materiales necesarios para desarrollar las actividades indoor. Este espacio estará dividido en 2 salas distintas, dentro de la estructura del edificio, las paredes son vidrieras, estando una de las salas con cortinas de vidrio, para poder abrirlas y estar más en contacto con el medio, cuando el tiempo meteorológico nos acompañe para ello. Las vistas al medio natural y poder disfrutar del entorno es fundamental para no perder la esencia de nuestra empresa.

- Espacios al aire libre para el desarrollo de ciertas actividades: Este espacio está dividido en distintas zonas para el desarrollo de las actividades que se hacen al aire libre. De igual modo, cuando las condiciones meteorológicas nos sean favorables, será aquí donde se practiquen ciertas actividades indoor.

- Almacén: Es una sala donde se guardara todo el equipamiento necesario y el material para el desarrollo de nuestras actividades y circuitos.

Imagen 39. Almacén material. Fuente: Google imágenes.

Al margen de la descripción de las instalaciones, el local dispone de un permiso de construcción en el medio natural por parte del ayuntamiento (Anexo 1).Deberá disponer de las condiciones óptimas de seguridad, higiene, etc. exigidas por la legislación vigente y los trámites necesarios para que se le conceda la licencia de apertura.

Un centro de estas características debe adaptarse a las necesidades de sus usuarios. Tiene que tener la estructura física necesaria para ser de acceso fácil, cómodo, acogedor a la vez que amplio y que transmita calidez. Para ello se tendrán en cuenta cinco características fundamentales:

Funcionalidad	
	Para cumplir con las funciones que se proponen a través del proyecto debe cumplir:
1	Tratamiento individualizado: despacho o consulta en la que se pueda llevar a cabo la atención personal, con un grado de confidencialidad y confianza considerable con los distintos profesionales (médico, fisioterapeuta y técnico deportivo).
2	De trabajo: Salas polivalentes con vistas a la naturaleza y piscinas que proporcione la posibilidad de llevar a cabo las actividades indoor.
3	De uso asistencial: servicios y aseos.

Comodidad	
1	El Centro deberá permitir la llegada y entrada de los usuarios de una manera accesible. Los espacios comunes deberán ser amplios, con pasillos que permitan el paso. Puertas de fácil manejo y zonas bien diferenciadas mediante señales visuales para hacer más fácil su uso, tanto a personas autónomas como dependientes. Por otra parte, es conveniente que únicamente sea un bloque arquitectónico que conecte las distintas zonas.
Durabilidad	
1	Los materiales empleados para el suelo y paredes deben ser de fácil limpieza y reparación.
2	Tener especial cuidado en utilizar materiales antideslizantes para evitar caídas, especialmente en la zona de baños.
Calidez	
1	Debido a la importancia que ocupa la naturaleza, los espacios cerrados otorgaran una continua visión con el medio natural para que les permita mantener esas sensaciones.
2	Por ello, se debe procurar que sean espacios lo más acogedores posibles, ya que la naturaleza así lo hace por sí misma.
3	De igual forma, considerando la importancia de la iluminación y relación con el entorno dispondrá de cortinas de vidrio (cristales que se recogen) para lograr esas sensaciones y conseguir una ventilación directa.
Ubicación	
1	La ubicación del centro es un entorno cercano al pueblo y a su vez con una ubicación en plena naturaleza.
2	La cercanía con otros recursos de los que se van a utilizar, además del pueblo, favorecen su uso.

12. Recursos Humanos.

El equipo profesional estará formado por personal adecuado a nivel formativo y de competencias, que se mantenga motivado para ejercer sus funciones y se involucre con la empresa para ir en la dirección marcada por la misma.
La plantilla estará formada por cuatro personas, dos de ellas a tiempo parcial, y las otras dos a tiempo completo. Así mismo, contara con un servicio contratado de fisioterapeuta y de médico, donde estas dos personas junto con el gerente serán los accionistas de la Sociedad Limitada Laboral. El socio trabajador es el gerente, tendrá el 33,3 % de las acciones, así mismo el médico y el fisioterapeuta contaran con un 33,3 % cada uno. Los servicios que están personas puedan realizar serán facturados a la empresa, puesto que no son socios trabajadores, sino que son trabajadores por cuenta propia, como autónomos.

12.1. El personal que va a componer el equipo profesional es el siguiente:

- Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (CAFYDE)
- Técnico superior en acondicionamiento físico (TSAF)

  BON N.º 97 - 14/08/1998
- Técnico guía en el medio natural y de tiempo libre (TECO)
  BON N.º 120 - 21/06/2019
- Administrativo
- Fisioterapeuta
- Médico

El graduado en CAFYDE, es el gestor deportivo y monitor de actividades. A la vez que es uno de los socios de la Sociedad Limitada Laboral. Tiene que ser una persona con liderazgo, asertivo, capaz de trabajar en equipo y empático.
Funciones:

- Dirigir el centro, decidir qué servicios se ofrecen, condiciones y personal encargado de cada uno de ellos.
- Supervisar el protocolo de acogida de los clientes a las instalaciones.
- Planificar el desarrollo de las actividades con un calendario de objetivos.

- Saber coordinar todos los elementos en juego, para poder sacar el máximo partido a los recursos que se dispongan.
- Elegir al personal, fundamental para contar con un buen equipo de trabajo.
- Fomentar el aprendizaje continuo.
- Comprar y controlar el mantenimiento de todo el activo patrimonial de la empresa.
- Gestionar la comunicación y publicidad de la empresa, con la gestión de las rrss.
- Suministrar documentación necesaria para trámites burocráticos, impuestos, etc.
- Garantizar la protección de datos relativos a las historias sanitarias individuales, relacionadas con el servicio de fisioterapia y médico.

A estas funciones, hay que añadir todas las de los otros dos técnicos, puesto que él va a ser el apoyo como monitor de las actividades.

El TSAF, es el monitor relacionado con las activides indoor. Tiene que trabajar la anatomía y fisiología del cuerpo en base a una buena praxis para no caer en lesiones indeseadas.

Funciones:

- Enseñar a utilizar las diferentes zonas del cuerpo para realizar una adecuada y controlada respiración.
- Explicar a los clientes los ejercicios para su correcta ejecución y permanecer en contacto para resolver las dudas que les puedan surgir.
- Aconsejar como con ayuda del agua se puede liberar tensiones e incluso masajear algún miembro dolorido.
- Entrenamiento de la fuerza para no perder la vitalidad.
- Indicar como activar la mente a través de los juegos para evitar una perdida acelerada de funciones cognitivas.
- Mantener en orden la sala donde se hagan las actividades, para poder encontrar fácilmente lo que se necesite y evitar obstáculos en el suelo.
- Disponer de una amplia gama de técnicas, juegos y dinámicas, así como una capacidad de improvisación.

El TECO, es el monitor relacionado con los circuitos realizados en el medio natural, por lo que debe conocer con exactitud el entorno por el que se van a mover.

Funciones:

- Atender al cliente para dar la explicación de la actividad a realizar, suministrando el material necesario.
- Conocer el medio natural y el grupo con el que va a desarrollar la actividad.
- Evitar los posibles riesgos debido la inestabilidad o falta de motricidad.
- Fomentar el trabajo en equipo, favorecer la cooperación y socialización.
- Trabajar la diversión para mejorar el clima positivo en el grupo, la autoestima procurando evitar estados bajos de ánimo.
- Inducir a un disfrute de la naturaleza a la vez de mantenerse activo en un ambiente saludable.
- Cumplir y velar por el cumplimiento de las normas en el mantenimiento de los espacios naturales.

Administrativo, es la persona encargada de todas las funciones de recepción de clientes, así como el cobro y control de los usuarios. Desarrollará las funciones administrativas especificas del centro, seguimiento del correo electrónico, atención telefónica, control de reservas online de la web y demás canales de comunicación. Junto con gerencia se encargará de la publicación de contenidos en redes sociales y gestiones con administraciones públicas.

Fisioterapeuta.

Esta persona, es uno de los socios no trabajadores de la Sociedad Limitada Laboral, contando con el 33,3 % de las acciones, facturando como autónomo a la empresa, los servicios que preste a Geronatura. Su función será mantener al usuario con el mayor nivel de autonomía posible. A la vez de ayudar en la recuperación de dolores que impidan el desarrollo normal de la actividad. Si fuera necesario llevar el asesoramiento y la rehabilitación de alguna pequeña lesión.

Médico.

Esta otra persona, es otro de los socios no trabajadores de la Sociedad Limitada Laboral, contando con el 33,3 % de las acciones, facturando como autónomo a la empresa, los servicios que preste a Geronatura. Entre las funciones de esta persona está el hacer una

valoración de la capacidad funcional del adulto mayor. Recomendar ejercicios que puedan beneficiar a las personas con problemas óseos o articulares. Informará a la empresa, de las posibles limitaciones de cada usuario, si la hubiera.

12.2. Política salarial y de contratación de la empresa.

Para establecer los salarios de cada puesto de trabajo, se recurre a la resolución del 11 de febrero de 2019, de la dirección general de empleo, en la que se publica el IV Convenio colectivo estatal de instalaciones deportivas y gimnasios. La empresa debe acogerse a este convenio (porque este año 2021 todavía continua bloqueada la negociación para el V convenio de trabajadores de gimnasios e instalaciones deportivas) o al convenio siguiente.

Al grupo 1, nivel I pertenece el gestor deportivo, al grupo 3, nivel II los dos técnicos y al grupo 3, nivel 1 el recepcionista. (BOE, 2019)

IV Convenio colectivo estatal de instalaciones deportivas y gimnasios

Tablas salariales año 2019

Grupo profesional	Nivel	Art. 32 Salario base			Art. 33 *1,5* S.H.*	Art. 33 *1,75* S.H.*	Art. 37	Art. 34 *15 % S.H.*	Art.13 *15 % S.B.*
		Salario base anual - Euros	Salario base mensual 14 pagas - Euros	*Salario base hora Euros/hora	*Hora extra no festiva Euros/hora	*Hora extra festiva Euros/hora	Plus Transporte - Euros	*Plus hora nocturna Euros/hora	Complemento movilidad 14 pagas - Euros
Grupo 1.	–	16.183,89	1.155,99	9,24	13,86	16,17	2,63	1,39	173,40
Grupo 2.	1	14.835,25	1.059,66	8,47	12,70	14,82	2,63	1,27	158,95
	2	14.385,59	1.027,54	8,21	12,32	14,37	2,63	1,23	154,13
Grupo 3.	1	13.036,95	931,21	7,44	11,16	13,02	2,63	1,12	139,68
	2	12.600,00	900,00	7,19	10,79	12,59	2,63	1,08	135,00
Grupo 4.	1	12.600,00	900,00	7,19	10,79	12,59	2,63	1,08	135,00
	2	12.600,00	900,00	7,19	10,79	12,59	2,63	1,08	135,00
Grupo 5.	–	12.600,00	900,00	7,19	10,79	12,59	2,63	1,08	135,00

Tabla 12. Tabla de salarios (2019).

Los trabajadores contratados estarán dados de alta en régimen general de la Seguridad Social por cuenta ajena. No se ha definido el tipo de contrato que tendrán.

En cuanto a la jornada, será completa de 40 horas semanales el gestor deportivo y administración y de media jornada 20 horas semanales los dos técnicos, no estando en este momento, concretado el horario.

En cuanto a los servicios de fisioterapeuta y médico serán trabajadores por cuenta propia, estando dados de alta en el RETA (Régimen especial de trabajadores autónomos).

13. Presupuesto

En este punto se va a hacer un estudio de viabilidad del proyecto. Se va a exponer la financiación, junto con una cuadro de amortización e intereses del préstamo, la inversión inicial, el costo de los medios de transporte y demás materiales necesarios para el desarrollo de la actividad, gastos de personal necesarios, gastos mensuales y tablas con los gastos, ingresos y el retorno sobre la inversión (ROI), durante el periodo de veinte años, ya que se le calcula una vida al proyecto entre 20 y 25 años.

- **Inversión**

En cuanto a la inversión inicial para el desarrollo de la actividad de la empresa, tenemos:

-Inmovilizado inmaterial, es el software necesario para las gestiones y reservas con los clientes, los lectores de huella para la taquilla, así como gestiones de contabilidad.

-Inmovilizado material, tenemos: Equipos informáticos, caja registradora, impresora. Mobiliario para las instalaciones, recepción y despachos. Todo el material necesario para realizar las actividades. Además de los vehículos de trasporte y las placas solares.

(A*nexo 2)*

Dentro de lo que se ha llamado inversión inicial, está toda la gestión documental necesaria para presentar en administraciones públicas, notarios, incluso la compra del dominio para la empresa, material de oficina y cartuchos de tinta, así como una partida para campaña de publicidad y otra partida para la limpieza de las instalaciones después de la obra, como se ve en la siguiente tabla.

PLAN INVERSION INICIAL/GASTOS DE APERTURA	
Concepto	Importe
GESTION DE DOCUMENTOS	3.000,00
(Notario, dominio, asesoría…)	
MATERIAL OFICINA	800,00
PUBLICIDAD LANZAMIENTO	1.800,00
LIMPIEZA Y PUESTA A PUNTO	700,00
IMPORTE TOTAL	6.300,00

Tabla 13. Plan de inversión inicial. Fuente: elaboración propia.

- **Financiación**

Analizando el plan de inversiones y los gastos iniciales para la apertura de la empresa. Teniendo en cuenta el capital de fondos propios, más las subvenciones recibidas, hay que pedir una financiación para llevar a cabo el proyecto.

Como se puede ver en la tabla 14, para la financiación del proyecto contamos con unos fondos propios de 10.000€, las subvenciones del Gobierno de Navarra, ya especificadas en el punto 5.1.1, más el préstamo ICO.

FINANCIACION REAL	
Financiación	**Importe**
Fondos propios	10.000,00 €
Préstamo ICO	90.000,00 €
Subvención contratación empleados	17.400,00 €
Concurso emprendimiento	750,00 €
TOTAL	**118.150,00 €**
La subvención por la instalación de las placas solares, se ha descontado del costo de las mismas.	

Tabla 14. Financiación. Fuente: elaboración propia.

Se va a pedir un préstamo, dentro de la financiación para emprendedores de las líneas ICO (Instituto de Crédito Oficial), es una entidad pública de España, que por medio de entidades financieras concede los préstamos. El proyecto ha elegido la entidad financiera de La Caixa, se ha solicitado un préstamo de 90.000€, a pagar en 8 años, con un año de carencia, para no ahogar a la empresa con el pago del préstamo el primer año, a un interés

del 1,50 % fijo, con una liquidación mensual a final de mes y con una comisión de apertura del 0,25%.

Todos los datos de la financiación que se acaba de detallar, están expuestos en la tabla de amortización más intereses del *anexo 3*.

- **Ventas**

La previsión de ventas, se calcula en función de las actividades y servicios que se ofrecen, además de las sesiones del médico, como del fisioterapeuta y los traslados requeridos por los clientes. El cálculo por todos los servicios para un año se encuentra especificado en el *anexo 4*.

- **Gastos**

Por una parte, tenemos los gastos fijos, que no dependen del cliente, cuyo detalle adjuntamos en la siguiente tabla.

GASTOS MENSUALES		
AGUA	150,00 €	
LUZ (placas)	0,00 €	
TELEFONO Y WIFI	70,00 €	
SEGURO RESPONS.CIVIL	42,00 €	
SEGUROS VEHICULOS	40,00 €	
MATER. OFICINA	30,00 €	
LIMPIEZA INSTALACIONES	120,00 €	TOTAL ANUAL
IMPORTE TOTAL	452,00 €	5.424,00 €

Tabla 15. Gastos fijos. Fuente: elaboración propia.

A estos gastos dentro de la tabla que se ha confeccionado para el ROI, se ha calculado un 1% de subida cada dos años.

Los gastos de personal, cuyo cálculo se especifica en la siguiente tabla 16. Se han hecho en base a los salarios concretados en el punto 12.2 del convenio de este sector, más los gastos que la cotización de la Seguridad Social supone a la empresa.

(Anexo 5).

	IMPORTE BRUTO (por 14 pagas)	S. S. EMPRESA (Al 31,5%)
1 PERSONA GRUPO 1	17.513,28	5.516,68
2 PERSONAS A MEDIA JORNADA GRUPO 3 NIVEL II	13.635,00	4.295,03
1 PERSONA GRUPO 3 NIVEL I	14.106,84	4.443,65
IMPORTE TOTAL ANUAL	45.255,12	14.255,36
TOTAL ANUAL 59.510,48		

Tabla 16. Gastos de personal. Fuente: elaboración propia.

A estos gastos dentro de la tabla que se ha confeccionado para el ROI, se ha calculado un 2% de subida cada dos años.

Con respecto a los gastos financieros, están especificados en el *anexo 3*. Este es un cuadro de amortización, donde se ven los gastos de intereses para el primer año, ya que el préstamo se ha pedido con 1 año de carencia. Así mismo, se puede ver el importe de los intereses más amortización a partir del segundo año y posteriores hasta los 8 de finalización del préstamo.

- **ROI**

Con todos estos datos se ha creado una tabla para analizar el ROI de la empresa. Este es un indicador que permite saber si la empresa ganara o perderá con la inversión realizada. La fórmula para dicho cálculo es la siguiente:

ROI = ingresos – inversión / inversión

Este dato se observa en el *anexo 6,* cuya información se va a aclarar a continuación.

Se puede apreciar el desarrollo de la actividad para 20 años, empezando en el año 2022.

En está tabla se ha puesto una previsión de ventas en base al *anexo 4,* aumentando cada año en un 4% las ventas, se considera que en la medida que la empresa se dé a conocer las ventas aumentaran, así como una política de subida de precios conforme pasen los años.

Con respecto a los gastos de personal, van en base a la tabla en el anexo 5, teniendo en cuenta una subida de salarios de un 2% cada dos años y con la incorporación en el noveno año de una persona más a la plantilla del grupo 1, para desahogar al gerente en sus funciones.

Los gastos del material son los especificados en el *anexo 2,* teniendo en cuenta que al ser una inversión de material se va a amortizar en cuatro años, por eso se ha dividido el importe inicial de la inversión. Además, en el octavo año se hará una reposición de material, con una inversión de 10.000€ y con otra de 5.000€ en el año doceavo.

Los gastos de apertura son los especificados en la tabla 13 como el propio nombre indica, son solamente para la apertura, por eso figuran nada más en el primer año.

Los gastos de suministros menusales, el importe tiene su procedencia detallado en la tabla 15 donde hay una variación de los mismos cada dos años de un 1% de aumento.

Los gastos financieros van en base al cuadro de amortización del *anexo 3,* donde se ve el importe del primer año es de 1.350€ solamente de intereses, mientras que a partir del segundo año hasta el octavo es de 13.551,98€, correspondiente a la amortización del préstamo más los intereses.

En la fila que pone TOTAL, son los ingresos menos todos los gastos para poder sacar el ROI en la última fila. Con este dato se ve el rendimiento de la empresa, siendo el primer año de 0 %, por lo que no habría ni beneficio ni perdida, los dos siguientes serían negativo con un porcentaje muy pequeño y a partir del cuarto año se ve como el ROI va en

aumento, siendo mayor cada año, lo que hace que la rentabilidad de la empresa vaya en continuo crecimiento.

14. Referencias bibliográficas.

Andrés, F., Navarro, B., Párraga, I., Torre, M. A., Campo, J. M. & López-Torres, J. (2010). Adherencia a las recomendaciones para evitar caídas en personas mayores de 64 años Albacete, 2009. *Revista Española de Salud Pública*, *84*(4), 433-441.

Ayuntamiento de Aibar-Oibarko Udala. (2021). *Envejecer con salud / Zahartzaroan ere osasuntsu*. Ayuntamiento de Aibar-Oibarko Udala. https://aibar-oibar.org/evento/envejecer-con-salud-zahartzaroan-ere-osasuntsu/

Ayuntamiento de Sangüesa. *Plan de acción local agenda local 21 de Sangüesa*. https://www.navarra.es/appsext/DescargarFichero/default.aspx?CodigoCompleto=Portal@@@Medioambiente/Sostenibilidad-local/PAL%20SANGUESA.pdf

Baena-Extremera, A., García, J. F., Martínez, A. C. & Martín-Pérez, C. (2021). Sports in Natural Environment, Sports in Urban Environment: An fMRI Study about Stress and Attention/Awareness. *Journal of Sports Science and Medicine*, *20*(4), 789-798. https://doi.org/10.52082/jssm.2021.789

Bilbao, P., Escudero, C. & Rodríguez, J. M. (2013). *Política de empresa y estrategia (3ª ed.).* Editorial Universitas Internacional.

Boletín Oficial del Estado. Resolución de 29 de mayo de 2018, de la Dirección General de Empleo, por la que se registra y publica el IV Convenio colectivo estatal de instalaciones deportivas y gimnasios. *Boletín Oficial del Estado*, 141, de 11 de junio de 2018. https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2018-7816

Boletín Oficial de Navarra. Ayudas al autoconsumo y al almacenamiento con fuentes de energía renovable. *Boletín Oficial de Navarra*, 256, de 9 de noviembre de 2021.

https://www.navarra.es/es/tramites/on/-/line/Ayudas-al-autoconsumo-y-al-almacenamiento-con-fuentes-de-energia-renovable

Chapman, A. (2004). *Análisis DOFA y análisis PEST*. Recuperado de, https://www.academia.edu/24993648/An%25C3%25A1lisis_DOFA_y_an%25C3%25A1lisis_PEST?bulkDownload=thisPaper-topRelated-sameAuthor-citingThis-citedByThis-secondOrderCitations&from=cover_page

Comunal Starter (2021). *Concurso de proyectos de emprendimiento e innovación social.* Recuperado el 10 de noviembre de 2021, de https://despoblacion.navarra.es/es/ y https://comunal.info/starter/

Consejo Superior de Deportes. 2021. *La práctica deportiva aumenta un 6,1% en los últimos cinco años.* Consejo Superior de Deportes. Recuperado el 5 de enero de 2022, de https://www.csd.gob.es/es/la-practica-deportiva-aumenta-un-61-en-los-ultimos-cinco-anos

Decreto Foral 38/2019, de 3 de abril, por el que se establecen la estructura y el currículo del título de técnico superior en acondicionamiento físico, en el ámbito de la comunidad foral de navarra. *Boletín Oficial de Navarra*, 120, de 21 de junio de 2019. http://www.lexnavarra.navarra.es/detalle.asp?r=51704

Decreto Foral 38/2009, de 20 de abril, por el que se regulan los requisitos básicos y las medidas de seguridad de las Instalaciones y Equipamientos Deportivos. *Boletín Oficial de Navarra*, de 13 de mayo de 2009. http://www.lexnavarra.navarra.es/detalle.asp?r=29827

Decreto Foral 111/1998, de 30 de marzo, por el que se establece el currículo del ciclo formativo de grado medio, correspondiente al título de técnico en conducción de actividades físico-deportivas en el medio natural en el ámbito de la comunidad foral de navarra. *Boletín Oficial de Navarra*, 97, de 14 de agosto de 1998. http://www.lexnavarra.navarra.es/detalle.asp?r=29053

Dimanchev, E. G., Paltsev, S., Yuan, M., Rothenberg, D., Tessum, C. W., Marshall, J. D. & Selin, N. E. (2019). Health co-benefits of sub-national renewable energy policy in the US. *Environmental Research Letters*, *14*(8), 1.https://doi.org/10.1088/1748-9326/ab31d9

Díaz, J. P., García, A. A., Nieto, P. A. & Fariñas, D. R. (2020). Un perfil de las personas mayores en España. *Envejecimiento en red*, 25. http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf

Esteve, J., Gutiérrez, A., Jiménez, A., Mayo, X. & Manca, P. (2019). *Termómetro del ecosistema del deporte en España*. Recuperado de: https://www.pwc.es/es/entretenimiento-medios/assets/informe-termometro-ecosistema-deporte-espana.pdf

García-Molina, A., Carbonell, A. & Delgado, M. (2010). Beneficios de la actividad física en personas mayores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, *10*, 556-576. http://cdeporte.rediris.es/revista/revista40/artbeneficios181.htm

Glencross, D. A., Ho T., Camiña, N., Hawrylowicz, C. M. & Pfeffer, P.E. (2021). Air pollution and its effects on the immune system. *Free Radical Biology and Medicine*. *151*, 56-58. Recuperado de: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0891584919315217

Gobierno de España. (2021). *Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia*. Gobierno de España. https://www.lamoncloa.gob.es/presidente/actividades/Paginas/2020/espana-puede.aspx

Gobierno de Navarra (2021). *Subvenciones para el fomento de la contratación en prácticas de personas jóvenes desempleadas menores de 30 años.* Gobierno de Navarra. Recuperado el 10 de noviembre de 2021, de https://www.navarra.es/es/tramites/on/-/line/Subvenciones-para-el-fomento-de-la-contratacion-de-personas-jovenes-desempleadas-menores-de-30-anos

Gobierno de Navarra (2021). *Convocatoria de subvenciones a Entidades Locales de Navarra en riesgo de despoblación para inversiones destinadas a la lucha contra la despoblación 2021*. Gobierno de Navarra. Recuperado el 10 de noviembre de 2021, de http://www.navarra.es/home_es/ServiciosEmpleado/ficha/17085/-Convocatoria-de-subvenciones-a-Entidades-Locales-de-Navarra-en-riego-de-despoblacion-para-inversiones-destinadas-a-la-lucha-contra-la-despoblacion-2021-

Gobierno de Navarra. (2021). *Observatorio de la Realidad Social, V Informe sobre la pobreza y la desigualdad social en Navarra. Departamento de Derechos Sociales del Gobierno de Navarra.* https://www.observatoriorealidadsocial.es/es/estudios/v-informe-sobre-la-pobreza-y-la-desigualdad-social-en-navarra-/es-567778/

Guillem-Saiz, J., Wang, Y., Piedrahita-Valdés, H., Guillem-Saiz, P. & Saiz-Sánchez, C. (2021). Evaluation of a Physical Activity Programme in Elderly Non-institutionalised Adults. *Apunts Educación Física y Deportes, 145*, 1-8. https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/3).145.01

Instituto Estadística de Navarra (2021). *Producto interior bruto*. Instituto Estadística de Navarra. https://administracionelectronica.navarra.es/GN.InstitutoEstadistica.Web/informacionestadistica.aspx?R=1&E=5

Instituto Estadística de Navarra (2021). *Evolución del equipamiento TIC en hogares*. Instituto Estadística de Navarra. http://www.navarra.es/home_es/Gobierno+de+Navarra/Organigrama/Los+departamentos/Economia+y+Hacienda/Organigrama/Estructura+Organica/Instituto+Estadistica/NotasPrensa/SociedadInformacionEquipamientoUsoTTCHogares.htm

Jiménez, J.B. (2002). La Educación Científico-Tecnológica en la formación profesional del licenciado en Cultura Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. http://www.efdeportes.com/efd47/tecno.htm

Jiménez, Y., Núñez, M. & Coto, E. (2013). La actividad física para el adulto mayor en el medio natural. *InterSedes: Revista de las Sedes Regionales*, *XIV*(27), 168-181. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=66627452009

Landinez, N. S., Contreras, K. & Castro, Á. (2012). Proceso de envejecimiento, ejercicio y fisioterapia. *Revista cubana de salud pública*, *38*, 562-580. https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=38272

López, R. & Rebollo, S. (2002). Análisis de la relación entre práctica deportiva y características sociodemográficas en personas mayores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, *2* (5), 69-98. http://cdeporte.rediris.es/revista/revista5/artcalidad.html

Louv, R. (2019). Vitamina N. *Guía esencial para una vida rica en naturaleza*. Editorial Kalandraka.

Martín, R. (2018). Actividad física y calidad de vida en el adulto mayor. Una revisión narrativa. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, *17*(5), 813–825.

MCUD (2021). Anuario de Estadísticas Deportivas *p. 16-66.* *https://www.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:6c98bbc4-0658-4bfb-ae02-2405fe2a8828/nota-resumen-gasto-de-los-hogares-vinculado-al-deporte.pdf*

Navarro, C. & Quesada Gómez, J.M. (2014). Deficiencia de vitamina D en España: ¿realidad o mito?. *Revista de Osteoporosis y Metabolismo Mineral*, *6*, 5-10. https://dx.doi.org/10.4321/S1889-836X2014000500002

Nascimento, C.M.C., Varela, S., Ayan, C. & Cancela, J.M. (2016). Efectos del ejercicio físico y pautas básicas para su prescripción en la enfermedad de Alzheimer. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, *9*(1), 32-40. https://dx.doi.org/10.1016/j.ramd.2015.02.003

Orantes, R. (2021). *Animación sociocultural para mayores.* Formación Alcalá.

Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Recuperado de: 9789240694873_spa.pdf (who.int)

Pacheco, G. J. A. & Rojas, H. R. G. G. (2014). Turismo de salud por medio del aprovechamiento de aguas termales. Caso de la Ruta de la Salud Michoacán. *Economía y Sociedad*, *18* (31), 121-143. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=51033723007

Párraga J, A. (abril 2009). "*Actividad Física en adultos Mayores. Importancia de la correcta gestión práctica"*. III Congreso Internacional de Actividad Física para Mayores, Málaga, España. http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/envejecimientoactivo-montoro-01.pdf

Plan Nacional Integrado de Energía y Clima. (2021). https://www.miteco.gob.es/images/es/pnieccompleto_tcm30-508410.pdf

Ramírez, L., Avilés, A. M.& Martos, M. B. (2019). Evidencia Enfermera ante la falta de vitamina D y el dolor crónico en mayores de 65 años. *Paraninfo Digital*, *13*(30), 1-3. Recuperado a partir de http://ciberindex.com/c/pd/e30021

Recenti, M., Ricciardi, C., Edmus, K., Jacob, D., Gambacorta, M. & Gargiulo, P. (2021). Soft tissue radiodensity related to age and self-reported physical activity Testing soft tissue radiodensity parameters interplay with age and self-reported physical activity. *European Journal of Translational Myology*, *31*(3). https://doi.org/10.4081/ejtm.2021.9929

Real Academia Española. Recuperado en 5 de octubre de 2021, de https://dle.rae.es

Real Decreto 477/2021, de 29 de junio, por el que se aprueba la concesión directa a las comunidades autónomas y a las ciudades de Ceuta y Melilla de ayudas para la ejecución de diversos programas de incentivos ligados al autoconsumo y al almacenamiento, con fuentes de energía renovable, así como a la implantación de sistemas térmicos renovables en el sector residencial, en el marco del Plan de Recuperación,

Transformación y Resiliencia. *Boletín Oficial del Estado*, 155, de 30 de junio de 2021. https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2021-10824

Red eléctrica de España. (2020). *El sistema eléctrico español*. Recuperado el 14 de noviembre de 2021, de https://www.ree.es/sites/default/files/publication/2021/06/downloadable/inf_sis_elec_ree_2020_0.pdf

Sistema de Información Territorial de Navarra. (2021). Recuperado el 4 de noviembre de 2021, de https://sitna.navarra.es/navega.

Stucky, L. B., Gómez, S. D. & de Sousa Pachecho, M. A. (2018). Estudio comparativo de la práctica deportiva en la ciudad de Varginha - MG. *Revista Digital: Actividad Física Y Deporte*, *4*(2), 74–84. https://doi.org/10.31910/rdafd.v4.n2.2018.556

Wind Emergy in Europe 2020 statistic and the outlook for 2021-2025. (2020). Recuperado el 4 de noviembre de 2021, de https://s1.eestatic.com/2021/02/24/actualidad/210224_windeurope_combined_2020_stats.pdf

15. Anexos.

Anexo 1: Permiso para la construcción del proyecto

Ayuntamiento de Aibar
Oibarko Udala
31460 Aibar/Oibar • Nafarroa/Navarra

Plaza Consistorial/Udaletxeko Plaza, 1
Tel: 948 877005 Fax: 948 877357
E-mail: info@aibar-oibar.org
www.aibar-oibar.org
C.I.F.: P-31009/00D

Yo, Don Aritz Burguete Blasco, como alcalde del municipio de Aibar, certifico:

Que la empresa Geronatura, ubicada en el Camino del Monte, s/n, de Aibar, posee todos los permisos y condiciones optimas para la construcción de las instalaciones en dicha parcela.

Aibar a 22 de mayo de 2021

Fdo: Don Aritz Burguete Blasco.
Alcalde-Presidente.

Anexo 2: Especificación inmovilizado material

INMOVILIZADO MATERIAL (TANGIBLE)				
materiales diversos para el desarrollo de la actividad				
Senderismo	Mochilas Altus	4	80 €	320,00 €
	Botiquín	4	120 €	480,00 €
MTB eléctrica	MTB eléctrica	10	1.600 €	16.000,00 €
	Cascos	10	50 €	500,00 €
	Bidones de agua	10	2 €	20,00 €
Marcha nórdica Nordic walking	Bastones	40	70 €	2.800,00 €
Lanzamiento cerbatana	Equipo completo	7	80	560,00 €
Tiro con arco	Equipo completo	7	120 €	840,00 €
Puntería natural y Animals watch	Prismáticos	7	500 €	3.500,00 €
Kayak	Kayaks	8	600 €	4.800,00 €
	Palas	20	15 €	300,00 €
	Chalecos	20	25 €	500,00 €
Acuagym	Tablas	20	5,00 €	100,00 €
	Churros	20	5,00 €	100,00 €
	Pelotas	20	5,00 €	100,00 €
Musicoterapia	Altavoces	1	300 €	300,00 €
	Instrumentos	4	200 €	800,00 €
Desarrollo cognitivo	Torres de hanói	3	30,00 €	90,00 €
Charlas sensibilización	Ordenadores	1	600 €	600,00 €
	Proyector	1	400 €	400,00 €
Equilibrio y fuerza	Barras equilibrio	6	50,00 €	300,00 €
	Aros	40	1,00 €	40,00 €
	Conos	30	2,00 €	60,00 €
	Esterillas	25	5,00 €	125,00 €
	Sillas	25	15,00 €	375,00 €
	Gomas	25	5,00 €	125,00 €
Equipos informáticos y software				5.000,00 €
Mobiliario recepción y despachos				1.800,00 €
Mobiliario instalaciones				2.500,00 €
Taquillas				2.000,00 €
Suzuki Vitara				1.500,00 €

Furgoneta transporte			10.000,00 €
Piscina con chorros			20.500,00 €
Sauna			1.500,00 €
PLACAS SOLARES	PRECIO 27500	SUBVENCION 40%	16.500,00 €
SUMA TOTAL …….			95.435,00 €

Anexo 3: Cuadro de amortización más intereses del préstamo

CUADRO AMORTIZACION	
IMPORTE	90.000 €
TIPO INTERES	1,50%

APERTURA	0,25%			
PLAZO	8	AÑOS	1	de carencia
CUOTAS	84	12	96	

IMPORTE PAGAR	1.129,33 €

AMORTIZACION DIAS 28 DE CADA MES

cuota	Nº	PAGO	PRINCIPAL	INTERESES	PENDIENTE	INTERES	INT.AÑO 1	AMOR.+INT. DESDE AÑO 2
					90.000,00 €	1,500%		
	01/01/2022	- 89.100,00 €			90.000,00 €	1,500%	1.350,00 €	13.551,98 €
	01/02/2022	114,66 €		114,66 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/03/2022	103,56 €		103,56 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/04/2022	114,66 €		114,66 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/05/2022	110,96 €		110,96 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/06/2022	114,66 €		114,66 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/07/2022	110,96 €		110,96 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/08/2022	114,66 €		114,66 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/09/2022	114,66 €		114,66 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/10/2022	110,96 €		110,96 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/11/2022	114,66 €		114,66 €	90.000,00 €	1,500%		
	01/12/2022	110,96 €		110,96 €	90.000,00 €	1,500%		
0	01/01/2023	114,66 €		112,50 €	90.000,00 €	1,500%		

1	01/02/2023	1.129,33 €	1.016,83 €	112,50 €	88.983,17 €	1,500%
2	01/03/2023	1.129,33 €	1.018,10 €	111,23 €	87.965,07 €	1,500%
3	01/04/2023	1.129,33 €	1.019,38 €	109,96 €	86.945,69 €	1,500%
4	01/05/2023	1.129,33 €	1.020,65 €	108,68 €	85.925,04 €	1,500%
5	01/06/2023	1.129,33 €	1.021,93 €	107,41 €	84.903,12 €	1,500%
6	01/07/2023	1.129,33 €	1.023,20 €	106,13 €	83.879,91 €	1,500%
7	01/08/2023	1.129,33 €	1.024,48 €	104,85 €	82.855,43 €	1,500%
8	01/09/2023	1.129,33 €	1.025,76 €	103,57 €	81.829,67 €	1,500%
9	01/10/2023	1.129,33 €	1.027,04 €	102,29 €	80.802,62 €	1,500%
10	01/11/2023	1.129,33 €	1.028,33 €	101,00 €	79.774,30 €	1,500%
11	01/12/2023	1.129,33 €	1.029,61 €	99,72 €	78.744,68 €	1,500%
12	01/01/2024	1.129,33 €	1.030,90 €	98,43 €	77.713,78 €	1,500%
13	01/02/2024	1.129,33 €	1.032,19 €	97,14 €	76.681,59 €	1,500%
14	01/03/2024	1.129,33 €	1.033,48 €	95,85 €	75.648,11 €	1,500%
15	01/04/2024	1.129,33 €	1.034,77 €	94,56 €	74.613,34 €	1,500%
16	01/05/2024	1.129,33 €	1.036,06 €	93,27 €	73.577,28 €	1,500%
17	01/06/2024	1.129,33 €	1.037,36 €	91,97 €	72.539,92 €	1,500%
18	01/07/2024	1.129,33 €	1.038,66 €	90,67 €	71.501,26 €	1,500%
19	01/08/2024	1.129,33 €	1.039,96 €	89,38 €	70.461,30 €	1,500%
20	01/09/2024	1.129,33 €	1.041,26 €	88,08 €	69.420,05 €	1,500%
21	01/10/2024	1.129,33 €	1.042,56 €	86,78 €	68.377,49 €	1,500%
22	01/11/2024	1.129,33 €	1.043,86 €	85,47 €	67.333,63 €	1,500%
23	01/12/2024	1.129,33 €	1.045,16 €	84,17 €	66.288,47 €	1,500%
24	01/01/2025	1.129,33 €	1.046,47 €	82,86 €	65.242,00 €	1,500%
25	01/02/2025	1.129,33 €	1.047,78 €	81,55 €	64.194,22 €	1,500%
26	01/03/2025	1.129,33 €	1.049,09 €	80,24 €	63.145,13 €	1,500%
27	01/04/2025	1.129,33 €	1.050,40 €	78,93 €	62.094,73 €	1,500%
28	01/05/2025	1.129,33 €	1.051,71 €	77,62 €	61.043,01 €	1,500%
29	01/06/2025	1.129,33 €	1.053,03 €	76,30 €	59.989,99 €	1,500%

30	01/07/2025	1.129,33 €	1.054,34 €	74,99 €	58.935,64 €	1,500%
31	01/08/2025	1.129,33 €	1.055,66 €	73,67 €	57.879,98 €	1,500%
32	01/09/2025	1.129,33 €	1.056,98 €	72,35 €	56.823,00 €	1,500%
33	01/10/2025	1.129,33 €	1.058,30 €	71,03 €	55.764,70 €	1,500%
34	01/11/2025	1.129,33 €	1.059,63 €	69,71 €	54.705,07 €	1,500%
35	01/12/2025	1.129,33 €	1.060,95 €	68,38 €	53.644,12 €	1,500%
36	01/01/2026	1.129,33 €	1.062,28 €	67,06 €	52.581,84 €	1,500%
37	01/02/2026	1.129,33 €	1.063,60 €	65,73 €	51.518,24 €	1,500%
38	01/03/2026	1.129,33 €	1.064,93 €	64,40 €	50.453,31 €	1,500%
39	01/04/2026	1.129,33 €	1.066,27 €	63,07 €	49.387,04 €	1,500%
40	01/05/2026	1.129,33 €	1.067,60 €	61,73 €	48.319,44 €	1,500%
41	01/06/2026	1.129,33 €	1.068,93 €	60,40 €	47.250,51 €	1,500%
42	01/07/2026	1.129,33 €	1.070,27 €	59,06 €	46.180,24 €	1,500%
43	01/08/2026	1.129,33 €	1.071,61 €	57,73 €	45.108,64 €	1,500%
44	01/09/2026	1.129,33 €	1.072,95 €	56,39 €	44.035,69 €	1,500%
45	01/10/2026	1.129,33 €	1.074,29 €	55,04 €	42.961,40 €	1,500%
46	01/11/2026	1.129,33 €	1.075,63 €	53,70 €	41.885,77 €	1,500%
47	01/12/2026	1.129,33 €	1.076,97 €	52,36 €	40.808,80 €	1,500%
48	01/01/2027	1.129,33 €	1.078,32 €	51,01 €	39.730,48 €	1,500%
49	01/02/2027	1.129,33 €	1.079,67 €	49,66 €	38.650,81 €	1,500%
50	01/03/2027	1.129,33 €	1.081,02 €	48,31 €	37.569,79 €	1,500%
51	01/04/2027	1.129,33 €	1.082,37 €	46,96 €	36.487,42 €	1,500%
52	01/05/2027	1.129,33 €	1.083,72 €	45,61 €	35.403,70 €	1,500%
53	01/06/2027	1.129,33 €	1.085,08 €	44,25 €	34.318,62 €	1,500%
54	01/07/2027	1.129,33 €	1.086,43 €	42,90 €	33.232,19 €	1,500%
55	01/08/2027	1.129,33 €	1.087,79 €	41,54 €	32.144,40 €	1,500%
56	01/09/2027	1.129,33 €	1.089,15 €	40,18 €	31.055,25 €	1,500%
57	01/10/2027	1.129,33 €	1.090,51 €	38,82 €	29.964,73 €	1,500%
58	01/11/2027	1.129,33 €	1.091,88 €	37,46 €	28.872,86 €	1,500%

59	01/12/2027	1.129,33 €	1.093,24 €	36,09 €	27.779,62 €	1,500%
60	01/01/2028	1.129,33 €	1.094,61 €	34,72 €	26.685,01 €	1,500%
61	01/02/2028	1.129,33 €	1.095,98 €	33,36 €	25.589,03 €	1,500%
62	01/03/2028	1.129,33 €	1.097,35 €	31,99 €	24.491,69 €	1,500%
63	01/04/2028	1.129,33 €	1.098,72 €	30,61 €	23.392,97 €	1,500%
64	01/05/2028	1.129,33 €	1.100,09 €	29,24 €	22.292,88 €	1,500%
65	01/06/2028	1.129,33 €	1.101,47 €	27,87 €	21.191,42 €	1,500%
66	01/07/2028	1.129,33 €	1.102,84 €	26,49 €	20.088,57 €	1,500%
67	01/08/2028	1.129,33 €	1.104,22 €	25,11 €	18.984,35 €	1,500%
68	01/09/2028	1.129,33 €	1.105,60 €	23,73 €	17.878,75 €	1,500%
69	01/10/2028	1.129,33 €	1.106,98 €	22,35 €	16.771,77 €	1,500%
70	01/11/2028	1.129,33 €	1.108,37 €	20,96 €	15.663,40 €	1,500%
71	01/12/2028	1.129,33 €	1.109,75 €	19,58 €	14.553,65 €	1,500%
72	01/01/2029	1.129,33 €	1.111,14 €	18,19 €	13.442,51 €	1,500%
73	01/02/2029	1.129,33 €	1.112,53 €	16,80 €	12.329,98 €	1,500%
74	01/03/2029	1.129,33 €	1.113,92 €	15,41 €	11.216,06 €	1,500%
75	01/04/2029	1.129,33 €	1.115,31 €	14,02 €	10.100,75 €	1,500%
76	01/05/2029	1.129,33 €	1.116,71 €	12,63 €	8.984,04 €	1,500%
77	01/06/2029	1.129,33 €	1.118,10 €	11,23 €	7.865,94 €	1,500%
78	01/07/2029	1.129,33 €	1.119,50 €	9,83 €	6.746,44 €	1,500%
79	01/08/2029	1.129,33 €	1.120,90 €	8,43 €	5.625,54 €	1,500%
80	01/09/2029	1.129,33 €	1.122,30 €	7,03 €	4.503,25 €	1,500%
81	01/10/2029	1.129,33 €	1.123,70 €	5,63 €	3.379,54 €	1,500%
82	01/11/2029	1.129,33 €	1.125,11 €	4,22 €	2.254,44 €	1,500%
83	01/12/2029	1.129,33 €	1.126,51 €	2,82 €	1.127,92 €	1,500%
84	01/01/2030	1.129,33 €	1.127,92 €	1,41 €	- €	1,500%
		96.213,86 €	90.000,00 €	6.211,70 €		
		0,144%		4.863,86 €		

Anexo 4: Previsión ventas primer año

PREVISION DE VENTAS AÑO 2022															
CICUITOS															
			Personas por meses del año 2022												
Actividad	Caracteristica	Precio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Más rápido mejor	Jornada Entera (con bicis)	**65 €**	6	8	16	24	27	29	31	30	33	23	14	9	
Afinando puntería	Jornada Entera	**50 €**	3	5	8	11	18	15	17	19	21	18	10	5	
Agua para la salud	Jornada Entera	**60 €**	0	0	0	0	0	9	22	30	28	10	2	0	
No pierdas la vista	Jornada Entera	**50 €**	0	0	7	9	12	20	23	21	17	12	8	5	
		Nº PERSONAS	9	13	31	44	57	73	93	100	99	63	34	19	635
Más rápido mejor	Media Jornada (con bicis)	**35 €**	4	6	11	17	26	30	32	36	30	26	14	6	
Afinando puntería	Media Jornada	**25 €**	2	5	5	9	14	19	23	26	20	20	10	4	
Agua para la salud	Media Jornada	**30 €**	0	0	3	4	4	6	13	24	25	13	7	5	
No pierdas la vista	Media Jornada	**25 €**	0	0	2	6	8	10	12	14	10	13	6	5	
		Nº PERSONA	6	11	21	36	52	65	80	100	85	72	37	20	585
ACTIVIDADES INDOOR															
Baño de aguas	1 DÍA	**20,00**	4	6	8	15	19	24	26	24	28	19	14	10	
Juegos pares el desarrollo cognitivo	1 DÍA	**15,00**	2	4	4	8	7	10	12	12	10	8	7	4	
Trabajos y charlas de sensibilización con el medio	1 DÍA	**13,00**	0	2	3	5	9	10	11	10	8	7	6	4	
Actividades de equilibrio y estabilidad	1 DÍA	**12,00**	2	2	5	7	12	15	13	16	12	8	5	5	
Actividades de fuerza	1 DÍA	**12,00**	2	3	3	6	11	9	14	14	11	5	6	3	
		Nº PERSONAS	10	17	23	41	58	68	76	76	69	47	38	26	549
Baño de aguas	MENSUALIDAD	**75,00**	2	4	8	10	10	13	12	13	23	17	18	14	
Juegos pares el desarrollo cognitivo	MENSUALIDAD	**40,00**	0	3	6	8	8	9	10	9	9	8	7	6	
Trabajos y charlas de sensibilización con el medio	MENSUALIDAD	**35,00**	1	2	3	4	8	9	10	9	9	7	5	6	
Actividades de equilibrio y estabilidad	MENSUALIDAD	**45,00**	3	6	8	11	12	12	14	10	11	11	10	8	
Actividades de fuerza	MENSUALIDAD	**45,00**	3	5	8	10	11	12	12	8	10	13	14	7	
		Nº PERSONA	9	20	33	43	49	55	58	49	62	56	54	41	529
SERVICIO DE TRANSPORTE	**0,19€ el km**	**10,00 €**	0	4	6	7	8	10	12	13	9	8	7	6	90
SERVICIO DE FISIOTERAPEU	**17%**	**5,00 €**	0	1	2	5	9	7	7	6	10	13	11	12	83
SERVICIO DE MEDICO	**16%**	**8,00 €**	0	0	1	3	4	4	5	7	8	8	9	9	58

PREVISION DE VENTAS AÑO 2022

Importe 2022												VENTAS
Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	TOTAL 2022
390 €	520 €	1.040 €	1.560 €	1.755 €	1.885 €	2.015 €	1.950 €	2.145 €	1.495 €	910 €	585 €	16.250 €
150 €	250 €	400 €	550 €	900 €	750 €	850 €	950 €	1.050 €	900 €	500 €	250 €	7.500 €
0 €	0 €	0 €	0 €	0 €	540 €	1.320 €	1.800 €	1.680 €	600 €	120 €	0 €	6.060 €
0 €	0 €	350 €	450 €	600 €	1.000 €	1.150 €	1.050 €	850 €	600 €	400 €	250 €	6.700 €
												36.510 €
140 €	210 €	385 €	595 €	910 €	1.050 €	1.120 €	1.260 €	1.050 €	910 €	490 €	210 €	8.330 €
50 €	10 €	25 €	45 €	126 €	266 €	437 €	598 €	520 €	400 €	200 €	40 €	2.717 €
0 €	0 €	90 €	120 €	120 €	180 €	390 €	720 €	750 €	390 €	210 €	150 €	3.120 €
0 €	0 €	50 €	150 €	200 €	250 €	300 €	350 €	250 €	325 €	150 €	125 €	2.150 €
												16.317 €
80 €	120 €	160 €	300 €	380 €	480 €	520 €	480 €	560 €	380 €	280 €	200 €	3.940 €
30 €	60 €	60 €	120 €	105 €	150 €	180 €	180 €	150 €	120 €	105 €	60 €	1.320 €
0 €	26 €	39 €	65 €	117 €	130 €	143 €	130 €	104 €	91 €	78 €	52 €	975 €
24 €	24 €	60 €	84 €	144 €	180 €	156 €	192 €	144 €	96 €	60 €	60 €	1.224 €
24 €	36 €	36 €	72 €	132 €	108 €	168 €	168 €	132 €	60 €	72 €	36 €	1.044 €
												8.503 €
150 €	300 €	600 €	750 €	750 €	975 €	900 €	975 €	1.725 €	1.275 €	1.350 €	1.050 €	10.800 €
0 €	120 €	240 €	320 €	320 €	360 €	400 €	360 €	360 €	320 €	280 €	240 €	3.320 €
35 €	70 €	105 €	140 €	280 €	315 €	350 €	315 €	315 €	245 €	175 €	210 €	2.555 €
135 €	270 €	360 €	495 €	540 €	540 €	630 €	450 €	495 €	495 €	450 €	360 €	5.220 €
135 €	225 €	360 €	450 €	495 €	540 €	540 €	360 €	450 €	585 €	630 €	315 €	5.085 €
												26.980 €
0,00 €	40,00 €	60,00 €	70,00 €	80,00 €	100,00 €	120,00 €	130,00 €	90,00 €	80,00 €	70,00 €	60,00 €	1.779,00 €
0,00 €	5,00 €	10,00 €	25,00 €	45,00 €	35,00 €	35,00 €	30,00 €	50,00 €	65,00 €	55,00 €	60,00 €	879,00 €
0,00 €	0,00 €	8,00 €	24,00 €	32,00 €	32,00 €	40,00 €	56,00 €	64,00 €	64,00 €	72,00 €	72,00 €	464,00 €
												3.122,00 €
									IMPORTE VENTAS AÑO 2022			**91.432 €**

Anexo 5: Gastos de personal

GASTOS DE PERSONAL

ANEXO I

IV Convenio colectivo estatal de instalaciones deportivas y gimnasios

Tablas salariales año 2019

Grupo profesional	Nivel	Art. 32 Salario base			Art. 33 1,5* S.H.	Art. 33 1,75* S.H.	Art. 37	Art. 34 15 % S.H.	Art.13 15 % S.B.
		Salario base anual - Euros	Salario base mensual 14 pagas - Euros	*Salario base hora Euros/hora	*Hora extra no festiva Euros/hora	*Hora extra festiva Euros/hora	Plus Transporte - Euros	*Plus hora nocturna Euros/hora	Complemento movilidad 14 pagas - Euros
Grupo 1.	–	16.183,89	1.155,99	9,24	13,86	16,17	2,63	1,39	173,40
Grupo 2.	1	14.835,25	1.059,66	8,47	12,70	14,82	2,63	1,27	158,95
	2	14.385,59	1.027,54	8,21	12,32	14,37	2,63	1,23	154,13
Grupo 3.	1	13.036,95	931,21	7,44	11,16	13,02	2,63	1,12	139,68
	2	12.600,00	900,00	7,19	10,79	12,59	2,63	1,08	135,00
Grupo 4.	1	12.600,00	900,00	7,19	10,79	12,59	2,63	1,08	135,00
	2	12.600,00	900,00	7,19	10,79	12,59	2,63	1,08	135,00
Grupo 5.	–	12.600,00	900,00	7,19	10,79	12,59	2,63	1,08	135,00

	IMPORTE BRUTO (por 14 pagas)	S. S. EMPRESA (al 31,5%)
1 PERSONA GRUPO 1	17.513,28	5.516,68
2 PERSONAS A MEDIA JORNADA GRUPO 3 NIVEL II	13.635,00	4.295,03
1 PERSONA GRUPO 3 NIVEL I	14.106,84	4.443,65
IMPORTE TOTAL ANUAL	45.255,12	14.255,36

1 Persona más Grupo 1 a partir del 8 año **24.080,76**

TOTAL ANUAL 59.510,48

Anexo 6: ROI

ROI

AÑO	2022	2023	2024	2025	2026
Nº de ventas	2529	2630	2735	2845	2959
Nº de ingresos	91.432,00 €	95.089,28 €	98.892,85 €	102.848,57 €	106.962,51 €
Gastos personal	59.510,48 €	59.510,48 €	59.510,48 €	60.700,69 €	60.700,69 €
Gasto material	19.087,00 €	19.087,00 €	19.087,00 €	19.087,00 €	19.087,00 €
Gastos de apertura	6.300,00 €				
Gastos de suministros	5.424,00 €	5.424,00 €	5.478,24 €	5.478,24 €	5.533,02 €
Gastos financieros	1.350,00 €	13.551,98 €	13.551,98 €	13.551,98 €	13.551,98 €

Resultado del ejercicio año anterior		-239,48 €	-2.723,67 €	-1.458,52 €	

TOTAL ganancias	-239,48 €	-2.723,67 €	-1.458,52 €	2.572,14 €	8.089,81 €

ROI	0%	-3%	-1%	3%	8%

(ingresos-inversión)/inversión

AÑO	2027	2028	2029	2030	2031
Nº de ventas	3077	3200	3328	3461	3600
Nº de ingresos	111.241,01 €	115.690,65 €	120.318,27 €	125.131,01 €	130.136,25 €
Gastos personal	61.914,71 €	61.914,71 €	63.153,00 €	63.153,00 €	87.233,76 €
Gasto material	0,00 €	0,00 €	0,00 €	10.000,00 €	0,00 €
Gastos de apertura					
Gastos de suministros	5.533,02 €	5.588,35 €	5.588,35 €	5.644,24 €	5.644,24 €
Gastos financieros	13.551,98 €	13.551,98 €	13.551,98 €	0,00 €	0,00 €

Resultado del ejercicio año anterior					

TOTAL ganancias	30.241,30 €	34.635,61 €	38.024,94 €	46.333,77 €	37.258,25 €

ROI	37%	43%	46%	59%	40%

(ingresos-inversión)/inversión

AÑO	2032	2033	2034	2035	2036
Nº de ventas	3744	3893	4049	4211	4379
Nº de ingresos	135.341,70 €	140.755,36 €	146.385,58 €	152.241,00 €	158.330,64 €
Gastos personal	88.978,44 €	88.978,44 €	90.758,00 €	90.758,00 €	92.573,16 €
Gasto material	0,00 €	0,00 €	5.000,00 €	0,00 €	0,00 €
Gastos de apertura					
Gastos de suministros	5.700,68 €	5.700,68 €	5.757,69 €	5.757,69 €	5.815,26 €
Gastos financieros	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €

Resultado del ejercicio año anterior

TOTAL ganancias	40.662,58 €	46.076,25 €	44.869,89 €	55.725,31 €	59.942,21 €

ROI	43%	49%	44%	58%	61%

(ingresos-inversión)/inversión

AÑO	2037	2038	2039	2040	2041
Nº de ventas	4555	4737	4926	5123	5328
Nº de ingresos	164.663,87 €	171.250,42 €	178.100,44 €	185.224,46 €	192.633,43 €
Gastos personal	92.573,16 €	94.424,63 €	94.424,63 €	96.313,12 €	96.313,12 €
Gasto material	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €
Gastos de apertura					
Gastos de suministros	5.815,26 €	5.873,41 €	5.873,41 €	5.932,15 €	5.932,15 €
Gastos financieros	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €

Resultado del ejercicio año anterior

TOTAL ganancias	66.275,44 €	70.952,38 €	77.802,40 €	82.979,19 €	90.388,16 €

ROI	67%	71%	78%	81%	88%

(ingresos-inversión)/inversión