

■ TENDENCIAS

# ENTRENAMIENTO COLECTIVO: FIDELIZA A TUS CLIENTES

Desde hace algún tiempo, observamos en los centros de Fitness que disponemos de un amplio sector de clientes que requieren de nuevas actividades que puedan cubrir sus necesidades a nivel de entrenamiento, motivación, socialización e incluso diversión. Así mismo es demostrado que las actividades que se realizan de forma colectiva y de forma dirigida por un monitor son las que más fidelizan a nuestros clientes perdurando éstos, mucho más tiempo en los gimnasios y centros de fitness.



MANEL VALCARCE

Máster en Administración y Dirección del Deporte. Ldo. Ciencias Actividad Física y el Deporte. Colegiado 8709. Diplomado en Ciencias Empresariales. Director Gerente Valgo Investment.

Sin embargo, la actual oferta de actividades dirigidas que disponemos se centra sobretudo en aquellas que disponen de soporte musical como las coreografiadas: step, zumba®, aerobio, etc., así como el ciclo indoor, el cual ha llegado a crear un auténtico club de fans; o aquellas orientadas al cuerpo mente y postura como el pilates, yoga o el taichí.

Queda por tanto un "vacío" en este sentido en las salas de fitness, donde

nos encontramos a un gran número de usuarios realizando rutinas de trabajo más o menos supervisadas y que en su mayoría trabajan de forma individual.

Es cierto que un gran número de estas personas demanda poder estar en la sala de fitness y entrenar a su ritmo y sin necesidad de estar "en colectivo", pero también es cierto que descubrimos que un

gran número de ellas no encuentran una actividad acorde a sus necesidades y perfiles y por eso recurren a las salas de fitness, abandonando finalmente los centros por falta de motivación, atención, dirección, etc.

Una de las soluciones que actualmente se proponen para poder cubrir la demanda y necesidad de un importante grupo de socios que requieren de programas de entrenamiento dirigidos, motivantes y que satisfagan sus necesidades son las actividades denominadas comúnmente como Entrenamiento Metabólico, entre las que encontramos: CrossFit®, Cross Training Systems® o Tabatatraining®, entre otras, las cuales combinan diversas disciplinas deportivas, utilizando circuitos de ejercicios variados, donde se combina el trabajo de diferentes capacidades y habilidades básicas, como pueden ser la fuerza, la resistencia, el acondicionamiento aeróbico y el equilibrio.

"Tienen la particularidad de combinar ejercicios dinámicos multiarticulares compuestos, secuenciados uno tras otro, en ráfagas de ejercicios de alta intensidad, seguidos de periodos cortos de descanso, con el objetivo de acelerar el proceso metabólico y promover la quema de calorías de manera más eficaz".

(www.crosstrainingsystem.es). Utilizan ejercicios dinámicos que pueden adaptarse a las exigencias de la transferencia de los entrenamientos funcionales. Aspecto que podemos destacar como unas de sus principales características, su adaptabilidad escalada, en función de las capacidades del practicante y sus movimientos seguros y saludables, lo que permite un alto grado de fidelización hacia la instalación y la actividad.

¿Cuáles son sus beneficios?

Estas propuestas de entrenamiento tienen una gran serie de beneficios, algunos de ellos exclusivos, debido al tipo de ejercicios y planificación (ver tablas).

BENEFICIOS FÍSICOS	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Rápida bajada de peso</li> <li>Resistencia Cardiovascular</li> <li>Resistencia Muscular</li> <li>Fuerza</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potencia</li> <li>Velocidad</li> <li>Flexibilidad</li> <li>Coordinación</li> <li>Equilibrio</li> <li>Agilidad</li> </ul>

BENEFICIOS ESPECÍFICOS
Crea Comunidad. Crea integración en "La Tribu". Alto grado de fidelización. Se compete contra uno mismo.
No al aburrimiento, ya que tienen una amplia gama de útiles ejercicios, prácticamente inagotables.
Trabajo holístico del cuerpo. Mueve grandes grupos musculares a gran velocidad.
Cada persona experimenta cambios diferentes en poco tiempo. Peso, velocidad, flexibilidad, propiocepción, fuerza o potencia...

Crea tu propio espacio. Material diferenciador

Para desarrollar este tipo de entrenamientos en grupo dirigido es necesario contar con un material y espacio específico, el cual será un elemento diferenciador de la propia actividad frente al resto y será clave en la propuesta técnica pero también en los elementos de motivación, fidelización y puesta en escena. Algunos de estos materiales pueden ser: Discos de Goma, Barras Olímpicas, Cuerdas Rope, Bandas Ayuda, Sacos Flow Bag, Balones Gigantes, Balones Medicinales, Kettlebells Prograde, Mancuernas, Cuerdas Salto, Cajones Pliometría, Dunes, Anillas, Flying

Todo este material está diseñado para hacer más dinámicas y efectivas las sesiones, ya que se adapta a las necesidades y especificaciones de cada uno de los ejercicios de estos programas.

Lo más destacable es la integración en las salas de fitness convirtiéndose en un espacio más de la misma, abierto, pudiendo todos los usuarios observar estas sesiones y creando un clima de lugar de entrenamiento divertido y motivante.



Para el desarrollo de estas actividades deberemos disponer de técnicos formados y especialistas que las dirijan de forma efectiva y supervisando a todos los participantes de las mismas. Podremos además incorporar elementos de merchandising que generen exclusividad e identidad propia a la actividad fomentando el espíritu de grupo.

Sin duda, este tipo de propuestas van a ayudar a muchos de los centros de fitness y gimnasios a ofrecer alternativas a las actuales demandas de muchos clientes y usuarios que requieren de ofertas que les motiven y cubran sus necesidades. Esta es la mejor manera de rentabilizar nuestro negocio, por un lado fidelizar a nuestros clientes y por otra ofrecer, a los que vengan aquello que más necesitan.

## Soluciones a tu medida



- Cursos de formación
- Asesoría en marketing, web y comunicación
- Asesoría y formación en Gestión
- Desarrollo de eventos
- Implantación servicio Entrenamiento Personal: [www.trainingsolution.es](http://www.trainingsolution.es)



Próximos Cursos



más información e inscripciones: