|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| PROCESO: | Entrenamientos Personalizados | | SUBPROCESO: | N. A. | |
| RESPONSABLE: | Instructores, Nutricionista y Jefe Recursos Humanos | | | | |
| OBJETIVO: | Reducir el riesgo de lesiones puesto que aumenta la seguridad de los ejercicios al mismo tiempo que la atención por parte del entrenamiento.  Lograr objetivos en menor tiempo.  Aprender a ejercitarse correctamente puesto que la interpretación de cada técnica está dada con más cuidado y detenimiento.  Hacer un seguimiento periódico minucioso que permite conocer logros y avances personales.  Cumplimiento del principio de **individualización,** dando paso a cuidar la salud de las personas, adecuando la ejercitación a una afección, dolencia o enfermedad específicas. | | | | |
| ALCANCE: | Servicio de mejoramiento físico personalizado, cuidado de enfermedades específicas. | | | | |
| RIESGOS: | Altos costos/ Baja afluencia de usuarios que requieran de este servicio, cruce de horarios instructores. | | | | |
| ENTRADAS | | **CICLO DE**  **MEJORA CONTINUA** |  | **SALIDAS** | |
| PROVEEDOR | **INSUMO** | **ACTIVIDADES** | **PRODUCTO O SERVICIO** | **CLIENTE** |
| Instructor y clientes en general | Normas básicas de entrenamiento.  Información física, nutricional y patológica de usuario | P | Diseñar ejercicios más adecuados para el cliente en función de sus objetivos, condición física, entre otros.  Indicar al usuario la manera correcta de hacer los ejercicios evitando que haya riego de lesiones.  Exclusividad, mayor motivación personal.  Ayuda en superación personal y disciplina. | Tablas de disponibilidad horaria.  Formulación de los principales grupos musculares a trabajar de acuerdo a entrenamiento personal. | Procesos instructivos.  Cliente que haya solicitado el servicio y su mejora continua y progresiva en menor tiempo. |
| H | Realizar un plan de acuerdo al mecanismo nutricional y de mantenimiento corporal que hagan énfasis en el objetivo del cliente y en sus especificaciones nutricionales. |
| E | Evaluación de los indicadores del proceso. |
| A | Acciones de mejora que permitan una mejor interacción usuario-entrenador personal y un cumplimiento cabal de objetivos. |
| RECURSOS | | **EVIDENCIAS** | | **DOCUMENTOS** | |
| Humanos:  Instructores y jefe de recursos humanos  Físicos:  Equipos de cómputo, muebles y enseres, herramientas ofimáticas, espacios disponibles requeridos por instructor personal. | | Gusto, satisfacción y cumplimientos de objetivos corporales e incluso el deterioro de una enfermedad por parte del usuario. | | Control y seguimiento por parte del instructor evidenciando el progreso del usuario, según sus requerimientos (usuario). | |
| NOMBRE DE INDICADORES | | **REQUISITOS LEGALES** | | **REQUISITOS ISO 9000:2008** | |
| Número de peticiones tendidas/número de peticiones recibidas. | |  | |  | |