Nueva publicación en la revista International Journal of Environmental Research and Public Health

Open Access Article

Influence of Fitness Apps on Sports Habits, Satisfaction, and Intentions to Stay in Fitness Center Users: An Experimental Study

by Manel Valcarce-Torrente [1,*], Vicente Javaloyes [2], Leonor Gallardo [3], Jerónimo García-Fernández [4] and Antoni Planas-Anzano [2]

[1] Department of Business Management, Universidad Internacional de Valencia (VIU), 46002 Valencia, Spain
[2] Centro Lleida, Department of Sport Management, Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña, 08038 Barcelona, Spain
[3] IGOID Research Group, Physical Activity and Sport Sciences Department, Universidad de Castilla-La Mancha, 45004 Toledo, Spain
[4] Research Group of Management and Innovation in Sports Science, Leisure and Recreation (GISDOR), Universidad de Sevilla, 41013 Seville, Spain
[*] Author to whom correspondence should be addressed.

Academic Editor: Adilson Marques

Int. J. Environ. Res. Public Health **2021**, *18*(19), 10393; https://doi.org/10.3390/ijerph181910393 (registering DOI)

Received: 21 May 2021 / Revised: 28 September 2021 / Accepted: 28 September 2021 / Published: 2 October 2021

(This article belongs to the Special Issue **Sports Services and Digital Actions for an Active and Healthy Population**)

Download PDF Citation Export

El artículo "**Influence of Fitness Apps on Sports Habits, Satisfaction, and Intentions to Stay in Fitness Center Users: An Experimental Study"**, corresponde a una investigación relacionada con la tesis del Doctor Manel Valcarce-Torrente, en la que han participado como coautores el Dr. Vicente Javaloyes, la Dra. Leonor Gallardo, el Dr. Jerónimo García-Fernández y el Dr. Antoni Planas-Anzano.

El uso de la tecnología en el deporte y el fitness está proliferando gracias a los avances para facilitar su práctica y mejorar la adherencia. El objetivo de este estudio fue conocer

la influencia de las Apps de fitness en los hábitos deportivos, la satisfacción del cliente y la intención de permanencia de los usuarios de centros fitness.

Para ello, se realizó un estudio experimental, pionero en el ámbito de la tecnología y gestión deportiva, con una muestra de 66 participantes, repartidos entre un grupo control y otro experimental, este último utilizando la aplicación fitness del centro para auto controlar su actividad física durante 8 semanas. Las dimensiones analizadas entre las fases pre y post intervención fueron los cambios en sus hábitos deportivos, en la satisfacción y en la intención de permanecer en el centro fitness.

Los resultados mostraron que el uso de la aplicación fitness no influyó directamente en los hábitos deportivos de los participantes, al igual que tampoco hubo diferencias significativas en términos de satisfacción con el centro o en su intención de permanecer en el gimnasio. Por tanto, el estudio concluye que el uso personal y exclusivo de las aplicaciones fitness por parte de los usuarios de centros fitness no es suficiente para modificar sus hábitos deportivos, su satisfacción o su intención de permanecer en el gimnasio.

Será necesario un plan de implementación integral del gimnasio, involucrando al personal, al usuario y su plan de entrenamiento, con un adecuado seguimiento del uso de la aplicación y un sistema de desafíos tanto individuales como grupales que mantengan comprometido al usuario y así alcanzar sus objetivos.

Referencia del artículo: Valcarce-Torrente, M.; Javaloyes, V.; Gallardo, L.; García-Fernández, J.; Planas-Anzano, A. Influence of Fitness Apps on Sports Habits, Satisfaction, and Intentions to Stay in Fitness Center Users: An Experimental Study. Int. J. Environ. Res. Public Health 2021, 18, 10393. https://doi.org/10.3390/ijerph181910393

Puedes ver el artículo completo en este enlace >>>

Link to Original article: https://www.valgo.es/blog/nueva-publicacion-en-la-revista-international-journal-of-environmental-research-and-public-health?elem=272539