



idat

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PRIVADO “IDAT”

PROGRAMA DE ESTUDIOS EN ESCUELA DE NEGOCIOS

PLAN DE NEGOCIOS PARA IMPLEMENTAR UN GIMNASIO

EXCLUSIVO PARA MUJERES EN TODA SU DIVERSIDAD

**Trabajo de aplicación profesional para obtener el título Profesional Técnico en Escuela
de Negocios**

MILAGROS ROCIO ORTEGA ESPINOZA

(0009-0005-3199-4882)

Lima – Perú

2025

Dedicatoria

*Dedico este proyecto a todas las mujeres, en su inmensa diversidad, que día a día resisten,
luchan y se cuidan en un mundo que aún les significa un peligro.*

*A la comunidad LGTBQ+, con especial cariño y reconocimiento a las mujeres trans,
quienes han sido históricamente marginadas y siguen enfrentando discriminación estructural
en el Perú. Este trabajo también es un pequeño acto de reparación y visibilización para
ustedes.*

A mi madre, que en esta última semana el cáncer la consumió.

A mis padre, por su apoyo incondicional, y a mi hijo, por entender.

.

Índice General

Resumen Ejecutivo	14
Introducción	15
Capítulo I: Definición del Negocio.	16
Capítulo II. Diagnóstico del Plan de Negocio.	33
<i>Factor Económico</i>	53
<i>Factor Político</i>	60
<i>Factor Demográfico</i>	63
<i>Factor Tecnológico</i>	65
Capítulo III. Planeamiento Estratégico.	66
<i>Matriz FODA</i>	69
Objetivos Estratégicos Generales	71
Figura 9	71
<i>Organigrama del gimnasio Refugio Fit</i>	71
Diagrama de GANTT	75
Capítulo IV. Estudio de Mercado.	82
Demanda	91
Capítulo V. Plan de Comercialización.	144
Mercado	144
Marketing Mix	151
<i>Producto</i>	151
Promoción	157
Formulación Estratégica	159
Proyección de Ventas	166
Capítulo VI. Plan Técnico.	168
Localización de la Empresa	168
Macro localización	168

Micro localización	172
Evaluación de los factores	186
Conclusión	187
Tamaño del Negocio	191
Proceso de Operación	215
Capítulo VII. Plan Organizacional, Personal y Legal.	226
Constitución de la Empresa	226
Estructura Organizacional	237
Descripción de funciones MOF	239
Capítulo VIII. Plan Económico Financiero.	252
Inversión	252
<i>Inversión Fija</i>	252
CONCLUSIONES	266
RECOMENDACIONES	268
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	269

Índice de Tablas

Tabla 1	pág. 23
Tabla 2	pág. 31
Tabla 3	pág. 33
Tabla 4	pág. 36
Tabla 5	pág. 40
Tabla 6	pág. 44
Tabla 7	pág. 48
Tabla 8	pág. 69
Tabla 9	pág. 70
Tabla 10	pág. 75
Tabla 11	pág. 80
Tabla 12	pág. 89
Tabla 13	pág. 91
Tabla 14	pág. 99
Tabla 15	pág. 101
Tabla 16	pág. 102
Tabla 17	pág. 103
Tabla 18	pág. 104
Tabla 19	pág. 105
Tabla 20	pág. 106
Tabla 21	pág. 108
Tabla 22	pág. 109
Tabla 23	pág. 111
Tabla 24	pág. 113

Tabla 25	pág. 114
Tabla 26	pág. 116
Tabla 27	pág. 117
Tabla 28	pág. 119
Tabla 29	pág. 120
Tabla 30	pág. 121
Tabla 31	pág. 124
Tabla 32	pág. 124
Tabla 33	pág. 125
Tabla 34	pág. 125
Tabla 35	pág. 125
Tabla 36	pág. 126
Tabla 37	pág. 126
Tabla 38	pág. 127
Tabla 39	pág. 127
Tabla 40	pág. 128
Tabla 41	pág. 128
Tabla 42	pág. 145
Tabla 43	pág. 146
Tabla 44	pág. 146
Tabla 45	pág. 146
Tabla 46	pág. 147
Tabla 47	pág. 148
Tabla 48	pág. 151
Tabla 49	pág. 154

Tabla 50	pág. 166
Tabla 51	pág. 167
Tabla 52	pág. 173
Tabla 53	pág. 174
Tabla 54	pág. 175
Tabla 55	pág. 176
Tabla 56	pág. 177
Tabla 57	pág. 178
Tabla 58	pág. 179
Tabla 59	pág. 180
Tabla 60	pág. 180
Tabla 61	pág. 181
Tabla 62	pág. 182
Tabla 63	pág. 183
Tabla 64	pág. 184
Tabla 65	pág. 185
Tabla 66	pág. 186
Tabla 67	pág. 187
Tabla 68	pág. 191
Tabla 69	pág. 192
Tabla 70	pág. 197
Tabla 71	pág. 198
Tabla 72	pág. 198
Tabla 73	pág. 199
Tabla 74	pág. 213

Tabla 75	pág. 224
Tabla 76	pág. 224
Tabla 77	pág. 234
Tabla 78	pág. 235
Tabla 79	pág. 236
Tabla 80	pág. 252
Tabla 81	pág. 252
Tabla 82	pág. 253
Tabla 83	pág. 254
Tabla 84	pág. 256
Tabla 85	pág. 256
Tabla 86	pág. 257
Tabla 87	pág. 258
Tabla 88	pág. 258
Tabla 89	pág. 259
Tabla 90	pág. 259
Tabla 91	pág. 262
Tabla 92	pág. 263
Tabla 93	pág. 264
Tabla 94	pág. 265

Índice de Figuras

Figura 1	pág. 18
Figura 2	pág. 18
Figura 3	pág. 37
Figura 4	pág. 38
Figura 5	pág. 39
Figura 6	pág. 41
Figura 7	pág. 42
Figura 8	pág. 43
Figura 9	pág. 45
Figura 10	pág. 46
Figura 11	pág. 47
Figura 12	pág. 49
Figura 13	pág. 50
Figura 14	pág. 51
Figura 15	pág. 52
Figura 16	pág. 54
Figura 17	pág. 54
Figura 18	pág. 55
Figura 19	pág. 57
Figura 20	pág. 58
Figura 21	pág. 58
Figura 22	pág. 60
Figura 23	pág. 61
Figura 24	pág. 62

Figura 25	pág. 63
Figura 26	pág. 65
Figura 27	pág. 71
Figura 28	pág. 84
Figura 29	pág. 86
Figura 30	pág. 88
Figura 31	pág. 90
Figura 32	pág. 95
Figura 33	pág. 97
Figura 34	pág. 99
Figura 35	pág. 100
Figura 36	pág. 101
Figura 37	pág. 102
Figura 38	pág. 103
Figura 39	pág. 105
Figura 40	pág. 106
Figura 41	pág. 107
Figura 42	pág. 108
Figura 43	pág. 111
Figura 44	pág. 113
Figura 45	pág. 114
Figura 46	pág. 116
Figura 47	pág. 118
Figura 48	pág. 119
Figura 49	pág. 120

Figura 50	pág. 122
Figura 51	pág. 129
Figura 52	pág. 135
Figura 53	pág. 149
Figura 54	pág. 150
Figura 55	pág. 151
Figura 56	pág. 153
Figura 57	pág. 159
Figura 58	pág. 169
Figura 59	pág. 169
Figura 60	pág. 170
Figura 61	pág. 188
Figura 62	pág. 189
Figura 63	pág. 189
Figura 64	pág. 190
Figura 65	pág. 190
Figura 66	pág. 193
Figura 67	pág. 194
Figura 69	pág. 115
Figura 70	pág. 196
Figura 71	pág. 200
Figura 72	pág. 201
Figura 73	pág. 202
Figura 74	pág. 203
Figura 75	pág. 204

Figura 76	pág. 205
Figura 77	pág. 206
Figura 78	pág. 207
Figura 79	pág. 208
Figura 80	pág. 209
Figura 81	pág. 210
Figura 82	pág. 211
Figura 83	pág. 215
Figura 84	pág. 216
Figura 85	pág. 216
Figura 86	pág. 217
Figura 87	pág. 218
Figura 88	pág. 218
Figura 89	pág. 219
Figura 90	pág. 220
Figura 91	pág. 221
Figura 92	pág. 221
Figura 93	pág. 222
Figura 94	pág. 223
Figura 95	pág. 227
Figura 96	pág. 228
Figura 97	pág. 229
Figura 98	pág. 230
Figura 99	pág. 231
Figura 100	pág. 232

Figura 101	pág. 238
Figura 102	pág. 239
Figura 103	pág. 240
Figura 104	pág. 241
Figura 105	pág. 250
Figura 106	pág. 251
Figura 107	pág. 255
Figura 108	pág. 255
Figura 109	pág. 256
Figura 110	pág. 260
Figura 111	pág. 261
Figura 112	pág. 261

Resumen Ejecutivo

El presente plan de negocios tiene como finalidad evaluar la viabilidad de implementar un gimnasio llamado Refugio Fit, el cual sería exclusivo para mujeres en toda su diversidad, ubicado en el distrito de La Victoria de la ciudad de Lima. El proyecto surge como respuesta a la falta de espacios inclusivos, seguros y libres de discriminación en el ámbito del acondicionamiento físico, considerando las distintas corporalidades, identidades y etapas de vida de las mujeres. En el transcurso del informe se detalla un análisis exhaustivo que abarca la evaluación del contexto ambiental y la segmentación de mercado junto a la propuesta de valor y el plan comercial correspondiente; además de la estructura organizativa y la planificación operativa. La estrategia comercial se centra en proporcionar una experiencia personalizada y compasiva acompañada de servicios extra como consultoría nutricional y psicológica junto a talleres de autocuidado. Se establece una inversión inicial de S/ 86,821, destinada a la adecuación del local, compra de maquinaria, mobiliario y capital de trabajo. El financiamiento se proyecta a través de un crédito obtenido en condiciones favorables con la entidad Prestamype. El análisis financiero confirma la rentabilidad del proyecto, alcanzando un VAN de S/ 466,262.26 y una TIR del 95.05%, superando ampliamente el costo de capital ($WACC = 15.02\%$). Estas cifras reflejan la capacidad del negocio para generar valor y recuperar la inversión en el corto plazo. En conclusión, “Refugio Fit” no solo representa una oportunidad de negocio rentable, sino también una apuesta por el bienestar físico, emocional y social de las mujeres, en un entorno respetuoso y transformador.