|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| PROCESO: | Acondicionamiento físico | | SUBPROCESO: | N. A. | |
| RESPONSABLE: | Líder de Recursos humanos, Instructor | | | | |
| OBJETIVO: | Prevenir y controlar la aparición de enfermedades degenerativas y/o lesiones producidas por la práctica de actividad física, el entrenamiento físico, el sedentarismo, la genética o una causa alterna a las descritas anteriormente mejorando de manera progresiva el estado de salud del usuario.  Desarrollar programas de entrenamiento en los que su principal vertiente será la preinscripción del ejercicio como una estrategia de salud y calidad de vida buscando potencializar las cualidades físicas del cuerpo humano: Fuerza, flexibilidad, Resistencia, Velocidad, Coordinación y equilibrio como un componente esencial  de un estilo de vida físicamente activo. | | | | |
| ALCANCE: | Observar el seguimiento y evolución según sean los objetivos del usuario, a partir de los cuales se trabajará para obtener mejores resultados. | | | | |
| RIESGOS: | El usuario no siga las instrucciones dadas que incluye entre otras el sobresfuerzo e incluso la falta  de entrenamiento por parte del mismo. | | | | |
| ENTRADAS | | **CICLO DE**  **MEJORA CONTINUA** |  | **SALIDAS** | |
| PROVEEDOR | **INSUMO** | **ACTIVIDADES** | **PRODUCTO O SERVICIO** | **CLIENTE** |
| Recursos Humanos  Instructor | Información sobre índices de estado corporal, enfermedades e impedimentos que pueda presentar el usuario.  Plan integral ofrecido inicialmente por el Gimnasio.  Costos según áreas de interés | P | - Definición plan integral de ROGUZ GYM S.A, durante un período de tiempo a Corto, mediano o largo plazo ofrecidos según la forma de pago de los usuarios.  - Asignación de costos | Plan integral.  Ficha de rutina.  Costos.  Personal comprometido con los objetivos y evolución del usuario.  Objetivos alcanzados.  Matriz de seguimiento al plan de acción.  Indicador de cumplimiento  de Planes de  Acción.  Informes de revisión por la  Dirección.  Acciones de  Mejora. | Todos los  Usuarios    Partes  Interesadas  Dirección General  Equipo compuesto por instructor, nutricionista y fisioterapeuta |
| A | Implementar acciones de corrección si son pertinentes. |
| H | - Ejecutar de cuerdo a planes establecidos, estrategias planteadas y metas a lograr para observar la evolución del usuario en cuanto a sus objetivos.  - Midiendo con indicadores su cumplimiento. |
| V | - Realizar seguimiento mensual al cumplimiento de los planes de acción de cada área muscular, osteoarticular, circular y demás del usuario.  - Controlar el nivel de cumplimiento de las metas físicas establecidas en el plan de mejoramiento integral.  - Revisión por la dirección del Sistema de Gestión de la Calidad. |
| RECURSOS | | **EVIDENCIAS** | | **DOCUMENTOS** | |
| Humanos:  Entes directores de recursos humanos para la asignación del equipo instructor y de subcontrataciones adecuado para el usuario.  Físicos:  Equipos de cómputo, muebles y  enseres, equipos de diagnóstico físico y nutricional, | | Informe del área de subcontrataciones e Instructor  Matriz de Seguimiento a los Planes de Acción.  Ficha de rutina para el usuario, presentada como anexo de informe con sus respectivas recomendaciones según el nivel de delicadeza del usuario en los aspectos correspondientes. | | Procedimiento Planeación integral (física y mental)  Procedimiento Revisión por la dirección | |
| NOMBRE DE INDICADORES | | **REQUISITOS LEGALES** | | **REQUISITOS ISO 9001:2008** | |
| Cumplimiento Objetivos del usuario  Eficiencia en la ejecución de plan integral | |  | | 4.1, 4.2.3, 4.2.4, 5.1, 5.2, 5.4, 5.4.1,  5.4.2, 5.5, 5.5.1, 5.5.2, 5.5.3, 5.6, 6.1,  7.1, 7.5, 8.1, 8.2, 8.2.1, 8.2.2, 8.2.3,  8.2.4, 8.3, 8.4, 8.5, 8.5.1, 8.5.2, 8.5.3 | |