

## **7. RECURSOS CLAVE**

Para crear un gimnasio exitoso para personas de la tercera edad, es clave contar con los siguientes recursos:

- Equipamiento Especializado:** Adquirir máquinas y equipos adaptados para las personas de la tercera edad.
- Espacio Accesible y Seguro:** Diseñar un entorno seguro y accesible con suelos antideslizantes y áreas cómodas.
- Personal Especializado:** Contratar entrenadores y personal capacitado en el cuidado de personas mayores.
- Programas de Ejercicio Personalizados:** Desarrollar programas adaptados a las necesidades individuales y de salud.
- Servicios de Salud y Bienestar:** Integrar servicios de salud, nutrición y colaborar con profesionales de la salud.
- Tecnología de Monitoreo de Salud:** Utilizar tecnología para el seguimiento de la salud y actividad física, respetando la privacidad.
- Instalaciones de Descanso y Socialización:** Crear áreas cómodas para el descanso y la interacción social.
- Acceso a Profesionales de la Salud:** Establecer asociaciones con médicos y fisioterapeutas para brindar asesoramiento adicional.
- Horarios Flexibles:** Proporcionar horarios adaptados a las preferencias y rutinas de las personas mayores.
- Sistema de Seguridad:** Implementar medidas de seguridad, como botones de emergencia y personal capacitado en primeros auxilios.
- Programas de Membresía Asequibles:** Ofrecer opciones de membresía accesibles y considerar descuentos para personas mayores.
- Feedback Continuo:** Establecer canales para recibir retroalimentación y mejorar continuamente los servicios según las necesidades de los miembros.

