WARRIOFIT FITNESS CLUB

No somos un gimnasio tradicional — somos **experiencia y ciencia aplicada**.

Cra. 6 #19 N 90, Barrio La Estancia, Popayán | 311 401 2937

PROPUESTA DE SERVICIOS

Personería Municipal de Popayán

Popayán, Cauca — 2025

1. ¿QUIÉNES SOMOS?

WARRIOFIT FITNESS CLUB es mucho más que un gimnasio. Somos un centro especializado en **ciencia del ejercicio aplicada**, enfocado en la mejora real de la composición corporal y la salud integral. Trabajamos con métodos de entrenamiento de fuerza y resistencia respaldados por evidencia científica, diseñados y prescritos por profesionales certificados en deporte y actividad física.

A diferencia de los gimnasios convencionales, en WARRIOFIT **cada persona importa**. Contamos con un equipo experimentado capaz de atender todas las etapas de la vida: niños, jóvenes, adultos y adulto mayor, con programas adaptados a cada necesidad. Somos pioneros en entrenamiento personalizado y semipersonalizado en Popayán, y al mismo tiempo contamos con la infraestructura y el talento humano para impactar grandes grupos con una experiencia única, intensa e inolvidable.

2. PORTAFOLIO DE CLASES GRUPALES

WARRIOFIT pone a disposición de entidades públicas y privadas el siguiente catálogo de clases dirigidas, pensadas para colectivos que desean vivir una experiencia de actividad física profesional:

■ **Jumping Fitness**	Cardio de alto impacto sobre mini trampolines. Mejora cardiovascular, quema calórica y diversión garantizada.
■ **Método GAP**	Glúteos, Abdomen y Piernas. Rutinas de fuerza enfocadas en el tren inferior y core. Ideal para todos los niveles.
■ **Método HIIT**	High Intensity Interval Training. Entrenamiento en intervalos que maximiza resultados en menos tiempo.

■ **Fit Combat**	Fusión de artes marciales y fitness. Libera tensión, mejora coordinación y desarrolla potencia muscular.
■ **Hyrox**	Entrenamiento funcional de competencia. Combina carrera y estaciones de fuerza. Reto total para el cuerpo.
■ **Rumba Fitness**	Aeróbicos al ritmo de música latina. Alta energía, integración grupal y bienestar emocional.

3. PROPUESTA PARA LA PERSONERÍA MUNICIPAL DE POPAYÁN

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se propone una **jornada de bienestar laboral** en las instalaciones de WARRIOFIT FITNESS CLUB, combinando dos disciplinas de alto impacto en una sola experiencia: **Jumping Fitness** sincronizado con una **clase especializada de fortalecimiento abdominal (Método GAP)**. Esta fusión garantiza trabajo cardiovascular, fortalecimiento del core y una vivencia grupal energizante y motivadora.

La jornada se programa en **una sola sesión** (mañana o tarde, según disponibilidad de la institución), dividida en **3 clases de 1 hora cada una**, con grupos reducidos de **20 personas**, garantizando así una atención semipersonalizada y un impacto real en cada participante.

OBJETIVO GENERAL

Implementar espacios de dispersión e integración para contratistas y administrativos de la Personería Municipal de Popayán, promoviendo la actividad física, la recreación y el bienestar colectivo como herramientas de salud y mejora del clima laboral.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promover la inclusión de actividad física regular como parte del bienestar laboral.
- Crear y fortalecer hábitos de vida saludable en el equipo de trabajo.
- Generar un espacio de recreación, ocio y desconexión del entorno laboral.
- Fomentar la integración y el trabajo en equipo a través del ejercicio físico grupal.
- Reducir los niveles de estrés y mejorar el estado de ánimo del personal.

4. ESTRUCTURA DE EJECUCIÓN

DETALLE	DESCRIPCIÓN
Capacidad total	60 personas
Grupos	3 grupos de 20 personas (experiencia semipersonalizada)
Duración por clase	1 hora por grupo

Cronograma	11:00 a.m. — Grupo 1 12:00 m. — Grupo 2 1:00 p.m. — Grupo 3
Total horas de entrenamiento	3 horas continuas
Profesionales	2 profesionales en deporte y actividad física
Instalaciones	WARRIOFIT FITNESS CLUB — Popayán
Incluye	60 snacks nutritivos (uno por participante)
Modalidad	Jornada única: mañana o tarde (según decisión institucional)

5. PROPUESTA ECONÓMICA

TARIFA NORMAL	DESCUENTO CONVENIO	TARIFA CONVENIO	TOTAL 60 PERSONAS
$15.000 por persona	**- 40%**	**$9.000 por persona**	**$540.000**

** Descuento del 40% aplicado por convenio institucional con la Personería Municipal de Popayán.*

** El valor incluye: 3 horas de entrenamiento dirigido, 2 profesionales en deporte, uso de instalaciones WARRIOFIT y 60 snacks nutritivos.*

6. ¿POR QUÉ ELEGIR WARRIOFIT?

■ **Profesionales certificados**	Todo nuestro equipo cuenta con formación profesional en ciencias del deporte y actividad física. No hay improvisación.
■ **Experiencia y ciencia aplicada**	Aplicamos metodologías validadas científicamente para obtener resultados reales y medibles en cada participante.
■ **Atención para todas las edades**	Niños, jóvenes, adultos y adulto mayor: diseñamos la experiencia según el perfil del grupo.
■ **Grupos reducidos garantizados**	Máximo 20 personas por clase. Cada participante recibe atención semipersonalizada.
■ **Instalaciones equipadas**	Espacio diseñado para el alto rendimiento, con equipamiento especializado y ambiente motivador.
■ **Compromiso con el bienestar**	Nuestra misión es crear hábitos que perduren, reducir el sedentarismo y mejorar la calidad de vida.

■ Gimnasio exclusivo para su entidad	Durante toda la jornada, WARRIOFIT FITNESS CLUB se reservará exclusivamente para los funcionarios y contratistas de la Personería Municipal de Popayán. Privacidad total, ambiente controlado y una experiencia 100% dedicada a su institución.

7. ATENTAMENTE

Tania Gisela Mazabuel Laedtke

Administradora — WARRIOFIT FITNESS CLUB

Cra. 6 #19 N 90, Barrio La Estancia, Popayán

Tel: 311 401 2937

"No somos un gimnasio tradicional — somos experiencia y ciencia aplicada al servicio de tu bienestar."