

**ANEXO 1:**

**INFORMACIÓN DE LOS GIMNASIOS**

# Gimnasio Planeta Fitness

SABADOS → 9 a 13H

HORARIO ININTERRUMPIDO

La V → 7,30-22,15 H

LOCAL CLIMATIZADO

WIFI FREE

[WWW.PLANETAFITNESS.NET](http://WWW.PLANETAFITNESS.NET)

FACEBOOK  
PLANETA FITNESS MONZON



ENTRENADOR PERSONAL

SALA FITNESS

MUSCULACION

ZONA CARDIO

TIF 619703216

MONZON

Asign. Otto  
↓  
46 € / mes  
32 m  
+ ?

## CLASES COLECTIVAS

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
15,30-16,15	SPINNING		SPINNING		SPINNING
18.00-19.00		PILATES		PILATES	
19,15-20,15	RUNNING	RUNNING		RUNNING	
19,15-20,00	SPINNING		SPINNING		
19,15-20,00		GAP STEP		GAP STEP	
20,15-21,00		HIIT		HIIT	
20,30-21,15	SPINNING		SPINNING		SPINNING

← 20.00  
20.45H  
VIERNES

2 sala tipo de clase colectiva → 37 € / mes

Cuota general → 48 € / mes

↓  
43 € / mes  
x3  
↓  
129 €

BTO FAM  
43x2  
↑  
5%  
↓  
122 €

- DNT
- Pago en metálico inicial
- Belleza y decoración hogar

L-V 7:00 a 21:00 H  
Sábados, 12:00 a 13:00 H

3 días a la semana → 37 € al mes  
5 días a la semana + el sábado → 47 € al mes

## FICHA DE INSCRIPCIÓN v2

Cuenta por pagar  
80€ / mes

Nº Socio: \_\_\_\_\_ Fecha de Alta: \_\_\_\_\_  
Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_  
Dirección: \_\_\_\_\_ Población: \_\_\_\_\_  
N.I.F.: \_\_\_\_\_ Fecha Nacimiento: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Telf. Fijo: \_\_\_\_\_  
Telf. Móvil: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

Actividades a realizar: marque con una cruz las que elija:

<b>Fitness y/o Musculación</b>		---- Horario de asistencia :	
<b>Cardiovascular</b>		<b>Kick Boxing ( 9,30 – 10,30) L - X</b>	
<b>Entrenamiento Personal</b>		<b>Kick Boxing (18,30-19,30) M - J</b>	
<b>Asesoramiento Personal</b>		<b>Kick Boxing (20,00-21,00) L - M - V</b>	

Forma de Pago:  Banco Nº de cuenta: \_\_\_\_\_  
 Efectivo, por adelantado (Opción no disponible para turnos de mediodía y sábados)

### Entrevista personal: Rellene estos datos para poder conocerle mejor.

- ¿Hace cuánto tiempo no practica ningún deporte? \_\_\_\_\_
- ¿Qué deporte practicaba? \_\_\_\_\_
- ¿Tiene alguna lesión, patología o traumatismo a nivel óseo, muscular o articular, que le impida realizar alguna actividad física?  NO  SÍ ¿Cuál? \_\_\_\_\_
- ¿Qué objetivos desea alcanzar con la actividad/es, que ha elegido?  
 Mejorar la salud  Ganar masa muscular  Mejorar la tonificación muscular  
 Adelgazar  Desconectar  Divertirme
- Por último, ¿cómo nos ha conocido?  Por prensa  Por internet  Por un amigo  Ya os conocía

### Recomendaciones para poder alcanzar sus objetivos:

- Ser CONSTANTE es la clave principal para alcanzar sus propósitos.
- Le ayudará una DIETA EQUILIBRADA, empezando el día con un buen desayuno lleno de hidratos (energía para el organismo), y una base de proteínas para reforzar los músculos (ya que son los que protegen tus huesos y articulaciones), y siguiendo con el almuerzo, comida, merienda y cena, siempre con alimentos limpios de grasas.
- El AGUA, imprescindible para la vida. Es aconsejable beber Agua o cualquier Líquido Isotónico, antes, durante y después del ejercicio físico, para evitar deshidratación.
- Recuerde que cualquier ACTIVIDAD FÍSICA, ayuda a PREVENIR ENFERMEDADES Y LESIONES.

### NORMATIVA PARA LOS SOCIOS DEL CENTRO DEPORTIVO MONZÓN

Para actividad de Fitness y Musculación:

43  
Edwards 605-84-61-86

Horas con inicio de Clases en Inglés

Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:30	BODYPUMP 09:30 - 10:20 Edith	SPINNING 09:30 - 10:20 Edith	ZONASTEP 09:30 - 10:20 María	TRX - CROSS 09:30 - 10:00 Edith	SPINNING 09:30 - 10:20 Alberto - Edith
10:05				CXWORX 10:05 - 10:35 Edith	
10:30	ZUMBA 10:30 - 11:20 Alberto	PILATES 10:30 - 11:20 Alberto	BODYPUMP 10:30 - 11:20 Alberto	ZUMBA 10:30 - 11:20 María	PILATES 10:30 - 11:20 Alberto
10:40		BODYCOMBAT 10:30 - 12:20 Alberto			
15:30	BODYCOMBAT 15:30 - 16:20 Edith	BODYPUMP 15:30 - 16:20 Alberto	SPINNING 15:30 - 16:20 Edith	TRX - CROSS 15:30 - 16:00 Alberto	SPINNING 15:30 - 16:20 Edith - Alberto
16:00				CXWORX 16:00 - 16:30 Alberto	
18:00		TRX - CROSS 18:00 - 18:30 Edith	BODYPUMP 18:00 - 18:45 Edith	PILATES 18:10 - 19:00 Alberto	ZUMBA 18:10 - 19:00 Edith
18:10	ZONASTEP 18:10 - 19:00 Alberto				
18:35		CXWORX 18:35 - 19:05 Edith			
18:55			CX 18:55 - 19:25 Alberto		
19:10	BODYPUMP 19:10 - 20:00 Alberto	PLATES 19:10 - 20:00 Alberto	SPINNING 19:10 - 20:00 Edith	ZUMBA 19:10 - 20:00 Alberto	BODYPUMP 19:10 - 20:00 Edith - Alberto
19:30		SPINNING 19:30 - 20:00 Edith			
20:10	PLATES 20:10 - 21:00 Alberto	ZUMBA 20:10 - 21:00 María	SPINNING 20:10 - 21:00 Edith	BODYPUMP 20:10 - 21:00 Alberto	RUNNING 20:10 - 21:00 Eliseo - Martín
21:10	ZUMBA 21:10 - 22:00 Edith	BODYPUMP 21:10 - 22:00 Edith	SPINNING 21:10 - 22:00 Santi	BODYCOMBAT EXPRESS 21:10 - 21:45 Edith	
22:00					

Sala Fitness abierta de Lunes a Viernes de 7:00 a 22:30 (Sábados y Domingos de 09:00 a 21:00)

### Actividades diarias

**BODYPUMP**

La revolución del entrenamiento más interactiva con barras y discos que al ritmo de la música fortalece, tonifica y define la musculatura de todo el cuerpo.

Nivel Fitness

**ZUMBA**

Clases basadas en acondicionamiento físico con un alto componente de cardio que son divertidas, energéticas y te hacen sentir genial! A bailar!!

Nivel Fitness

**TRX - CROSS**

Entrenamiento en suspensión combinado con posturas de ejercicio funcional donde se desarrolla la fuerza, la movilidad, el equilibrio y la estabilidad.

Nivel Fitness

**CXWORX**

30 minutos intensos donde mejorará la fuerza del core (abdominales, glúteos y espaldas), y verá resultados en cuanto a fuerza funcional, equilibrio y prevención de lesiones.

Nivel Fitness

**SPINNING**

Te entrenas de cardio sobre la bici donde ganar fuerza - resistencia dejando que la música te lleve más allá de lo que puedes imaginar.

Nivel Fitness

**RUNNING**

Ya no hay excusas, uno de los ejercicios más funcionales y sanos, como y aprende guiado por Eliseo Martín, ahora con sesiones específicas de RECALOR.

Nivel Fitness

**ZONA STEP**

Entrenamiento con step que combina el trabajo de cardio con el de fuerza y resistencia muscular y con el que obtendrás resultados muy rápidos al ritmo de la música más motivadora.

Nivel Fitness

**PILATES**

Auma cuerpo y mente para controlar cada movimiento, basado en la biomecánica del movimiento Pilates te permitirá ganar movilidad, flexibilidad y fuerza a nivel del core.

Nivel Fitness

**BODYCOMBAT**

El entrenamiento cardiovascular por excelencia inspirado en las artes marciales. Coreografiado en base a la mejor música, accesorios instructivos, spandex colorido y mucha adrenalina a base de golpes, patadas, patadas y katas... ¿de 7000cal por sesión... ¿preparados?!

Nivel Fitness

**ANEXO 2:  
ENCUESTA**

**ENCUESTA:**

1. ¿Es usted socio del Zona Sport?

- Si (Pase a pregunta 2)  No (Agradecemos su voluntad de colaborar pero esta encuesta está diseñada para que la respondan los socios)

2. ¿Cuánto tiempo lleva en el centro?

- 3meses  Entre 3-6meses  7-9meses  10meses a 1año  + 1 año  + 2 años

3. ¿Con qué frecuencia acude al gimnasio?

- Todos los días  1día/semana  2 días/semana  3 días/semana  +3días/semana

4. ¿En qué horario suele acudir al gimnasio?

- Mañanas  Mediodía  De 16:00 a 18:00  De 18:00 a 20:00  De 20:00 a 22:00

5. ¿Ha practicado alguna actividad dirigida?

- Si (Pase siguiente pregunta)  No (Pase a pregunta 7)

6. ¿A cuántas actividades dirigidas suele asistir a la semana?

- 0  1  2  3  4  +5

7. ¿Cuáles son los motivos por los que eligió el Zona Sport? Puede marcar más de una respuesta.

- Actividades dirigidas  
 Cercanía al trabajo o domicilio  
 Equipamiento tecnológico y digital (Televisiones, conexión a internet, etc)  
 Horario  
 Instalaciones  
 Precios  
 Promoción de alta  
 Recomendación de un socio  
 Otros

8. ¿Cuáles son las motivaciones por las que va al gimnasio? Puede marcar más de una respuesta.

- Adelgazar  
 Hacer amigos/socializarse  
 Ocupar tiempo libre  
 Preparación física  
 Rehabilitación física  
 Relajación  
 Otras

9. A continuación le mostramos una serie de afirmaciones sobre el deporte. Por favor, indique su grado de acuerdo/desacuerdo con todas ellas de 0 a 10 considerando el 0 “nada de acuerdo” y el 10 “completamente de acuerdo”. Marque con una X.

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
El deporte es necesario en mi vida											
El deporte me permite desconectar del trabajo/estudio											
El deporte me permite conocer gente nueva											
Hacer deporte me permite conocer gente con intereses comunes											
Hago deporte para tener un cuerpo mejor											
Hago deporte por ocio											
El deporte significa tiempo libre para disfrutar											
Voy al gimnasio por hacer ejercicio físico											
Me gusta competir haciendo deporte											
El deporte me permite ponerme metas diarias o semanales a conseguir											

10. Centrándonos en el Zona Sport, indique su grado de satisfacción con los siguientes aspectos del mismo, siendo 0 “nada satisfecho” y 10 “muy satisfecho”. Marque con una X.

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Amabilidad del personal de recepción											
Amabilidad de los monitores											
Número de personal fitness											
El monitor siempre está cuando se le necesita											
El monitor siempre está predispuesto a ayudarme											
Limpieza adecuada de los vestuarios											
Amplitud vestuarios											
Temperatura adecuada gimnasio											
Suficientes máquinas cardiovasculares											
Suficientes máquinas de fuerza											
Suficiente material peso libre											
Suficiente material en las clases											
Amplia oferta de actividades											
Las actividades son amenas											
Horario adecuado gimnasio											
Horario adecuado de clases dirigidas											

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Facilidad de adaptación a las actividades grupales											
Información adecuada sobre las clases											
Satisfacción general con el centro											

11. De las nuevas tendencias fitness, ¿conoce qué es el Crossfit?

Sí (Pase siguiente pregunta)  No (Pase pregunta 14)

12. ¿Incorporaría el Crossfit al Zona Sport?

Sí (Pase siguiente pregunta)  No (Pase pregunta 14)

13. ¿Cuánto estaría dispuesto a pagar como máximo al mes por esta actividad?

Entre 30 y 55 euros  Entre 55 y 79 euros  Más de 80 euros

14. ¿Recomendaría el club a un amigo?

Sí  No

15. ¿Piensa renovar su cuota el próximo mes?

Sí (Pase pregunta 17)  No (Pase siguiente pregunta)

16. ¿Cuáles son los motivos por que se da de baja? Puede marcar más de una respuesta.

Cambio de domicilio o trabajo

Calidad-precio

Desmotivación

Falta de tiempo

Situación económica personal

Otros

17. Sexo

Hombre  Mujer

18. . Ocupación

Estudiante  Trabajador  Parado  Jubilado

19. Rango de edad

16 a 24 años  25 a 34 años  36 a 44 años  45 a 54 años  55 a 65 años

Más de 65 años

**¡Muchas gracias por su colaboración!**

**ANEXO 3:**  
**CUESTIONARIO ZONA SPORT**

## CUESTIONARIO DE VALORACIÓN SOBRE EL SERVICIO RECIBIDO.



Por favor, redondea la respuesta que elijas en cada pregunta, al final hemos reservado un espacio por si crees conveniente hacernos alguna observación sobre el servicio contratado.

Muchas gracias por tu tiempo, colaboración y por ayudarnos a mejorar.

Cuota en la que te das de baja:

Parado	Jubilado	Reducida	Fitness Total	Fitness and Pádel
--------	----------	----------	---------------	-------------------

¿Qué te ha parecido la relación Calidad-Precio del servicio contratado?

Muy Mala	Mala	Normal	Buena	Muy Buena
----------	------	--------	-------	-----------

¿Con que frecuencia has acudido al gimnasio en los últimos 3 meses?

Todos los días	Varios días por semana	1 día por semana	Menos de 1 día por semana	Dejé de venir varias semanas
----------------	------------------------	------------------	---------------------------	------------------------------

¿Conoces y has practicado alguna actividad dirigida?

Si	No
----	----

¿Cómo calificarías el nivel de los instructores?

Muy bajo	Bajo	Normal	Alto	Muy Alto
----------	------	--------	------	----------

¿Cómo calificarías el trato de los instructores hacia tu persona?

Nulo o Muy malo	Poco o Malo	Correcto	Agradable	Muy Atento
-----------------	-------------	----------	-----------	------------

¿Te has quedado alguna vez sin sitio en alguna clase dirigida?

Nunca	Alguna Vez	Varias veces	Casi Siempre	No voy a clases dirigidas
-------	------------	--------------	--------------	---------------------------

¿En qué horario sueles frecuentar el gimnasio?

Mañanas	Mediodías	De 16:00 a 18:00	De 18:00 a 20:00	De 20:00 a 22:00
---------	-----------	------------------	------------------	------------------

¿Has tenido que esperar a que acaben otros usuarios con el material o máquinas de la sala fitness para poder llevar a cabo tu entreno?

Nunca	Alguna Vez	Varias veces	Casi Siempre	No voy a Sala de Fitness
-------	------------	--------------	--------------	--------------------------

¿Cómo calificarías el servicio de Asesoramiento en Sala de Fitness?

Nulo o Muy malo	Poco o Malo	Correcto	Atento	Muy Atento
-----------------	-------------	----------	--------	------------

¿Te has quedado algún día sin servicio de taquilla porque estuvieran todas ocupadas?

Nunca	Alguna vez	Varias veces	Casi siempre	No uso las taquillas
-------	------------	--------------	--------------	----------------------

¿Cómo calificarías el servicio de limpieza de las salas de Fitness?

Muy Malo	Malo	Normal	Bueno	Muy Bueno
----------	------	--------	-------	-----------

¿Cómo calificarías el servicio de limpieza de las salas de actividades dirigidas?

Muy Malo	Malo	Normal	Bueno	Muy Bueno
----------	------	--------	-------	-----------

¿Has participado en alguna Masterclass, cena o actividad especial realizada por el club?

Si	No
----	----

¿Has conocido o conoces gente dentro del club?

Si	No
----	----

¿Cómo calificarías el trato de la recepción del club?

Nulo o Muy malo	Poco o Malo	Correcto	Agradable	Muy Atento
-----------------	-------------	----------	-----------	------------

¿El club te ha mantenido informado de los cambios importantes que hayan podido afectar tu rutina dentro del club?

Si	No
----	----

¿Has conseguido alcanzar el objetivo principal por el cual te apuntaste al gimnasio?

Si	No	¿Cuál era? _____
----	----	------------------

¿Echas en falta algún tipo de actividad en el club?

Si	No	¿Cuál? _____
----	----	--------------

¿Hay alguna razón específica por la que te des de baja en el club?

Si	No	¿Cuál? _____
----	----	--------------

¿Recomendarías el club a un amigo?

Si	No
----	----

¿Crees que volverás a inscribirte en alguna cuota del club más adelante ?

Si	No
----	----

# **ANEXO 4: RESULTADOS**

## ANEXO 4.1: Tabulación cruzada deportivas/edad Adelgazar \* Edad recodificada

Tabla cruzada

			Edad recodificada			Total
			16 a 35 años	36 a 44 años	Más de 45 años	
Adelgazar	No	Recuento	44	16	14	74
		% dentro de Edad recodificada	80,0%	69,6%	51,9%	70,5%
		Residuo corregido	2,2	-,1	-2,5	
	Si	Recuento	11	7	13	31
		% dentro de Edad recodificada	20,0%	30,4%	48,1%	29,5%
		Residuo corregido	-2,2	,1	2,5	
Total		Recuento	55	23	27	105
		% dentro de Edad recodificada	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

### Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	6,908 <sup>a</sup>	2	,032
Razón de verosimilitud	6,719	2	,035
Asociación lineal por lineal	6,732	1	,009
N de casos válidos	105		

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 6,79.

## Hacer amigos/socializarse \* Edad recodificada

Tabla cruzada

			Edad recodificada			Total
			16 a 35 años	36 a 44 años	Más de 45 años	
Hacer amigos/socializarse	No	Recuento	52	16	18	86
		% dentro de Edad recodificada	94,5%	69,6%	66,7%	81,9%
		Residuo corregido	3,5	-1,7	-2,4	
	Si	Recuento	3	7	9	19
		% dentro de Edad recodificada	5,5%	30,4%	33,3%	18,1%
		Residuo corregido	-3,5	1,7	2,4	
Total		Recuento	55	23	27	105
		% dentro de Edad recodificada	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

### Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	12,523 <sup>a</sup>	2	,002
Razón de verosimilitud	13,371	2	,001
Asociación lineal por lineal	10,981	1	,001
N de casos válidos	105		

a. 2 casillas (33,3%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 4,16.

**Tabla cruzada**

			Edad recodificada		Total
			16 a 35 años	Más de 36 años	
Hacer amigos/socializarse	No	Recuento	52	34	86
		% dentro de Edad recodificada	94,5%	68,0%	81,9%
		Residuo corregido	3,5	-3,5	
	Si	Recuento	3	16	19
		% dentro de Edad recodificada	5,5%	32,0%	18,1%
		Residuo corregido	-3,5	3,5	
Total		Recuento	55	50	105
		% dentro de Edad recodificada	100,0%	100,0%	100,0%

**Pruebas de chi-cuadrado**

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	12,452 <sup>a</sup>	1	,000		
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	10,726	1	,001		
Razón de verosimilitud	13,323	1	,000		
Prueba exacta de Fisher				,001	,000
Asociación lineal por lineal	12,334	1	,000		
N de casos válidos	105				

a. 0 casillas (.0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 9,05.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

## Ocupar tiempo libre \* Edad recodificada

**Tabla cruzada**

			Edad recodificada			Total
			16 a 35 años	36 a 44 años	Más de 45 años	
Ocupar tiempo libre	No	Recuento	46	18	19	83
		% dentro de Edad recodificada	83,6%	78,3%	70,4%	79,0%
		Residuo corregido	1,2	-,1	-1,3	
	Si	Recuento	9	5	8	22
		% dentro de Edad recodificada	16,4%	21,7%	29,6%	21,0%
		Residuo corregido	-1,2	,1	1,3	
Total		Recuento	55	23	27	105
		% dentro de Edad recodificada	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

**Pruebas de chi-cuadrado**

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,935 <sup>a</sup>	2	,380
Razón de verosimilitud	1,876	2	,391
Asociación lineal por lineal	1,900	1	,168
N de casos válidos	105		

a. 1 casillas (16,7%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 4,82.

## Preparación física \* Edad recodificada

Tabla cruzada

		Edad recodificada			Total		
		16 a 35 años	36 a 44 años	Más de 45 años			
Preparación física	No	Recuento	10	6	16	32	
		% dentro de Edad recodificada	18,2%	26,1%	59,3%		30,5%
		Residuo corregido	-2,9	-,5	3,8		
	Si	Recuento	45	17	11	73	
		% dentro de Edad recodificada	81,8%	73,9%	40,7%		69,5%
		Residuo corregido	2,9	,5	-3,8		
Total		Recuento	55	23	27	105	
		% dentro de Edad recodificada	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	14,690 <sup>a</sup>	2	,001
Razón de verosimilitud	14,061	2	,001
Asociación lineal por lineal	13,247	1	,000
N de casos válidos	105		

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 7,01.

## Rehabilitación física \* Edad recodificada

Tabla cruzada

		Edad recodificada			Total		
		16 a 35 años	36 a 44 años	Más de 45 años			
Rehabilitación física	No	Recuento	45	22	22	89	
		% dentro de Edad recodificada	81,8%	95,7%	81,5%		84,8%
		Residuo corregido	-,9	1,6	-,6		
	Si	Recuento	10	1	5	16	
		% dentro de Edad recodificada	18,2%	4,3%	18,5%		15,2%
		Residuo corregido	,9	-1,6	,6		
Total		Recuento	55	23	27	105	
		% dentro de Edad recodificada	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	2,706 <sup>a</sup>	2	,258
Razón de verosimilitud	3,374	2	,185
Asociación lineal por lineal	,055	1	,814
N de casos válidos	105		

a. 2 casillas (33,3%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 3,50.

## Relajación \* Edad recodificada

Tabla cruzada

			Edad recodificada			Total
			16 a 35 años	36 a 44 años	Más de 45 años	
Relajación No	Recuento	43	15	20	78	
	% dentro de Edad recodificada	78,2%	65,2%	74,1%	74,3%	
	Residuo corregido	1,0	-1,1	,0		
Si	Recuento	12	8	7	27	
	% dentro de Edad recodificada	21,8%	34,8%	25,9%	25,7%	
	Residuo corregido	-1,0	1,1	,0		
Total	Recuento	55	23	27	105	
	% dentro de Edad recodificada	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,428 <sup>a</sup>	2	,490
Razón de verosimilitud	1,381	2	,501
Asociación lineal por lineal	,337	1	,562
N de casos válidos	105		

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 5,91.

## ANEXO 4.2: Tabulación cruzada motivaciones deportivas/sexo

### Adelgazar \* Sexo

Tabla cruzada

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
Adelgazar No	Recuento	48	26	74	
	% dentro de Sexo	84,2%	54,2%	70,5%	
	Residuo corregido	3,4	-3,4		
Si	Recuento	9	22	31	
	% dentro de Sexo	15,8%	45,8%	29,5%	
	Residuo corregido	-3,4	3,4		
Total	Recuento	57	48	105	
	% dentro de Sexo	100,0%	100,0%	100,0%	

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	11,304 <sup>a</sup>	1	,001		
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	9,906	1	,002		
Razón de verosimilitud	11,492	1	,001		
Prueba exacta de Fisher				,001	,001
Asociación lineal por lineal	11,196	1	,001		
N de casos válidos	105				

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 14,17.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

## Hacer amigos/socializarse \* Sexo

Tabla cruzada

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
Hacer amigos/socializarse	No	Recuento	49	37	86
		% dentro de Sexo	86,0%	77,1%	81,9%
		Residuo corregido	1,2	-1,2	
	Si	Recuento	8	11	19
		% dentro de Sexo	14,0%	22,9%	18,1%
		Residuo corregido	-1,2	1,2	
Total		Recuento	57	48	105
		% dentro de Sexo	100,0%	100,0%	100,0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,387 <sup>a</sup>	1	,239		
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	,852	1	,356		
Razón de verosimilitud	1,383	1	,240		
Prueba exacta de Fisher				,311	,178
Asociación lineal por lineal	1,374	1	,241		
N de casos válidos	105				

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 8,69.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

## Ocupar tiempo libre \* Sexo

Tabla cruzada

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
Ocupar tiempo libre	No	Recuento	47	36	83
		% dentro de Sexo	82,5%	75,0%	79,0%
		Residuo corregido	,9	-,9	
	Si	Recuento	10	12	22
		% dentro de Sexo	17,5%	25,0%	21,0%
		Residuo corregido	-,9	,9	
Total		Recuento	57	48	105
		% dentro de Sexo	100,0%	100,0%	100,0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	,875 <sup>a</sup>	1	,350		
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	,482	1	,487		
Razón de verosimilitud	,872	1	,350		
Prueba exacta de Fisher				,471	,243
Asociación lineal por lineal	,866	1	,352		
N de casos válidos	105				

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 10,06.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

## Preparación física \* Sexo

Tabla cruzada

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
Preparación física	No	Recuento	14	18	32
		% dentro de Sexo	24,6%	37,5%	30,5%
		Residuo corregido	-1,4	1,4	
	Si	Recuento	43	30	73
		% dentro de Sexo	75,4%	62,5%	69,5%
		Residuo corregido	1,4	-1,4	
Total		Recuento	57	48	105
		% dentro de Sexo	100,0%	100,0%	100,0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	2,059 <sup>a</sup>	1	,151	,202	,111
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	1,493	1	,222		
Razón de verosimilitud	2,056	1	,152		
Prueba exacta de Fisher					
Asociación lineal por lineal	2,039	1	,153		
N de casos válidos	105				

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 14,63.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

## Rehabilitación física \* Sexo

Tabla cruzada

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
Rehabilitación física	No	Recuento	48	41	89
		% dentro de Sexo	84,2%	85,4%	84,8%
		Residuo corregido	-,2	,2	
	Si	Recuento	9	7	16
		% dentro de Sexo	15,8%	14,6%	15,2%
		Residuo corregido	,2	-,2	
Total		Recuento	57	48	105
		% dentro de Sexo	100,0%	100,0%	100,0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	,029 <sup>a</sup>	1	,864	1,000	,542
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	,000	1	1,000		
Razón de verosimilitud	,029	1	,864		
Prueba exacta de Fisher					
Asociación lineal por lineal	,029	1	,865		
N de casos válidos	105				

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 7,31.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

## Relajación \* Sexo

Tabla cruzada

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
Relajación	No	Recuento	49	29	78
		% dentro de Sexo	86,0%	60,4%	74,3%
		Residuo corregido	3,0	-3,0	
	Si	Recuento	8	19	27
		% dentro de Sexo	14,0%	39,6%	25,7%
		Residuo corregido	-3,0	3,0	
Total		Recuento	57	48	105
		% dentro de Sexo	100,0%	100,0%	100,0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	8,904 <sup>a</sup>	1	,003		
Corrección de continuidad <sup>b</sup>	7,616	1	,006		
Razón de verosimilitud	9,028	1	,003		
Prueba exacta de Fisher				,004	,003
Asociación lineal por lineal	8,819	1	,003		
N de casos válidos	105				

a. 0 casillas (,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 12,34.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

## ANEXO 4.3: ANOVA actitud hacia el deporte/edad

ANOVA

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
El deporte es necesario en mi vida	Entre grupos	67,984	4	16,996	5,784	,000
	Dentro de grupos	293,863	100	2,939		
	Total	361,848	104			
El deporte me permite desconectar del trabajo/estudio	Entre grupos	56,366	4	14,091	4,681	,002
	Dentro de grupos	301,025	100	3,010		
	Total	357,390	104			
El deporte me permite conocer gente nueva	Entre grupos	35,988	4	8,997	1,562	,190
	Dentro de grupos	576,069	100	5,761		
	Total	612,057	104			
Hacer deporte me permite conocer gente con intereses comunes	Entre grupos	34,452	4	8,613	1,339	,261
	Dentro de grupos	643,110	100	6,431		
	Total	677,562	104			
Hago deporte para tener un mejor cuerpo	Entre grupos	86,377	4	21,594	5,745	,000
	Dentro de grupos	375,851	100	3,759		
	Total	462,229	104			
Hago deporte por ocio	Entre grupos	66,691	4	16,673	2,983	,023
	Dentro de grupos	558,871	100	5,589		
	Total	625,562	104			

## ANOVA

		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
El deporte significa tiempo libre para disfrutar	Entre grupos	13,537	4	3,384	,801	,527
	Dentro de grupos	422,425	100	4,224		
	Total	435,962	104			
Voy al gimnasio por hacer ejercicio físico	Entre grupos	30,610	4	7,653	3,555	,009
	Dentro de grupos	215,237	100	2,152		
	Total	245,848	104			
Me gusta competir haciendo deporte	Entre grupos	108,263	4	27,066	2,364	,058
	Dentro de grupos	1145,070	100	11,451		
	Total	1253,333	104			
El deporte me permite ponerme metas diarias o semanales a conseguir	Entre grupos	57,856	4	14,464	1,426	,231
	Dentro de grupos	1014,201	100	10,142		
	Total	1072,057	104			

## Prueba de homogeneidad de varianzas

	Estadístico de Levene	gl1	gl2	Sig.
El deporte es necesario en mi vida	6,563	4	100	,000
El deporte me permite desconectar del trabajo/estudio	6,069	4	100	,000
Hago deporte para tener un mejor cuerpo	2,193	4	100	,075
Hago deporte por ocio	3,395	4	100	,012
Voy al gimnasio por hacer ejercicio físico	5,035	4	100	,001

Comparaciones múltiples (Tamhane)

Variable dependiente	(I) EDAD RECODIFICADA	(J) EDAD RECODIFICADA	Diferencia de medias (I-J)	Error estándar	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
						Límite inferior	Límite superior
El deporte es necesario en mi vida	16 a 24 años	25 a 34 años	-1,211	,448	,117	-2,59	,17
		36 a 44 años	,043	,604	1,000	-1,75	1,84
		45 a 54 años	,864	,595	,814	-,91	2,63
		Más de 55 años	-1,000	,601	,734	-3,08	1,08
	25 a 34 años	16 a 24 años	1,211	,448	,117	-,17	2,59
		36 a 44 años	1,254	,492	,150	-,23	2,74
		45 a 54 años	2,074	,480	,002	,62	3,53
		Más de 55 años	,211	,488	1,000	-1,95	2,37
	36 a 44 años	16 a 24 años	-,043	,604	1,000	-1,84	1,75
		25 a 34 años	-1,254	,492	,150	-2,74	,23
		45 a 54 años	,820	,629	,891	-1,03	2,68
		Más de 55 años	-1,043	,635	,731	-3,16	1,07
	45 a 54 años	16 a 24 años	-,864	,595	,814	-2,63	,91
		25 a 34 años	-2,074	,480	,002	-3,53	-,62
		36 a 44 años	-,820	,629	,891	-2,68	1,03
		Más de 55 años	-1,864	,626	,101	-3,97	,24
	Más de 55 años	16 a 24 años	1,000	,601	,734	-1,08	3,08
		25 a 34 años	-,211	,488	1,000	-2,37	1,95
		36 a 44 años	1,043	,635	,731	-1,07	3,16
		45 a 54 años	1,864	,626	,101	-,24	3,97
El deporte me permite desconectar del trabajo/estudio	16 a 24 años	25 a 34 años	-,748	,392	,509	-1,96	,46
		36 a 44 años	-,483	,457	,971	-1,85	,88
		45 a 54 años	1,193	,710	,662	-,94	3,33
		Más de 55 años	-,353	,724	1,000	-3,31	2,60
	25 a 34 años	16 a 24 años	,748	,392	,509	-,46	1,96
		36 a 44 años	,264	,337	,997	-,74	1,27
		45 a 54 años	1,940	,640	,055	-,03	3,91
		Más de 55 años	,395	,655	1,000	-2,89	3,68
	36 a 44 años	16 a 24 años	,483	,457	,971	-,88	1,85

		25 a 34 años	-,264	,337	,997	-1,27	,74
		45 a 54 años	1,676	,681	,182	-,38	3,73
		Más de 55 años	,130	,696	1,000	-2,91	3,17
	45 a 54 años	16 a 24 años	-1,193	,710	,662	-3,33	,94
		25 a 34 años	-1,940	,640	,055	-3,91	,03
		36 a 44 años	-1,676	,681	,182	-3,73	,38
		Más de 55 años	-1,545	,883	,665	-4,51	1,42
	Más de 55 años	16 a 24 años	,353	,724	1,000	-2,60	3,31
		25 a 34 años	-,395	,655	1,000	-3,68	2,89
		36 a 44 años	-,130	,696	1,000	-3,17	2,91
		45 a 54 años	1,545	,883	,665	-1,42	4,51
Hago deporte por ocio	16 a 24 años	25 a 34 años	-,683	,722	,987	-2,92	1,56
		36 a 44 años	-,322	,792	1,000	-2,72	2,08
		45 a 54 años	,628	,889	,999	-2,03	3,28
		Más de 55 años	2,765	1,907	,899	-6,14	11,66
	25 a 34 años	16 a 24 años	,683	,722	,987	-1,56	2,92
		36 a 44 años	,360	,522	,999	-1,19	1,91
		45 a 54 años	1,311	,660	,437	-,68	3,30
		Más de 55 años	3,447	1,812	,741	-6,23	13,12
	36 a 44 años	16 a 24 años	,322	,792	1,000	-2,08	2,72
		25 a 34 años	-,360	,522	,999	-1,91	1,19
		45 a 54 años	,951	,736	,898	-1,23	3,13
		Más de 55 años	3,087	1,841	,827	-6,30	12,48
	45 a 54 años	16 a 24 años	-,628	,889	,999	-3,28	2,03
		25 a 34 años	-1,311	,660	,437	-3,30	,68
		36 a 44 años	-,951	,736	,898	-3,13	1,23
		Más de 55 años	2,136	1,885	,975	-6,90	11,18
	Más de 55 años	16 a 24 años	-2,765	1,907	,899	-11,66	6,14
		25 a 34 años	-3,447	1,812	,741	-13,12	6,23
		36 a 44 años	-3,087	1,841	,827	-12,48	6,30
		45 a 54 años	-2,136	1,885	,975	-11,18	6,90
Voy al gimnasio por hacer	16 a 24 años	25 a 34 años	-,223	,302	,998	-1,11	,67

ejercicio físico	36 a 44 años	-,639	,250	,149	-1,40	,12	
	45 a 54 años	,928	,540	,640	-,71	2,57	
	Más de 55 años	,282	,777	1,000	-3,59	4,15	
	25 a 34 años	16 a 24 años	,223	,302	,998	-,67	1,11
	36 a 44 años	-,416	,259	,702	-1,17	,34	
	45 a 54 años	1,151	,545	,358	-,50	2,80	
	Más de 55 años	,505	,780	1,000	-3,34	4,35	
	36 a 44 años	16 a 24 años	,639	,250	,149	-,12	1,40
	25 a 34 años	,416	,259	,702	-,34	1,17	
	45 a 54 años	1,567	,518	,056	-,03	3,16	
	Más de 55 años	,922	,761	,967	-3,09	4,94	
	45 a 54 años	16 a 24 años	-,928	,540	,640	-2,57	,71
	25 a 34 años	-1,151	,545	,358	-2,80	,50	
	36 a 44 años	-1,567	,518	,056	-3,16	,03	
	Más de 55 años	-,645	,899	,999	-4,07	2,78	
	Más de 55 años	16 a 24 años	-,282	,777	1,000	-4,15	3,59
	25 a 34 años	-,505	,780	1,000	-4,35	3,34	
	36 a 44 años	-,922	,761	,967	-4,94	3,09	
	45 a 54 años	,645	,899	,999	-2,78	4,07	

\*. La diferencia de medias es significativa en el nivel 0.05.

**Descriptivos**

	N	Media	Desviación estándar	Error estándar	95% del intervalo de confianza para la media		Mínimo	Máximo	
					Límite inferior	Límite superior			
El deporte es necesario en mi vida	16 a 24 años	17	8,00	1,658	,402	7,15	8,85	4	10
	25 a 34 años	38	9,21	1,212	,197	8,81	9,61	6	10
	36 a 44 años	23	7,96	2,163	,451	7,02	8,89	4	10
	45 a 54 años	22	7,14	2,054	,438	6,23	8,05	4	10
	Más de 55 años	5	9,00	1,000	,447	7,76	10,24	8	10
	Total	105	8,30	1,865	,182	7,93	8,66	4	10
El deporte me permite desconectar del trabajo/estudio	16 a 24 años	17	8,65	1,455	,353	7,90	9,40	4	10
	25 a 34 años	38	9,39	1,054	,171	9,05	9,74	6	10
	36 a 44 años	23	9,13	1,392	,290	8,53	9,73	6	10
	45 a 54 años	22	7,45	2,890	,616	6,17	8,74	0	10
	Más de 55 años	5	9,00	1,414	,632	7,24	10,76	7	10
	Total	105	8,79	1,854	,181	8,43	9,15	0	10
Hago deporte por ocio	16 a 24 años	17	6,76	2,728	,662	5,36	8,17	2	10
	25 a 34 años	38	7,45	1,781	,289	6,86	8,03	2	10
	36 a 44 años	23	7,09	2,087	,435	6,18	7,99	3	10
	45 a 54 años	22	6,14	2,783	,593	4,90	7,37	0	10
	Más de 55 años	5	4,00	4,000	1,789	-,97	8,97	0	10
	Total	105	6,82	2,453	,239	6,34	7,29	0	10
Voy al gimnasio por hacer ejercicio físico	16 a 24 años	17	8,88	,857	,208	8,44	9,32	7	10
	25 a 34 años	38	9,11	1,351	,219	8,66	9,55	5	10
	36 a 44 años	23	9,52	,665	,139	9,23	9,81	8	10
	45 a 54 años	22	7,95	2,340	,499	6,92	8,99	2	10
	Más de 55 años	5	8,60	1,673	,748	6,52	10,68	6	10
	Total	105	8,90	1,538	,150	8,60	9,19	2	10

**Comparaciones múltiples**

Variable dependiente: hago deporte para tener un mejor cuerpo  
DMS

(I) EDAD RECODIFICADA	Diferencia de medias (I-J)	Error estándar	Sig.	Intervalo de confianza al 95%		
				Límite inferior	Límite superior	
16 a 24 años	25 a 34 años	1,015	,566	,076	-,11	2,14
	36 a 44 años	,777	,620	,213	-,45	2,01
	45 a 54 años	2,056*	,626	,001	,81	3,30
	Más de 55 años	4,047*	,986	,000	2,09	6,00
25 a 34 años	16 a 24 años	-1,015	,566	,076	-2,14	,11
	36 a 44 años	-,238	,512	,643	-1,25	,78
	45 a 54 años	1,041*	,519	,048	,01	2,07
	Más de 55 años	3,032*	,922	,001	1,20	4,86
36 a 44 años	16 a 24 años	-,777	,620	,213	-2,01	,45
	25 a 34 años	,238	,512	,643	-,78	1,25
	45 a 54 años	1,279*	,578	,029	,13	2,43
	Más de 55 años	3,270*	,957	,001	1,37	5,17
45 a 54 años	16 a 24 años	-2,056*	,626	,001	-3,30	-,81
	25 a 34 años	-1,041*	,519	,048	-2,07	-,01
	36 a 44 años	-1,279*	,578	,029	-2,43	-,13
	Más de 55 años	1,991*	,960	,041	,09	3,90
Más de 55 años	16 a 24 años	-4,047*	,986	,000	-6,00	-2,09

Comparaciones múltiples

Variable dependiente: hago deporte para tener un mejor cuerpo

DMS

(I) EDAD RECODIFICADA	Diferencia de medias (I-J)	Error estándar	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
25 a 34 años	-3,032 <sup>*</sup>	,922	,001	-4,86	-1,20
36 a 44 años	-3,270 <sup>*</sup>	,957	,001	-5,17	-1,37
45 a 54 años	-1,991 <sup>*</sup>	,960	,041	-3,90	-,09

Descriptivos

Hago deporte para tener un mejor cuerpo

	N	Media	Desviación estándar	Error estándar	95% del intervalo de confianza para la media		Mínimo	Máximo
					Límite inferior	Límite superior		
16 a 24 años	17	8,65	1,367	,331	7,94	9,35	5	10
25 a 34 años	38	7,63	1,762	,286	7,05	8,21	5	10
36 a 44 años	23	7,87	2,181	,455	6,93	8,81	4	10
45 a 54 años	22	6,59	2,108	,449	5,66	7,53	1	10
Más de 55 años	5	4,60	2,881	1,288	1,02	8,18	2	9
Total	105	7,49	2,108	,206	7,08	7,89	1	10

ANEXO 4.4: Test t actitud hacia el deporte/sexo

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
El deporte es necesario en mi vida	Se asumen varianzas iguales	7,079	,009	1,605	103	,111	,582	,363	-,137	1,302
	No se asumen varianzas iguales			1,581	91,779	,117	,582	,368	-,149	1,314
El deporte me permite desconectar del trabajo/estudio	Se asumen varianzas iguales	1,343	,249	-,638	103	,525	-,232	,364	-,955	,490
	No se asumen varianzas iguales			-,652	102,376	,516	-,232	,356	-,940	,475
El deporte me permite conocer gente nueva	Se asumen varianzas iguales	,032	,859	1,707	103	,091	,804	,471	-,130	1,738
	No se asumen varianzas iguales			1,693	96,258	,094	,804	,475	-,139	1,746
Hacer deporte me permite conocer gente con intereses comunes	Se asumen varianzas iguales	,490	,485	,742	103	,460	,372	,501	-,622	1,366
	No se asumen varianzas iguales			,744	101,127	,458	,372	,499	-,619	1,363
Hago deporte para tener un mejor cuerpo	Se asumen varianzas iguales	1,528	,219	,307	103	,760	,127	,415	-,695	,950
	No se asumen varianzas iguales			,312	102,960	,756	,127	,408	-,682	,936
Hago deporte por ocio	Se asumen varianzas iguales	2,886	,092	-,532	103	,596	-,257	,482	-1,213	,700
	No se asumen varianzas iguales			-,541	102,977	,590	-,257	,474	-1,197	,684
El deporte significa tiempo libre para disfrutar	Se asumen varianzas iguales	,044	,834	-,428	103	,670	-,172	,403	-,971	,626
	No se asumen varianzas iguales			-,429	101,311	,669	-,172	,401	-,968	,624
Voy al gimnasio por hacer ejercicio físico	Se asumen varianzas iguales	8,617	,004	-2,346	103	,021	-,692	,295	-1,277	-,107
	No se asumen varianzas iguales			-2,457	89,813	,016	-,692	,282	-1,251	-,132
Me gusta competir haciendo deporte	Se asumen varianzas iguales	8,359	,005	2,364	103	,020	1,573	,666	,254	2,893
	No se asumen varianzas iguales			2,417	102,199	,017	1,573	,651	,282	2,864
El deporte me permite ponerme metas diarias o semanales a conseguir	Se asumen varianzas iguales	3,705	,057	,465	103	,643	,294	,631	-,958	1,546
	No se asumen varianzas iguales			,472	103,000	,638	,294	,622	-,940	1,527

Estadísticas de grupo

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
El deporte es necesario en mi vida	Hombre	57	8,56	1,690	,224
	Mujer	48	7,98	2,026	,292
El deporte me permite desconectar del trabajo/estudio	Hombre	57	8,68	2,054	,272
	Mujer	48	8,92	1,596	,230
El deporte me permite conocer gente nueva	Hombre	57	6,82	2,300	,305
	Mujer	48	6,02	2,522	,364
Hacer deporte me permite conocer gente con intereses comunes	Hombre	57	6,35	2,601	,345
	Mujer	48	5,98	2,505	,362
Hago deporte para tener un mejor cuerpo	Hombre	57	7,54	2,292	,304
	Mujer	48	7,42	1,889	,273
Hago deporte por ocio	Hombre	57	6,70	2,659	,352
	Mujer	48	6,96	2,202	,318
El deporte significa tiempo libre para disfrutar	Hombre	57	7,47	2,097	,278
	Mujer	48	7,65	2,005	,289
Voy al gimnasio por hacer ejercicio físico	Hombre	57	8,58	1,822	,241
	Mujer	48	9,27	1,005	,145
Me gusta competir haciendo deporte	Hombre	57	5,05	3,767	,499
	Mujer	48	3,48	2,895	,418
El deporte me permite ponerme metas diarias o semanales a conseguir	Hombre	57	5,88	3,464	,459
	Mujer	48	5,58	2,909	,420

ANEXO 4.5: Análisis factorial P10

Matriz de correlaciones

	Amabilidad del personal de recepción	Amabilidad de los monitores	El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	Limpieza adecuada de vestuarios	Amplitud de vestuarios	Temperatura adecuada gimnasio	Suficientes máquinas de fuerza	Suficiente material peso libre	Amplia oferta de actividades	Las actividades son amenas	Horario adecuado gimnasio	Horario adecuado clases dirigidas	Facilidad de adaptación a las actividades grupales	Información adecuada sobre las clases	Satisfacción general con el centro
Correlación Amabilidad del personal de recepción	1,000	,735	,381	,306	,263	,435	,232	,257	,216	,196	,186	,208	,240	,224	,384

Matriz de correlaciones

	Amabilidad del personal de recepción	Amabilidad de los monitores	El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	Limpieza adecuada de vestuarios	Amplitud vestuarios	Temperatura adecuada gimnasio	Suficientes máquinas de fuerza	Suficiente material peso libre	Amplia oferta de actividades	Las actividades son amenas	Horario adecuado gimnasio	Horario adecuado clases dirigidas	Facilidad de adaptación a las actividades grupales	Información adecuada sobre las clases	Satisfacción general con el centro
Amabilidad de los monitores	,735	1,000	,580	,435	,431	,535	,207	,206	,268	,199	,368	,167	,289	,299	,413
El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	,381	,580	1,000	,669	,612	,642	,287	,355	,204	,277	,301	,108	,308	,350	,503
Limpieza adecuada de vestuarios	,306	,435	,669	1,000	,861	,769	,259	,242	,097	,253	,217	,052	,250	,232	,422
Amplitud vestuarios	,263	,431	,612	,861	1,000	,749	,207	,172	,160	,232	,333	,145	,283	,161	,417
Temperatura adecuada gimnasio	,435	,535	,642	,769	,749	1,000	,172	,193	,131	,211	,300	,026	,304	,139	,350
Suficientes máquinas de fuerza	,232	,207	,287	,259	,207	,172	1,000	,798	,234	,262	,117	,196	,272	,350	,413
Suficiente material peso libre	,257	,206	,355	,242	,172	,193	,798	1,000	,182	,339	-,006	,113	,282	,313	,330
Amplia oferta de actividades	,216	,268	,204	,097	,160	,131	,234	,182	1,000	,361	,495	,355	,401	,499	,422
Las actividades son amenas	,196	,199	,277	,253	,232	,211	,262	,339	,361	1,000	,301	,401	,480	,528	,218
Horario adecuado gimnasio	,186	,368	,301	,217	,333	,300	,117	-,006	,495	,301	1,000	,530	,401	,400	,456
Horario adecuado clases dirigidas	,208	,167	,108	,052	,145	,026	,196	,113	,355	,401	,530	1,000	,588	,598	,403
Facilidad de adaptación a las actividades grupales	,240	,289	,308	,250	,283	,304	,272	,282	,401	,480	,401	,588	1,000	,730	,417
Información adecuada sobre las clases	,224	,299	,350	,232	,161	,139	,350	,313	,499	,528	,400	,598	,730	1,000	,515
Satisfacción general con el centro	,384	,413	,503	,422	,417	,350	,413	,330	,422	,218	,456	,403	,417	,515	1,000

Matriz de correlaciones

	Amabilidad del personal de recepción	Amabilidad de los monitores	El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	Limpieza adecuada de vestuarios	Amplitud vestuarios	Temperatura adecuada gimnasio	Suficientes máquinas de fuerza	Suficiente material peso libre	Amplia oferta de actividades	Las actividades son amenas	Horario adecuado gimnasio	Horario adecuado clases dirigidas	Facilidad de adaptación a las actividades grupales	Información adecuada sobre las clases	Satisfacción general con el centro
Sig. (unilateral)															
Amabilidad del personal de recepción		,000	,000	,001	,003	,000	,009	,004	,013	,022	,029	,017	,007	,011	,000
Amabilidad de los monitores	,000		,000	,000	,000	,000	,017	,018	,003	,021	,000	,045	,001	,001	,000
El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	,000	,000		,000	,000	,000	,002	,000	,018	,002	,001	,137	,001	,000	,000
Limpieza adecuada de vestuarios	,001	,000	,000		,000	,000	,004	,006	,164	,005	,013	,301	,005	,009	,000
Amplitud vestuarios	,003	,000	,000	,000		,000	,017	,039	,051	,009	,000	,070	,002	,051	,000
Temperatura adecuada gimnasio	,000	,000	,000	,000	,000		,039	,024	,091	,015	,001	,396	,001	,079	,000
Suficientes máquinas de fuerza	,009	,017	,002	,004	,017	,039		,000	,008	,004	,118	,023	,002	,000	,000
Suficiente material peso libre	,004	,018	,000	,006	,039	,024	,000		,032	,000	,476	,126	,002	,001	,000
Amplia oferta de actividades	,013	,003	,018	,164	,051	,091	,008	,032		,000	,000	,000	,000	,000	,000
Las actividades son amenas	,022	,021	,002	,005	,009	,015	,004	,000	,000		,001	,000	,000	,000	,013
Horario adecuado gimnasio	,029	,000	,001	,013	,000	,001	,118	,476	,000	,001		,000	,000	,000	,000
Horario adecuado clases dirigidas	,017	,045	,137	,301	,070	,396	,023	,126	,000	,000	,000		,000	,000	,000
Facilidad de adaptación a las actividades grupales	,007	,001	,001	,005	,002	,001	,002	,002	,000	,000	,000	,000		,000	,000
Información adecuada sobre las clases	,011	,001	,000	,009	,051	,079	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000		,000

Matriz de correlaciones

	Amabilidad del personal de recepción	Amabilidad de los monitores	El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	Limpieza adecuada de vestuarios	Amplitud vestuarios	Temperatura adecuada gimnasio	Suficientes máquinas de fuerza	Suficiente material peso libre	Amplia oferta de actividades	Las actividades son amenas	Horario adecuado gimnasio	Horario adecuado clases dirigidas	Facilidad de adaptación a las actividades grupales	Información adecuada sobre las clases	Satisfacción general con el centro
Satisfacción general con el centro	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,013	,000	,000	,000	,000	

Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo	,779
Prueba de esfericidad de Aprox. Chi-cuadrado	968,830
Bartlett gl	105
Sig.	,000

Matrices anti-imagen

	Amabilidad del personal de recepción	Amabilidad de los monitores	El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	Limpieza adecuada de vestuarios	Amplitud vestuarios	Temperatura adecuada gimnasio	Suficientes máquinas de fuerza	Suficiente material peso libre	Amplia oferta de actividades	Las actividades son amenas	Horario adecuado gimnasio	Horario adecuado clases dirigidas	Facilidad de adaptación a las actividades grupales	Información adecuada sobre las clases	Satisfacción general con el centro
Covarianza anti-imagen															
Amabilidad del personal de recepción	,363	-,227	,052	-,011	,051	-,075	,006	-,025	-,034	-,038	,103	-,098	,013	,043	-,083
Amabilidad de los monitores	-,227	,305	-,100	,018	-,030	-,005	-,007	,017	,002	,037	-,093	,061	,000	-,040	,037
El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	,052	-,100	,362	-,039	-,012	-,058	,054	-,079	,031	-,012	-,015	,033	,033	-,051	-,082
Limpieza adecuada de vestuarios	-,011	,018	-,039	,170	-,122	-,069	-,018	,012	,052	-,027	,036	,037	,046	-,063	-,022
Amplitud vestuarios	,051	-,030	-,012	-,122	,191	-,040	-,007	,011	-,041	-,009	-,017	-,060	-,037	,075	-,024
Temperatura adecuada gimnasio	-,075	-,005	-,058	-,069	-,040	,268	,011	-,002	,005	,002	-,068	,067	-,093	,052	,031
Suficientes máquinas de fuerza	,006	-,007	,054	-,018	-,007	,011	,315	-,231	-,010	,048	-,031	-,015	,027	-,028	-,053
Suficiente material peso libre	-,025	,017	-,079	,012	,011	-,002	-,231	,290	-,005	-,097	,073	,023	-,039	,020	-,005
Amplia oferta de actividades	-,034	,002	,031	,052	-,041	,005	-,010	-,005	,587	-,080	-,156	,078	,002	-,094	-,076
Las actividades son amenas	-,038	,037	-,012	-,027	-,009	,002	,048	-,097	-,080	,586	-,052	-,056	-,025	-,088	,129
Horario adecuado gimnasio	,103	-,093	-,015	,036	-,017	-,068	-,031	,073	-,156	-,052	,448	-,162	,013	,024	-,086
Horario adecuado clases dirigidas	-,098	,061	,033	,037	-,060	,067	-,015	,023	,078	-,056	-,162	,403	-,092	-,081	-,038
Facilidad de adaptación a las actividades grupales	,013	,000	,033	,046	-,037	-,093	,027	-,039	,002	-,025	,013	-,092	,353	-,160	,008
Información adecuada sobre las clases	,043	-,040	-,051	-,063	,075	,052	-,028	,020	-,094	-,088	,024	-,081	-,160	,265	-,068
Satisfacción general con el centro	-,083	,037	-,082	-,022	-,024	,031	-,053	-,005	-,076	,129	-,086	-,038	,008	-,068	,451
Correlación anti-imagen															
Amabilidad del personal de recepción	,665*	-,681	,143	-,045	,195	-,240	,018	-,078	-,074	-,082	,256	-,255	,037	,137	-,204
Amabilidad de los monitores	-,681	,759*	-,302	,079	-,124	-,017	-,024	,056	,006	,088	-,251	,173	,001	-,142	,099
El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	,143	-,302	,882*	-,156	-,046	-,187	,162	-,245	,068	-,025	-,038	,086	,093	-,165	-,202
Limpieza adecuada de vestuarios	-,045	,079	-,156	,765*	-,677	-,322	-,079	,053	,166	-,084	,131	,141	,186	-,296	-,078
Amplitud vestuarios	,195	-,124	-,046	-,677	,768*	-,178	-,029	,045	-,123	-,027	-,058	-,216	-,142	,334	-,083
Temperatura adecuada gimnasio	-,240	-,017	-,187	-,322	-,178	,848*	,037	-,006	,013	,005	-,197	,205	-,302	,196	,089
Suficientes máquinas de fuerza	,018	-,024	,162	-,079	-,029	,037	,688*	-,765	-,022	,111	-,083	-,041	,081	-,097	-,141
Suficiente material peso libre	-,078	,056	-,245	,053	,045	-,006	-,765	,649*	-,013	-,234	,202	,066	-,122	,073	-,015
Amplia oferta de actividades	-,074	,006	,068	,166	-,123	,013	-,022	-,013	,838*	-,137	-,304	,160	,005	-,238	-,149

Matrices anti-imagen

	Amabilidad del personal de recepción	Amabilidad de los monitores	El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	Limpieza adecuada de vestuarios	Amplitud vestuarios	Temperatura adecuada gimnasio	Suficientes máquinas de fuerza	Suficiente material peso libre	Amplia oferta de actividades	Las actividades son amenas	Horario adecuado gimnasio	Horario adecuado clases dirigidas	Facilidad de adaptación a las actividades grupales	Información adecuada sobre las clases	Satisfacción general con el centro
Las actividades son amenas	-.082	,088	-.025	-.084	-.027	,005	,111	-.234	-.137	,853*	-.101	-.115	-.055	-.224	,250
Horario adecuado gimnasio	,256	-.251	-.038	,131	-.058	-.197	-.083	,202	-.304	-.101	,759*	-.382	,033	,069	-.192
Horario adecuado clases dirigidas	-.255	,173	,086	,141	-.216	,205	-.041	,066	,160	-.115	-.382	,750*	-.245	-.249	-.090
Facilidad de adaptación a las actividades grupales	,037	,001	,093	,186	-.142	-.302	,081	-.122	,005	-.055	,033	-.245	,812*	-.525	,021
Información adecuada sobre las clases	,137	-.142	-.165	-.296	,334	,196	-.097	,073	-.238	-.224	,069	-.249	-.525	,751*	-.196
Satisfacción general con el centro	-.204	,099	-.202	-.078	-.083	,089	-.141	-.015	-.149	,250	-.192	-.090	,021	-.196	,887*

a. Medidas de adecuación de muestreo (MSA)

Comunalidades

	Inicial	Extracción
Amabilidad del personal de recepción	1,000	,831
Amabilidad de los monitores	1,000	,846
El monitor siempre está predispuesto a ayudarme	1,000	,689
Limpieza adecuada de vestuarios	1,000	,888
Amplitud vestuarios	1,000	,861
Temperatura adecuada gimnasio	1,000	,808
Suficientes máquinas de fuerza	1,000	,821
Suficiente material peso libre	1,000	,894
Amplia oferta de actividades	1,000	,490
Las actividades son amenas	1,000	,480
Horario adecuado gimnasio	1,000	,629
Horario adecuado clases dirigidas	1,000	,677
Facilidad de adaptación a las actividades grupales	1,000	,662
Información adecuada sobre las clases	1,000	,748
Satisfacción general con el centro	1,000	,545

Método de extracción: análisis de componentes principales.

Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de extracción de cargas al cuadrado			Sumas de rotación de cargas al cuadrado		
	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza	% acumulado
1	5,791	38,606	38,606	5,791	38,606	38,606	3,600	24,002	24,002
2	2,377	15,846	54,452	2,377	15,846	54,452	3,364	22,424	46,427
3	1,573	10,488	64,940	1,573	10,488	64,940	2,015	13,432	59,859
4	1,129	7,524	72,464	1,129	7,524	72,464	1,891	12,606	72,464
5	,841	5,606	78,070						
6	,687	4,583	82,653						
7	,563	3,754	86,407						
8	,455	3,033	89,441						
9	,422	2,811	92,251						
10	,298	1,985	94,236						
11	,267	1,777	96,013						
12	,206	1,372	97,385						
13	,154	1,030	98,414						
14	,145	,969	99,383						
15	,093	,617	100,000						

Método de extracción: análisis de componentes principales.

**Matriz de componente rotado<sup>a</sup>**

	Componente			
	1	2	3	4
Horario adecuado clases dirigidas	,819			
Información adecuada sobre las clases	,813			
Facilidad de adaptación a las actividades grupales	,767			
Horario adecuado gimnasio	,688			
Amplia oferta de actividades	,656			
Las actividades son amenas	,595			
Satisfacción general con el centro	,500			
Limpieza adecuada de vestuarios		,924		
Amplitud vestuarios		,912		
Temperatura adecuada gimnasio		,849		
El monitor siempre está predispuesto a ayudarme		,709		
Suficiente material peso libre			,923	
Suficientes máquinas de fuerza			,870	
Amabilidad del personal de recepción				,873
Amabilidad de los monitores				,816

Método de extracción: análisis de componentes principales.  
 Método de rotación: Varimax con normalización Kaiser.<sup>a</sup>  
 a. La rotación ha convergido en 5 iteraciones.

**ANEXO 4.6: Test t factores P10/sexo**

**Prueba de muestras independientes**

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Servicios y actividades	Se asumen varianzas iguales	2,936	,090	,551	103	,583	,12375	,22440	-,32129	,56879
	No se asumen varianzas iguales			,545	94,517	,587	,12375	,22689	-,32672	,57421
Instalaciones y ambiente	Se asumen varianzas iguales	2,078	,152	1,623	103	,108	,70203	,43244	-,15561	1,55967
	No se asumen varianzas iguales			1,610	96,233	,111	,70203	,43592	-,16323	1,56729
Material	Se asumen varianzas iguales	,193	,662	-2,788	103	,006	-1,26809	,45485	-2,17017	-,36601
	No se asumen varianzas iguales			-2,804	101,867	,006	-1,26809	,45217	-2,16499	-,37120
Personal	Se asumen varianzas iguales	1,748	,189	-1,150	103	,253	-,26974	,23452	-,73486	,19539
	No se asumen varianzas iguales			-1,179	101,514	,241	-,26974	,22874	-,72347	,18400

**Estadísticas de grupo**

	Sexo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Servicios y actividades	Hombre	57	8,2607	1,07588	,14250
	Mujer	48	8,1369	1,22322	,17656
Instalaciones y ambiente	Hombre	57	7,5614	2,11145	,27967
	Mujer	48	6,8594	2,31663	,33438
Material	Hombre	57	6,2632	2,39252	,31690
	Mujer	48	7,5313	2,23466	,32254
Personal	Hombre	57	8,6053	1,34210	,17776
	Mujer	48	8,8750	,99734	,14395

**ANEXO 4.7: ANOVA factores P10/edad**

		<b>ANOVA</b>				
		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Servicios y actividades	Entre grupos	4,760	5	,952	,721	,609
	Dentro de grupos	130,785	99	1,321		
	Total	135,545	104			
Instalaciones y ambiente	Entre grupos	20,943	5	4,189	,840	,525
	Dentro de grupos	493,797	99	4,988		
	Total	514,740	104			
Material	Entre grupos	44,977	5	8,995	1,613	,164
	Dentro de grupos	552,180	99	5,578		
	Total	597,157	104			
Personal	Entre grupos	7,260	5	1,452	1,011	,416
	Dentro de grupos	142,254	99	1,437		
	Total	149,514	104			