

II Encontro de Jovens Investigadores do Instituto Politécnico de Bragança

# Participação e Sazonalidade em Ginásios

Vilela, A.; Alves, M.; Cordeiro, S. & Vasques, C.  
Escola Superior de Educação – IPB

## Introdução

Existem vários fatores que motivam a população a frequentar os ginásios, são exemplos disso: (1) o fator social; (2) estético; (3) a saúde; (4) o lazer, bem como, a procura por um estilo de vida saudável.

## Objetivos

- Saber qual a retenção e a sazonalidade em ginásios;
- Perceber quais os motivos que levam a população a procurar este tipo de produto.

## Metodologia

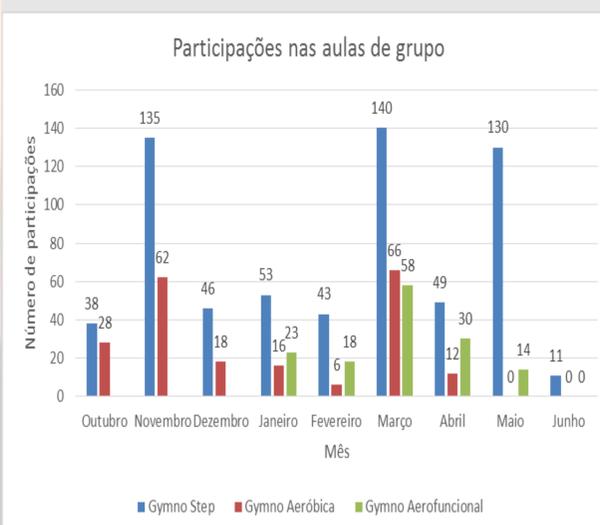
- Amostra:
  - 140 sujeitos
  - planos de aula
- A recolha de dados: 8 meses.

## Resultado 1



Através da análise das fichas de inscrição, os meses com maior volume de inscrições no ginásio foram os meses de outubro, novembro e março onde se obtiveram quarenta e oito, vinte e nove e trinta e três inscritos, respetivamente.

## Resultado 2



De acordo com os resultados pode verificar-se que o mês de março foi o mês com maior número de participantes nas aulas de grupo, onde o Gymno Step foi a atividade com maior número de participantes (140 participações). Na Gymno Aeróbica verificaram-se apenas sessenta e seis participações e no Gymno Aerofuncional cinquenta e oito.

## Conclusões

Pode concluir-se por isso, que os meses de novembro e março foram os meses com mais participantes nas aulas de grupo e a modalidade com maior assiduidade foi o Gymno Step, uma vez que, de acordo com a opinião dos participantes é uma modalidade divertida e intensa. Concluiu-se também que a prática das atividades de academia em pequenos ginásios, como é o caso do Gymnaescola, centra-se principalmente na procura da diversão em conjunto com o exercício físico, pois nestes ginásios as pessoas procuram uma forma de se abstrair dos problemas do dia-a-dia praticando exercício físico.