



MAESTRÍA DE DISEÑO INTERIOR

Tesis previa a la obtención del título
Magister en Diseño de Interiores

AUTORA: Rosa Gabriela Sanmartín Arias
TUTORES: Fernando José Larrea Cárdenas
María Lorena Palíz Puente

UMBRAL DE ACTIVACIÓN:
DISEÑO INTERIOR DEL PRE-ENTRENO EN HAMMERGYM

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, **Rosa Gabriela Sanmartín Arias** declaro bajo juramento, que el trabajo aquí descrito es de mi autoría; que no ha sido presentado anteriormente para detallada. Cedo mis derechos de propiedad intelectual a la Universidad Internacional para que sea publicado y divulgado en internet, según lo establecido en la Ley de Propiedad Intelectual, reglamento y leyes.

Rosa Gabriela Sanmartín Arias
Autora

Yo, **Fernando José Larrea Cárdenas** certifico que conozco a la autora del presente trabajo, siendo la responsable exclusivo tanto de su originalidad y autenticidad como de su contenido.

Fernando José Larrea Cárdenas
Director de Tesis

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

Agradezco y dedico esta tesis a mi principal motor; mi madre. Mi fuente de inspiración, la persona que me impulsó y motivó con su presencia, palabras y exigencias para seguir este camino y alcanzar esta meta.

A mis hermanos, gracias por su respaldo y apoyo en todo este proceso.

Finalmente deseo expresar mi más sincero agradecimiento a mis docentes de la maestría, quienes con su conocimiento contribuyeron en mi formación académica, profesional y personal.

CONTEXTO

01

[12 - 18]

- 1.1 Antecedentes
- 1.2 Problemática y solución
- 1.3 Análisis de marca

PLANTEAMIENTO

02

[23 - 28]

- 2.1 Propuesta
- 2.2 Razón
- 2.3 Target
- 2.4 Ubicación y sector
 - 2.4.1 Servicios y entorno
 - 2.4.2 Análisis de iluminación
- 2.5 Análisis de referentes

PROYECTO

03

[32 - 41]

- 3.1 Metas de diseño
- 3.2 Concepto
- 3.3 Sub-concepto
- 3.4 Programación
- 3.5 Zonificación
- 3.6 Moodboard
- 3.7 Materialboard

PLANOS Y RENDERS

04

[44 - 97]

- 4.1 Plantas
- 4.3 Cortes
- 4.5 Elevaciones
- 4.7 Revestimientos verticales
- 4.8 Planos
- 4.10 Styling
- 4.11 Render

MOBILIARIO

05

[100 - 103]

- 5.1 Diseño piezas de Mobiliario

EPÍLOGO

06

[106 - 110]

- 6.1 Conclusiones
- 6.2 Índice de Ilustraciones
- 6.3 Bibliografía

Resumen

El presente proyecto de tesis desarrolla una propuesta de diseño interior para el área de ingreso y pre-entreno de HAMMERGYM, un gimnasio de barrio ubicado al sur de Quito que ha evolucionado progresivamente hasta consolidarse como una infraestructura deportiva de gran escala. La intervención se sitúa en un local comercial que se une al segundo piso de un departamento que fue usado para residencia. El ingreso está ubicado en la fachada frontal, espacio donde se originó el gimnasio y que actualmente busca reintegrarse como acceso principal y área previa al entrenamiento.

El diseño plantea reorganizar y articular espacios fundamentales como recepción, sala de espera y socialización, bar saludable, vestidores, lockers y servicios, entendidos como un umbral de transición física y emocional. A través del enfoque conceptual de la antropomorfía, se interpreta el espacio como un sistema orgánico inspirado en el funcionamiento del cuerpo humano, donde las conexiones entre áreas responden a circuitos corporales, emocionales y rituales previos al ejercicio. La propuesta busca generar una narrativa espacial coherente que fortalezca la identidad de marca, optimice el flujo funcional y mejore la experiencia del usuario en su proceso de preparación antes del entrenamiento.

Abstract

This thesis project proposes an interior design intervention for the entrance and pre-training area of HAMMERGYM, a neighborhood gym located in the south of Quito that has progressively expanded into a large-scale sports facility. The design focuses on a 150 m² commercial space located on the main façade, where the gym originally began, now intended to be reintegrated as the principal entrance and transition zone.

The proposal aims to reorganize and connect key pre-training spaces such as reception, social waiting lounge, healthy nutrition bar, lockers, changing rooms, and service areas. These spaces are conceived as a threshold that prepares users physically, mentally, and emotionally before exercise. Through the concept of anthropomorphism, the project interprets interior architecture as an organic system inspired by the human body, where spatial connections reflect corporeal and emotional circuits. The intervention seeks to establish a coherent spatial narrative, enhance functional flow, strengthen brand identity, and improve the overall user experience from the moment of entry.

01

CONTEXTO

1.1 Antecedentes

1.1.1 Los gimnasios

Actualmente los gimnasios han evolucionado hacia una mirada más integral, donde intervienen áreas de: salud y bienestar, práctica de ocio y espacio de socialización e interacción. Según Sassatelli (2010), los gimnasios funcionan como escenarios culturales donde se trabaja al cuerpo y donde se crean hábitos de vida. En este marco, la experiencia del usuario inicia antes del ejercicio, especialmente en los espacios de ingreso, que actúan como un umbral de transición entre lo cotidiano y el ambiente de entrenamiento.

El concepto de umbral, entendido como un espacio liminal que marca el paso entre dos estados, según Zumthor lo analiza (2006), quien señala que los espacios de transición preparan emocional y perceptivamente al usuario. En los gimnasios, este umbral incluye áreas como recibidor, recepción, sala de espera, área de bar, área de comedor, lockers, baños, vestidores y áreas para la venta de accesorios, donde el usuario realiza microrituales previos al entrenamiento. Las actividades de: dejar objetos personales, cambiarse de ropa, hidratarse o socializar brevemente; construyen la disposición emocional y corporal para la actividad física (Crossley, 2004).

Desde el diseño interior, la configuración corpórea se relaciona con cómo el cuerpo percibe y se mueve dentro del espacio. Pallasmaa (2012) destaca que la arquitectura influye en la experiencia sensorial y emocional del individuo, mientras que Lawson (2010) resalta la importancia de la ergonomía y el flujo espacial. A estos enfoques se suman conceptos contemporáneos como la antropomorfía y la antropoterapia, entendidos como guías para diseñar espacios centrados en el bienestar humano y en la preparación mental del deportista. Estas perspectivas complementan la visión de que el diseño previo al entrenamiento debe ser funcional y emocionalmente significativo.

El "culto al cuerpo", ampliamente discutido en estudios socioculturales, influye en la manera en que las personas perciben el espacio fitness. Featherstone (2010) afirma que el cuerpo es un proyecto personal en constante perfeccionamiento, lo que implica que los gimnasios deben comunicar identidad, estética y motivación desde que dan su primer paso en la entrada de estos establecimientos.

1.1.2 Gimnasio de barrio

Estos centros deportivos se diferencian principalmente de las grandes cadenas comerciales, por la gestión familiar o independiente y por contar con una afluencia limitada. Estos espacios generalmente no están ubicados en puntos estratégicos, sino que se sitúan en áreas donde comparte con otros comercios que se dedican a la vida familiar, como: tiendas de abarrotes, farmacias y ferreterías.

Según Cacheiro, (2020) en el artículo "Gimnasio en tu comunidad de vecinos", asegura que contar con esos equipamientos en el barrio mejora significativamente la calidad de vida para familia, amigos y vecinos. Estos espacios se convierten en un punto de encuentro seguro, dentro de un entorno conocido y saludable a pocos pasos de sus residencias. Motivando a los que habitan alrededor asistir a estos espacios.



Ilustración 1. Hamnergym y sus inicios 2017 en un local comercial de 100m2 (Fotografía de autoría propia)

1.1.3 Inicios y adaptación HammerGym

El origen de HAMMERGYM se vincula directamente con los procesos migratorios que marcaron al Ecuador durante la década de 1990. La ola migratoria de este período representó un punto de quiebre social y económico para numerosas familias. Cardoso y Givens (2021) señalan que aproximadamente el 65% de los ecuatorianos que emigraron en esa época se dirigieron hacia los Estados Unidos, contexto en el cual el propietario del establecimiento se integró a dichas dinámicas migratorias.

Durante su ausencia, los familiares que permanecieron en el país asumieron un rol activo en la administración e intervención de sus bienes, destinando esfuerzos e inversiones a proyectos inmobiliario con el objetivo de garantizar estabilidad económica. Esta decisión estuvo motivada por la búsqueda de mejores condiciones de vida y por la intención del propietario de retornar posteriormente al Ecuador con mayores posibilidades financieras.

Como resultado del proceso, una parte del terreno familiar, inicialmente cedido y posteriormente adquirido por el propietario, permitió transformar los ingresos obtenidos en activos. Este crecimiento del espacio físico se convirtió en el soporte sobre el cual se desarrollarían nuevas iniciativas.



Ilustración 2. Terreno de cultivos (Fotografía de autoría propia)



Ilustración 3. Intervención cimientos en terreno para cancha deportiva (Fotografía de autoría propia)



Ilustración 4. Partido de ecuavoley + evento familiar en la cancha deportiva (Fotografía de autoría propia)



Ilustración 5. Intervención cimientos en cancha para plataforma del gimnasio (Fotografía de autoría propia)

De acuerdo con Arias (comunicación personal, 2026), hacia finales de 2013 surgió la idea de destinar un galpón ubicado en la parte posterior del terreno (que durante años funcionó como área agrícola), para la creación de un espacio deportivo orientado al ecuavóley. En 2014 se inauguraron las “Canchas de ecuavóley Don Pato”, administradas por la familia, ofreciendo el alquiler de la cancha junto con áreas complementarias para el público y un bar activo con oferta gastronómica tradicional. Sin embargo, esta iniciativa fue posteriormente cerrada, y el espacio pasó a ser utilizado como garaje debido a nuevas necesidades funcionales.

Posteriormente, con el retorno del propietario al Ecuador, se inició un proceso de reinserción personal, social y territorial. Según Sanmartín (comunicación personal, 2026), durante esta etapa emergió la idea de crear un gimnasio como un espacio inicial dirigido a familiares y amigos, retomando una actividad que el propietario practicaba con frecuencia durante su estancia en Estados Unidos. HAMMERGYM se inauguró en los locales comerciales de sus padres, utilizando maquinaria adquirida en remates provenientes de otros gimnasios, lo cual marcó el carácter empírico y progresivo de sus primeras etapas.

Desde sus inicios, el gimnasio se consolidó no solo como un espacio de entrenamiento, sino también como un punto de encuentro comunitario. El vínculo cercano del propietario con los usuarios, sumado a la incorporación de un bar saludable y rutinas guiadas de manera informal, fortaleció la identidad del lugar. Con el aumento sostenido de la demanda, surgió la necesidad de ampliar los servicios, incorporando nuevas actividades como bailoterapia, impulsada por intereses familiares. Estos nuevos espacios se incorporan cruzando el callejón en los locales comerciales del área residencial del propietario. Es decir, el cliente debe abandonar el espacio para cruzar a la nueva etapa. Se piensa en buscar soluciones para evitar este malestar.

Este crecimiento constante evidenció rápidamente la insuficiencia del espacio original. En consecuencia, se tomó la decisión de intervenir el antiguo galpón destinado anteriormente al ecuavóley, a pesar de su ubicación retirada de la calle principal y del acceso a través de un callejón lateral. A partir de esta intervención inicial, HAMMERGYM inició un proceso de expansión progresiva, consolidándose como un gimnasio de barrio que, mediante estrategias flexibles y adaptativas, ha evolucionado hasta convertirse en un complejo deportivo de mayor escala.



Ilustración 6. Primeros clientes en HammerGym en local comercial uno. (Fotografía de autoría propia)



Ilustración 7. Área de bailoterapia en la etapa dos ubicada en el local comercial de la residencia del propietario (Fotografía de autoría propia)



Ilustración 8. Adaptación de hammergym en la nueva plataforma. (Fotografía de autoría propia)



Ilustración 9. Adaptación de un bar activo con opciones nutritivas (Fotografía de autoría propia)

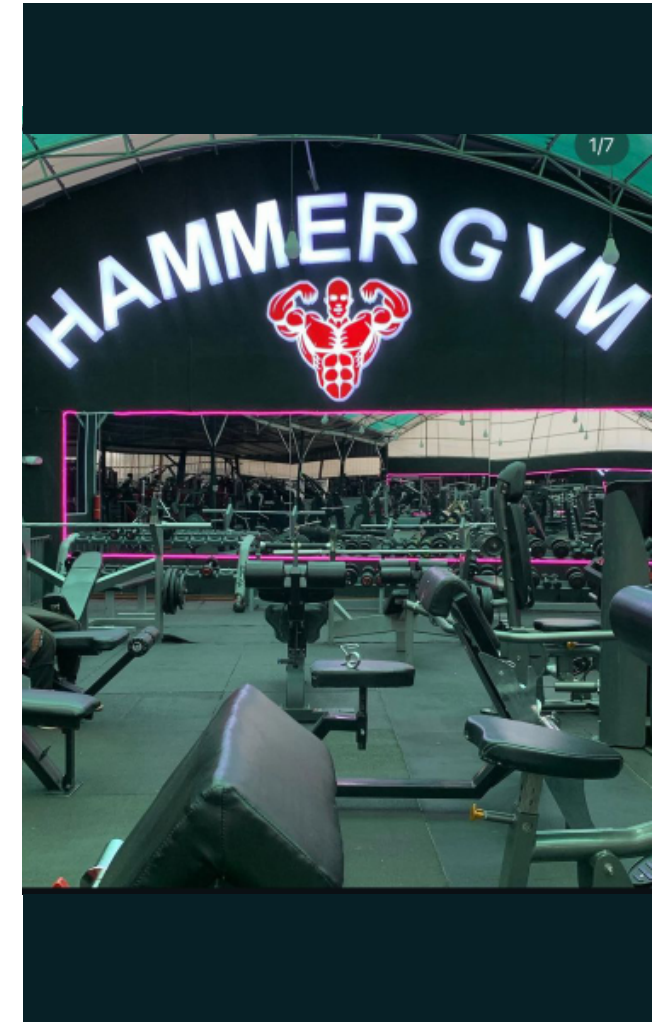


Ilustración 10. Etapa de crecimiento en HammerGym pisos superiores (Fotografía de autoría propia)

1.2 Problemática y Solución

HAMMERGYM es un “gimnasio de barrio” que ha ido creciendo y expandiendo su servicio con nuevas áreas destinadas al trabajo del cuerpo: musculación, peso libre, cardio, estiramiento y cardio. Adaptándose a la necesidad de los clientes. Progresivamente la creación de estas nuevas áreas ha llevado a crear otros espacios que se han sumado a “áreas previas al entrenamiento”, cumpliendo un rol importante como ritual “pre-entreno” al uso de las instalaciones. Estos espacios se han ido creando y transformando por medio del “parasitismo arquitectónico”, como estrategia flexible de diseño. Es por esta razón, que estas áreas no se articulan adecuadamente. Se sabe que son áreas de transición por instinto. La falta de una narrativa espacial coherente,

una atmósfera estimulante y un flujo funcional afecta la motivación y percepción del usuario dificultando su goce total.

Se propone el diseño interior integral “pre-entreno”, concebido como un umbral experiencial y transitorio. La intervención incorpora: Secuencias espaciales claras, materialidad e iluminación orientadas a activar al usuario, enfoques de configuración corpórea y percepción sensorial, conceptos de antropomorfía y antroterapia para priorizar el bienestar emocional, refuerzo de la identidad visual y de marca. Con ello, el ingreso se convierte en un espacio funcional, simbólico y motivador que mejora la experiencia del usuario y fortalece la identidad de HAMMERGYM.

HAMMERGYM es un gimnasio ubicado en el sur de Quito. Su ingreso principal se da por el callejón OE8-A, implantado en un espacio propio dentro de un entorno familiar, lo que ha favorecido la construcción de una comunidad estable y cercana. Los clientes se sienten atraídos por la flexibilidad de pagos: mensualidad, diarios y promociones accesibles, conjuntamente a una oferta sólida de equipamiento.

El gimnasio combina máquinas de alto rendimiento de la vieja escuela con equipos contemporáneos de diseño ergonómico, además de funcionar como un espacio experimental en la creación y adaptación de maquinaria. Su identidad se apoya en comunidad, constancia y valores de esfuerzo.

Los colores usados en su marca son: Rojo, blanco y negro. Estos colores refuerza su personalidad forjada desde el crecimiento progresivo y el uso intensivo del espacio.



ROJO #ba2127	BLANCO #ffffff	NEGRO #000000

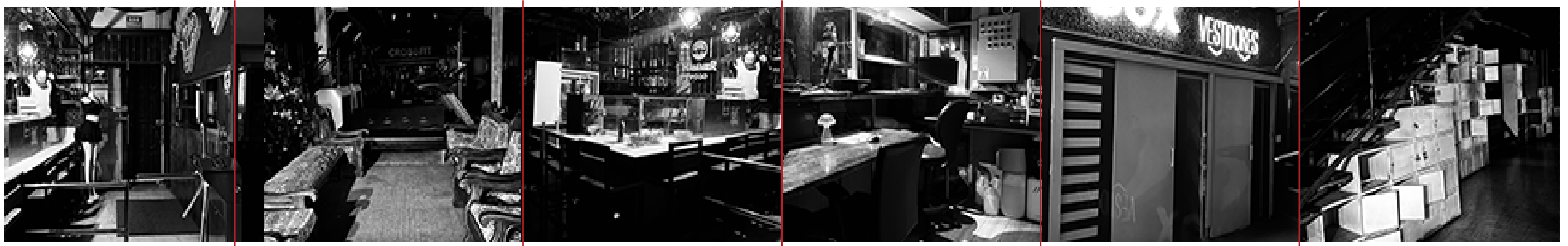


Ilustración 11. Diversos espacios “Pre-entreno” de Hammergym (Fotografía de autoría propia)

02'

PLANTEAMIENTO

HAMMERGYM, nacido como un gimnasio de barrio en un local comercial de 100 m² inicialmente, expandiéndose al lote de alado ded 100 m² más ubicado en la fachada frontal de dos bloque de departamentos, ha experimentado un crecimiento orgánico que hoy supera los 3000 m². Este desarrollo progresivo ha ocurrido mediante un proceso de parasitismo arquitectónico: la incorporación espontánea, flexible y muchas veces reactiva de nuevos espacios según las necesidades del usuario. Esta estrategia permitió ampliar servicios de:

Musculación | Peso libre | Cardio | Estiramiento | Box, crossfit y bailoterapia

También generó áreas “previas al entrenamiento” sin una narrativa espacial coherente, dificultando la claridad del recorrido, la experiencia emocional y la motivación del usuario.

2.1 Propuesta

Actualmente, el ingreso principal se realiza por una fachada lateral mediante un callejón, mientras que el acceso actual está ubicado al frente, quedando relegado, transformándose hoy en un estacionamiento de motos. Sin embargo, este espacio tiene un profundo valor simbólico: es el punto donde nació HAMMERGYM y donde se gestó su comunidad. La propuesta busca recuperar ese acceso original como portal de bienvenida, resignificándolo para ofrecer una experiencia integral previa al entrenamiento y consolidar la identidad espacial de la marca.

Para ello se reactivará uno de los locales iniciales de 150 m², destinándolo a un sistema articulado de servicios previos al entrenamiento: recepción, sala de espera y socialización, lockers, vestidores, baños, bar saludable, área de bienestar y salud, y espacios destinados a la interacción y al ocio. Este nuevo umbral funcionará como preámbulo sensorial, funcional y emocional que prepare al cuerpo y a la mente para la actividad física, ayudando a unificar la narrativa espacial.

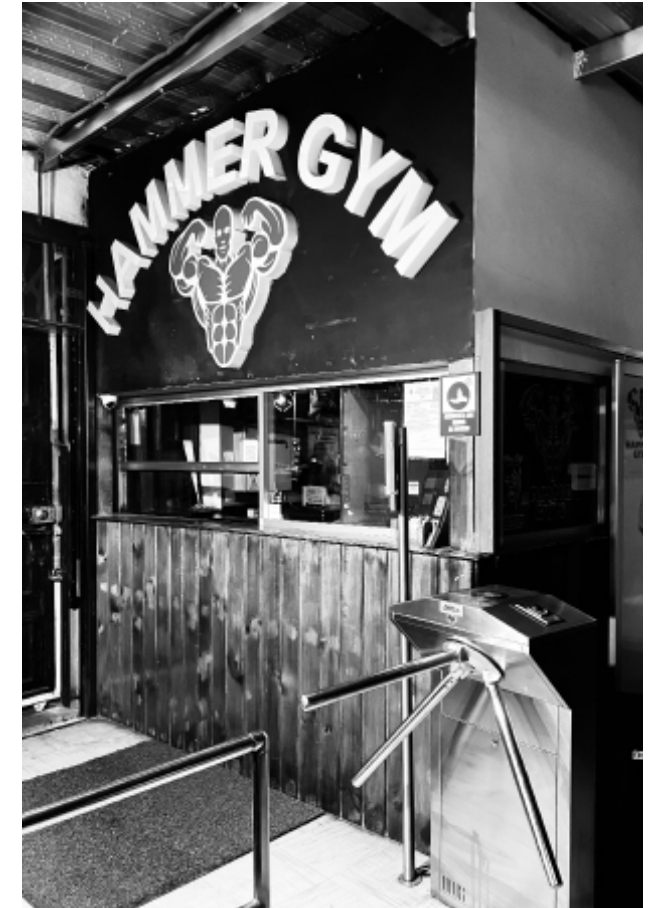


Ilustración 12. Recepción HAMMERGYM.
(Fotografía de autoría propia)

2.2 Público Objetivo

Vecinos y la comunidad local

Quienes han crecido junto al gimnasio y forman la base histórica de HAMMERGYM.

Clientes entre 18 y 55 años

Interesadas en entrenamiento funcional, musculación, bienestar integral y rutinas accesibles

Inquilinos del bloque de departamentos

Para quienes la recuperación del acceso frontal representa comodidad, identidad y seguridad.

Grupos deportivos y de actividad física (Convenios)

Escuelas de preparación superior, escuelas de danza, escuela de box y karate. (Convenios y promociones a grupos).

Inquilinos del bloque de departamentos

Para quienes la recuperación del acceso frontal representa comodidad, identidad y seguridad.

Este público combina tanto la esencia histórica del gimnasio como las nuevas demandas del entorno urbano contemporáneo, permitiendo que el proyecto conecte emocionalmente con quienes ya lo habitan y con quienes están por integrarse.

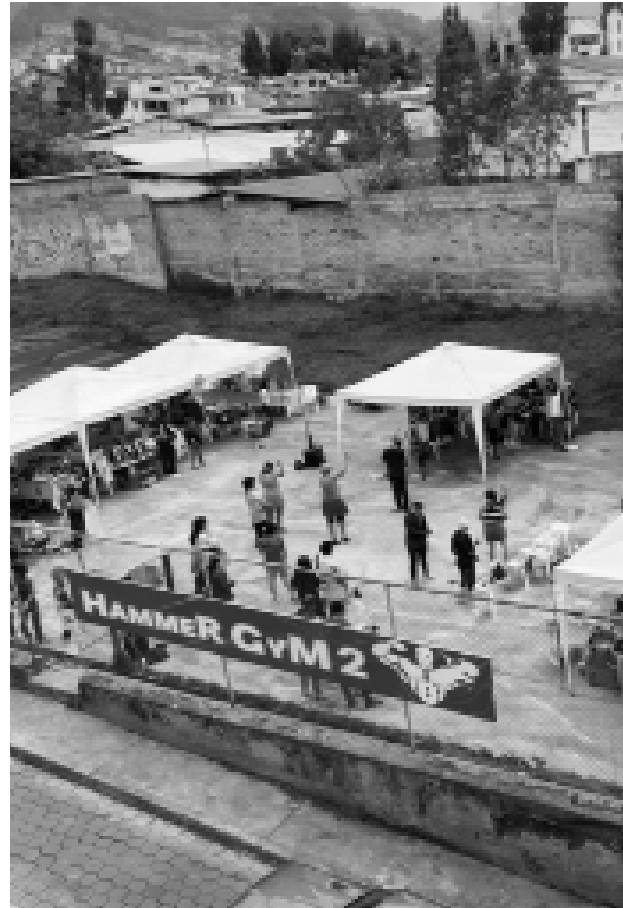


Ilustración 13. HAMMERGYM como auspiciante en el proyecto del barrio "emprendemos" dando una clase de bailoterapia (Fotografía de autoría propia)

2.3 Ubicación



Ilustración 14. Punto HammerGym (Fuente: Google Maps)



Ilustración 15. Fachada frontal espacio a intervenir Lanfor siempre cerrada (Fotografía de autoría propia)

HAMMERGYM esta ubicado en el barrio San Francisco del Pintado, parroquia Chilibulo. Quito - Ecuador. La infraestructura fue construida de manera informal, expandiendo sus instalaciones en altura e interviniendo en áreas construidas. Actualmente cuenta con 2 bloques y tres pisos. Sus áreas crecen hacia el interior del bloque residencial A y bloque residencial B, donde su planta baja esta siendo usada para parking de motos. Para entrar a las instalaciones hay que hacerlo por el pasaje OE8-A. Subiendo aproximadamente 10m.



Ilustración 16. Fachada lateral espacio a intervenir. Actualmente estacionamiento de motos exterior (Fotografía de autoría propia)

2.4 Análisis contexto



Ilustración 17. Callejón Oe8A del gimnasio con relación al espacio público. (Fuente: Google Maps + Análisis del autor)

El callejón de acceso a HAMMERGYM no funciona únicamente como un corredor de ingreso, sino como un umbral urbano vinculado directamente con la dinámica del espacio público barrial. A pocos metros se encuentran canchas de fútbol, básquet y ecuavóley, juegos infantiles, zonas de venta ambulante y la casa barrial, configurando un nodo activo de encuentro social y recreación. Esta proximidad integra al gimnasio dentro de un circuito comunitario de movimiento y convivencia, donde el ingreso se convierte en una transición entre lo público y lo semi-privado, reforzando el pre-entreno como un ritual espacial conectado a las prácticas cotidianas del barrio.

2.5 Análisis de asoleamiento

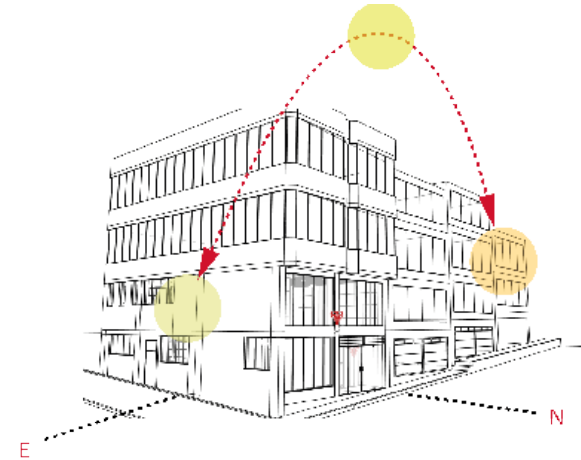


Ilustración 18. Análisis de asoleamiento en modelado 3D (Fuente: Análisis del autor)

La fachada principal del bloque residencial donde se inserta HAMMERGYM se orienta hacia el noreste y su lateral hacia el este, lo que permite aprovechar de forma natural la iluminación y ventilación durante gran parte del día. Sin embargo, debido a la gran extensión del gimnasio, la luz disminuye en las zonas más profundas. En el área a intervenir, correspondiente al espacio de pre-entreno e ingreso, existe una oportunidad clave para potenciar la iluminación proveniente tanto de la fachada frontal como lateral, mejorando la calidad ambiental y la experiencia del usuario en este umbral inicial.

2.6 Estado Actual

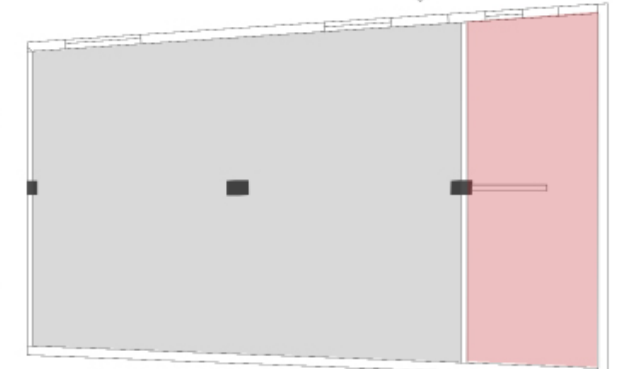


Ilustración 19. Espacio interior del local comercial. Foco hacia la puerta principal (Fuente: fotografía de autoría propia)



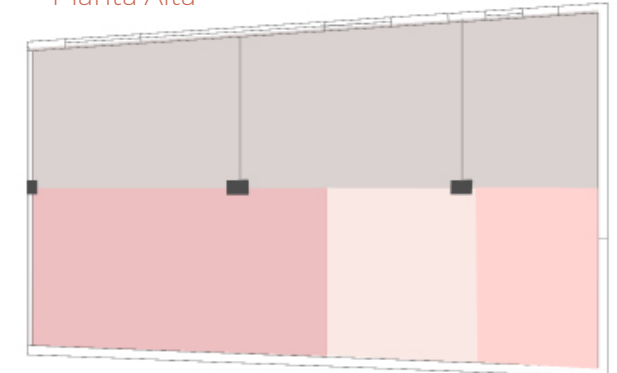
Ilustración 20. Espacio interior del local comercial. Foco hacia la esquina del local comercial (Fuente: fotografía de autoría propia)

Planta Baja



— Parking Motos
— Minidepartamento de renta

Planta Alta



— Habitaciones
— Sala
— Cocina
— Patio interno

Ilustración 21. Esquemas de uso en PB y PA a intervenir (Fuente: Análisis del autor)

2.7 Referentes

Barry's	Les Cinq GYM	Bio Ritmo	L'Usine Gym
Brasil Studio C102	Brasil Triptyque Architecture	Brasil Recs Arquitetos	Shanghai ARCHIEE

Identidad:
Color rojo, identidad como enfoque principal

Se integra con la marca, cuenta con una recepción, área de descanso y caminería fluida. Comunicación con el área exterior

Se integra con la marca, cuenta con una recepción, área de descanso y caminería fluida

Áreas comunales y de espera visibles. Se integran con las áreas generales del gimnasio

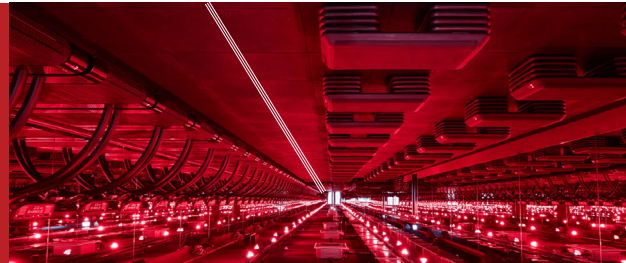


Ilustración 22. Barrys (Fuente: Martin Studio)



Ilustración 23. Les Cinq gym (Fuente: lescinqgym.com)

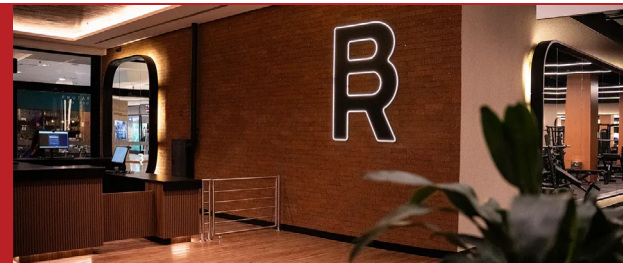


Ilustración 24. Bio Ritmo Gym (Fuente: Bioritmo.com)

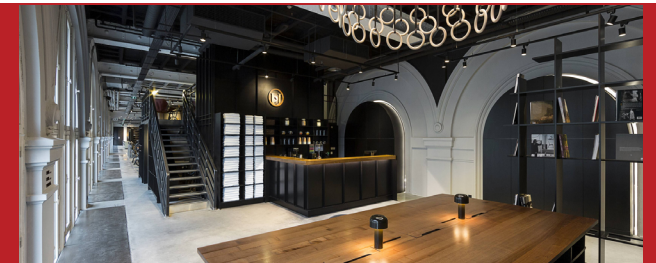
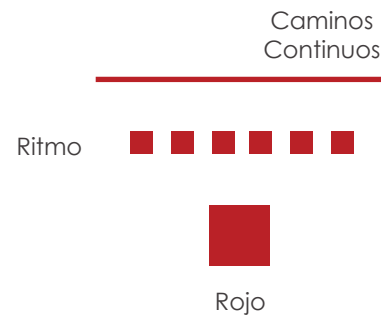


Ilustración 25. LusineGym (Fuente: Usine Opera)



03'

PROYECTO



3.1 Metas de diseño

¿QUÉ?

El proyecto propone el diseño interior del área de ingreso y pre-entreno de HAMMERGYM, reutilizando un local de 150 m² ubicado en la fachada frontal, lugar donde nació el gimnasio. Esta intervención busca reorganizar y articular los espacios previos al entrenamiento: recepción, sala de espera y socialización, bar saludable, vestidores, lockers y servicios, para convertirlos en un umbral de transición que prepare al usuario física, mental y emocionalmente antes del ejercicio.

¿QUIEN?

El proyecto está dirigido a los usuarios habituales de HAMMERGYM y a nuevos miembros del sur de Quito, caracterizados por valorar el entrenamiento constante, el rendimiento y la comunidad. Se trata de personas de distintas edades que buscan un gimnasio accesible, auténtico y funcional, en un entorno cercano y familiar, donde el cuerpo y el esfuerzo son el centro de la experiencia.

¿CÓMO?

La propuesta se desarrolla mediante un enfoque de antropometría, entendiendo el espacio como un sistema orgánico inspirado en el funcionamiento del cuerpo humano. A través de una planta abierta, secuencias espaciales, geometrías fluidas y delimitaciones perceptivas, el diseño organiza los espacios como órganos y músculos interconectados, creando una narrativa clara y coherente que refuerza la identidad de HAMMERGYM y mejora la experiencia del usuario desde el ingreso.



3.2 Concepto

SISTEMA ORGÁNICO DE ACTIVACIÓN

El proyecto se concibe como un sistema espacial vivo, donde el diseño interior se organiza a partir de la antroportancia, colocando al cuerpo humano: su movimiento, percepción y emoción. Como origen de la forma. El área de pre-entreno funciona como un umbral de activación, en el que los espacios se articulan como órganos y músculos interconectados, configurando un recorrido continuo que prepara física, mental y emocionalmente al usuario antes del ejercicio.

NODO CENTRAL

El proyecto se estructura a partir de tres nodos principales, inspirados en los órganos rectores del cuerpo humano: cerebro - Corazón - Estómago

ACTIVACIÓN DEL CUERPO: GEOMETRÍA DEL MOVIMIENTO

El pre-entreno es un proceso corpóreo: el cuerpo se activa, se orienta, se proyecta. Aquí la antroportancia se hace evidente porque el diseño responde a acciones humanas concretas: hidratarse, socializar, organizarse, cambiarse, dejar objetos, respirar, esperar.

El gimnasio reencuentra su origen desde la antroportancia: un umbral ritual donde el cuerpo vuelve a ser centro, calibrando su estado, activando su presencia y preparándose para el movimiento."

CIRCUITOS DE FLUJO: SISTEMA NERVIOSO Y CIRCULATORIO

Entre los nodos se desarrollan circuitos espaciales, inspirados en el sistema nervioso y circulatorio del cuerpo. Estos circuitos organizan el movimiento, la percepción y la experiencia del usuario, guiándolo de manera natural sin necesidad de cerramientos rígidos. Los recorridos se definen mediante: direcciones claras, cambios de escala, iluminación estratégica, variaciones de materialidad. Estos flujos conectan áreas principales y secundarias (lockers, vestidores, baños, oficina, bodegas), entendidas como extensiones necesarias del sistema. El espacio se recorre como un organismo: continuo, lógico y dinámico. vuelve a ser centro, calibrando su estado, activando su presencia y preparándose para el movimiento."



Ilustración 26. Imagen Conceptual. Arquitectura entendido como un sistema orgánico (Fuente: ChatGPT)

3.3 Sub-concepto

EL CUERPO COMO CIRCUITO

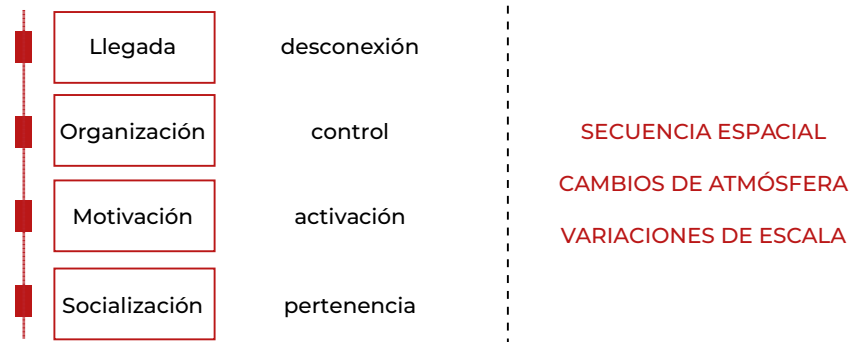
Abstracción de su funcionamiento

"El espacio no se diseña como objeto aislado, sino como un organismo compuesto por sistemas interdependientes, similar al cuerpo humano."



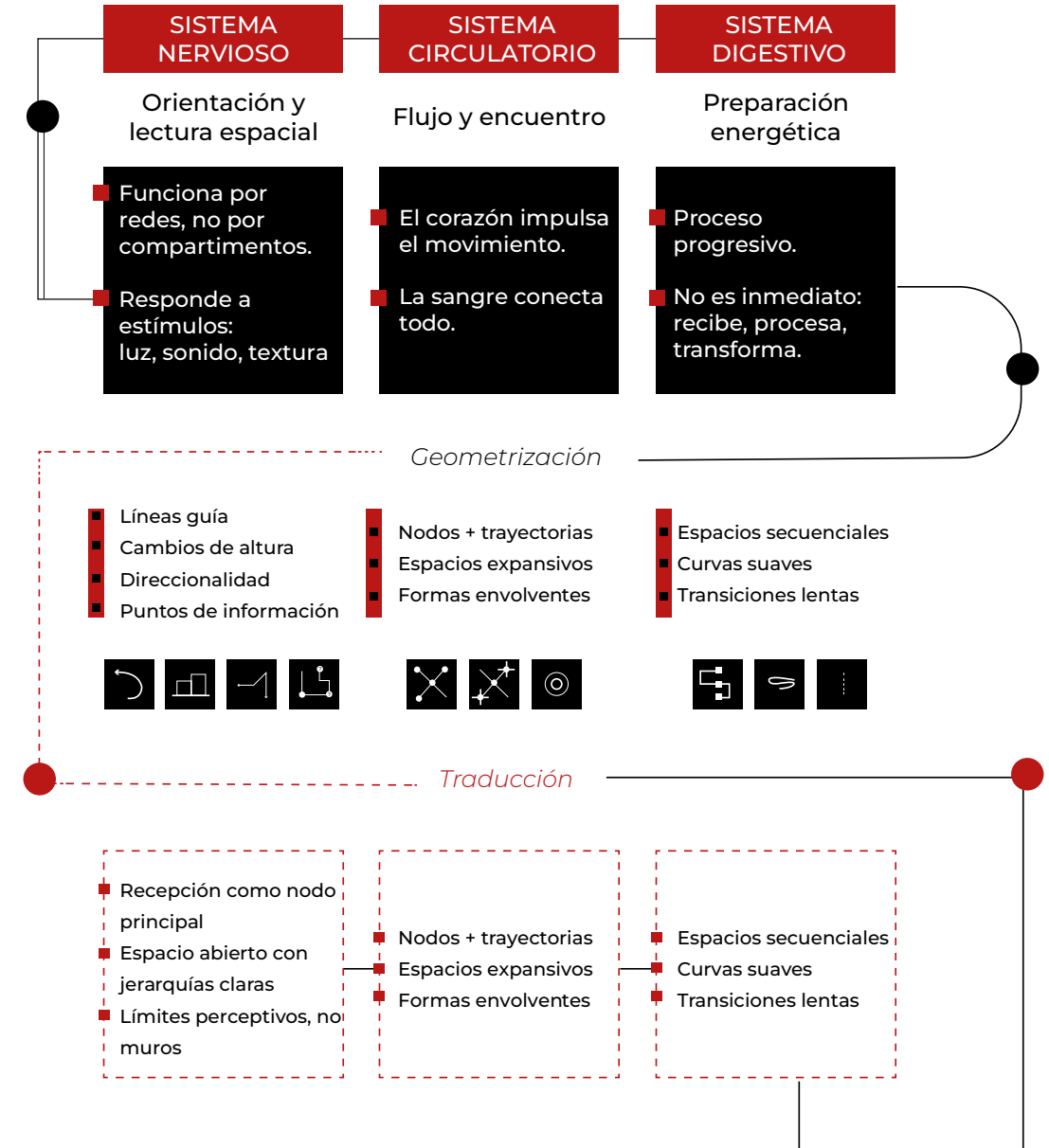
CIRCUITOS EMOCIONALES

Estados emocionales previos al ejercicio



El espacio prepara emocionalmente, no solo funcionalmente.

SISTEMAS DEL CUERPO: ESPACIALES



3.4 Programación



Ilustración 27. Esquema de programación (Fuente: Análisis del autor)

3.5 Zonificación

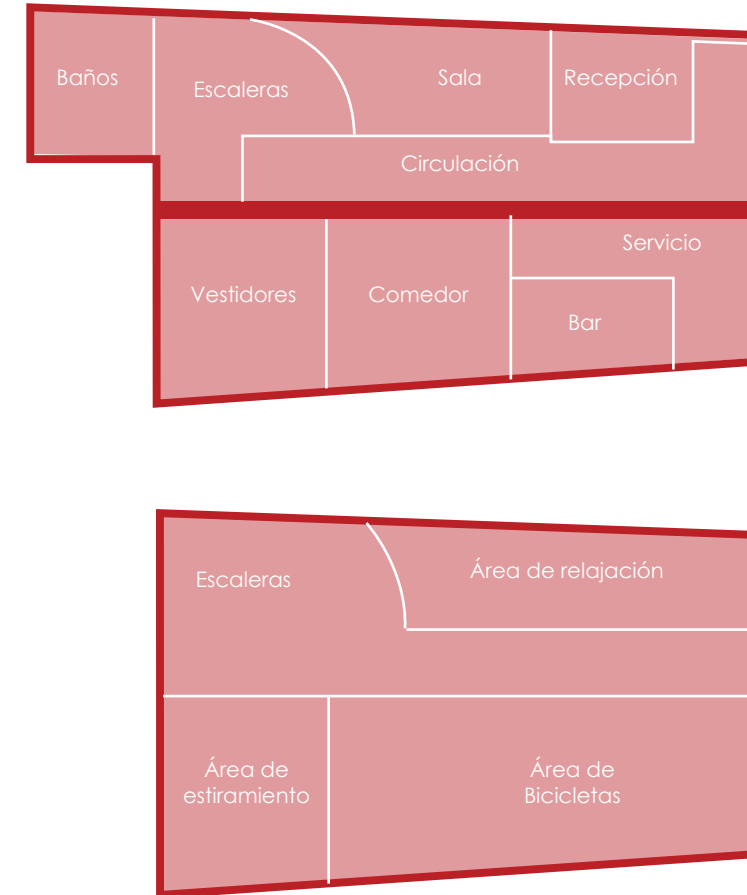


Ilustración 28. Esquema de zonificación (Fuente: Análisis del autor)

3.6 Moodboard

El moodboard del proyecto se configura como una colección visual que sintetiza las emociones asociadas al ejercicio físico, tales como la motivación, la activación y la sensación de bienestar vinculada a la liberación de dopamina durante el entrenamiento. Estas referencias sensoriales y atmosféricas funcionan como un punto de partida conceptual que orienta la toma de decisiones espaciales, permitiendo traducir estados emocionales en criterios de diseño interior.



Ilustración 29. MoodBoard (Elaborado por la autora, imágenes recuperadas de la web)

3.7 Materialboard

El materialboard se desarrolla en relación directa con la paleta cromática existente de HAMMERGYM, buscando fortalecer su identidad mediante la selección de materiales con alto contenido táctil y expresivo. El principal desafío consistió en integrar texturas capaces de evocar un espacio de culto al cuerpo, donde elementos naturales y orgánicos se articulan con superficies industriales de protección, como el metal y el concreto, generando una atmósfera envolvente que refuerza la experiencia ritual del pre-entreno.



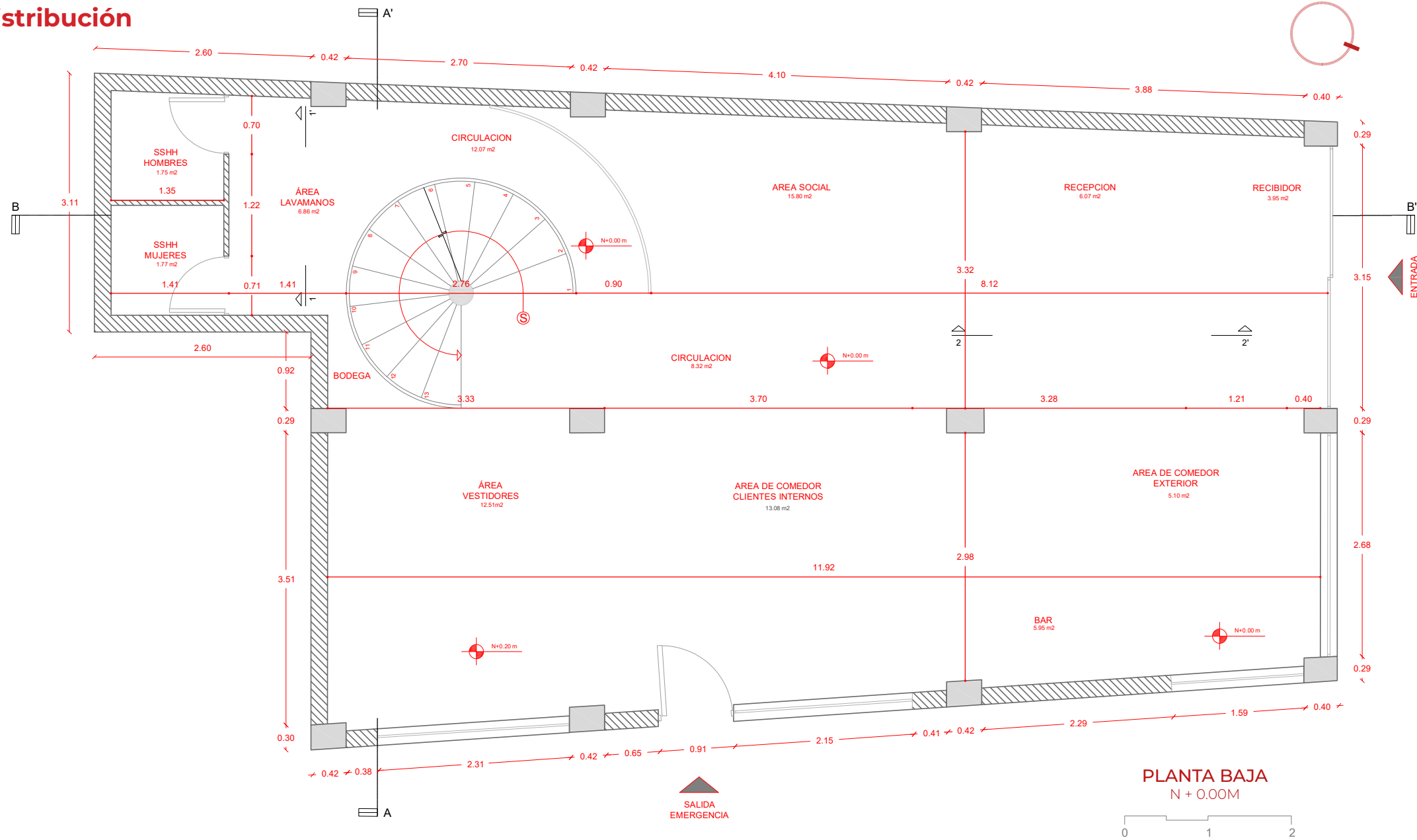
Ilustración 30. MaterialBoard (Elaborado por la autora, texturas usadas en el proyecto)

04'

PLANOS Y RENDERS

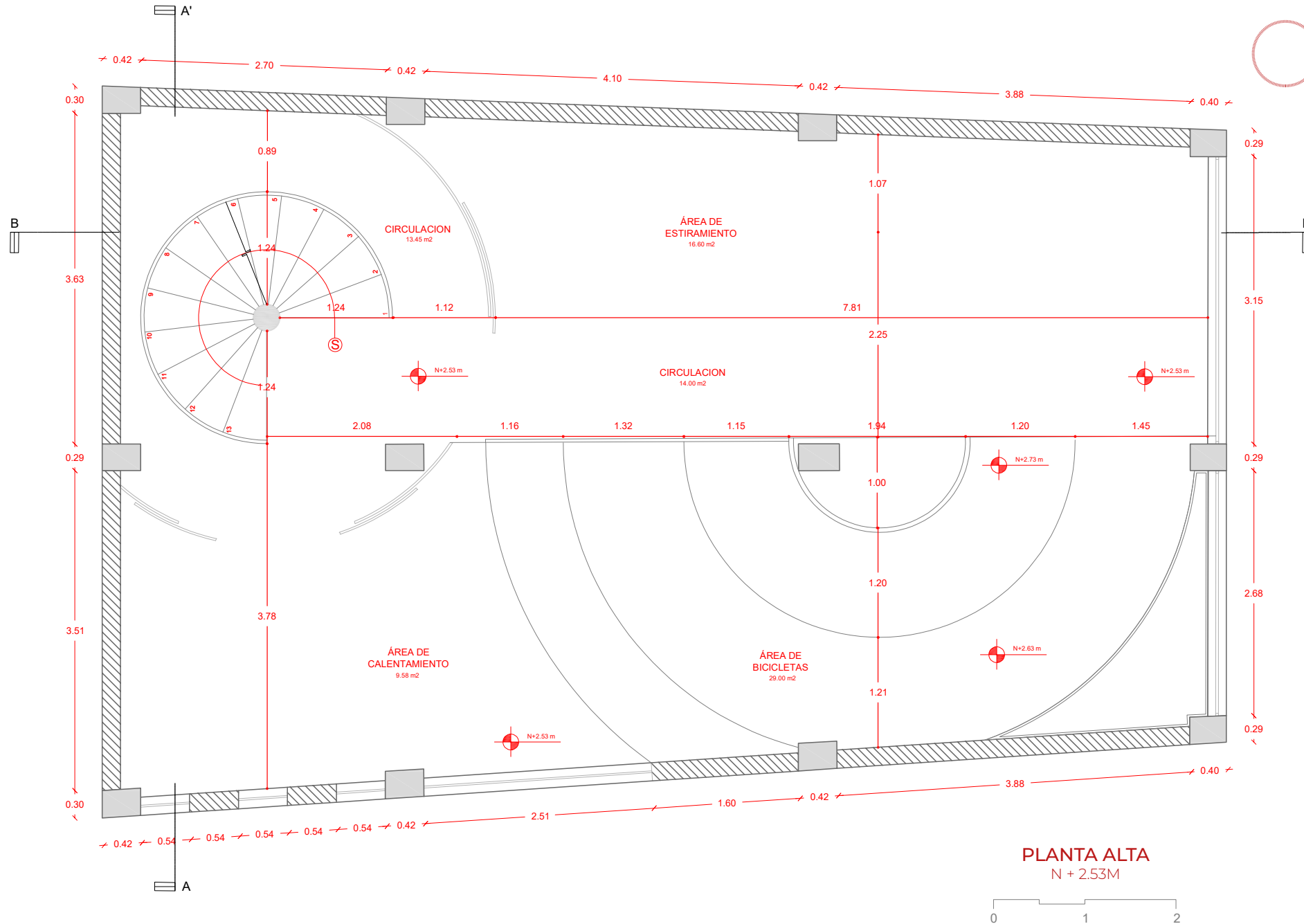


4.1 Plantas de distribución



P. 44

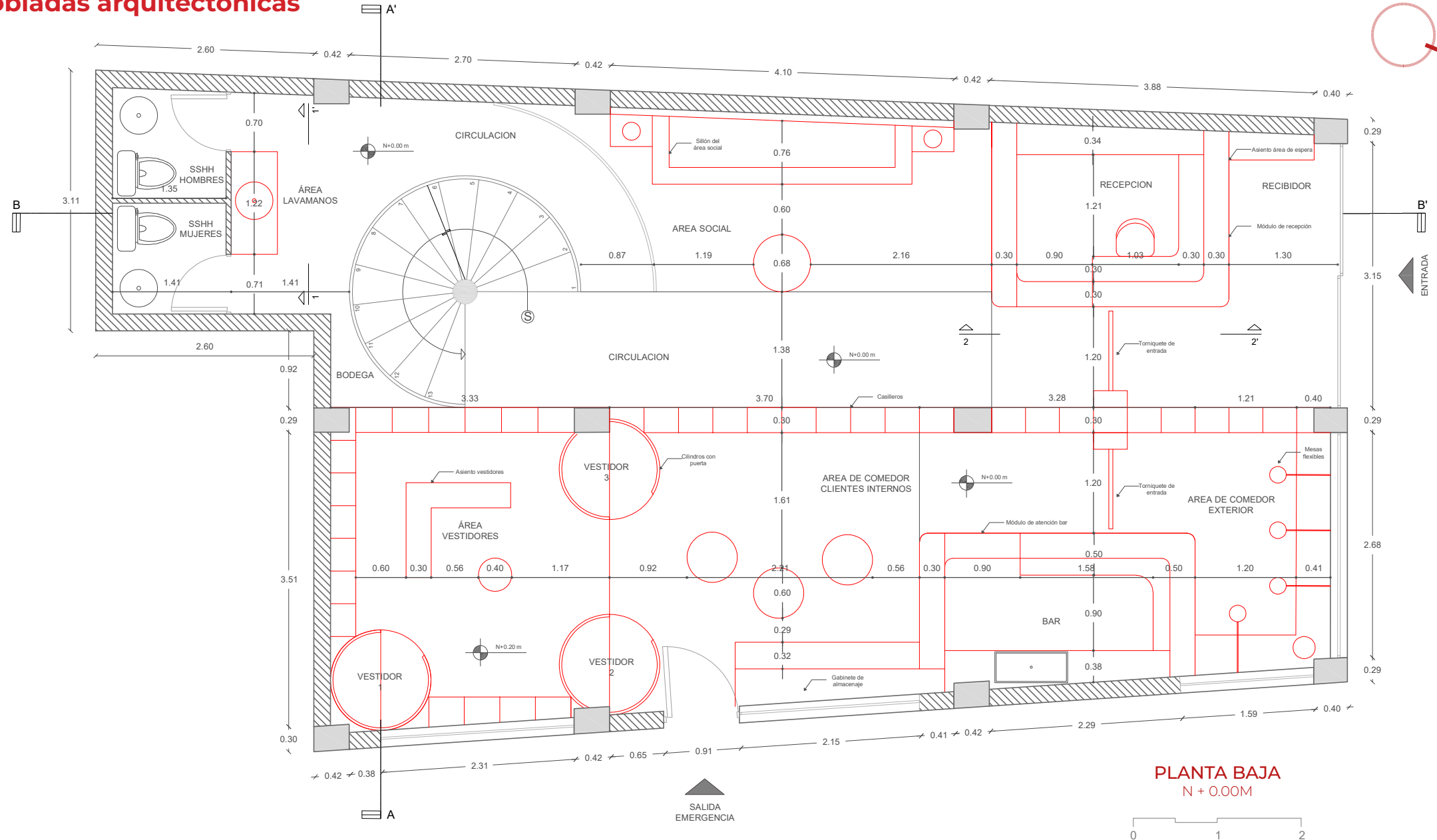
P. 45

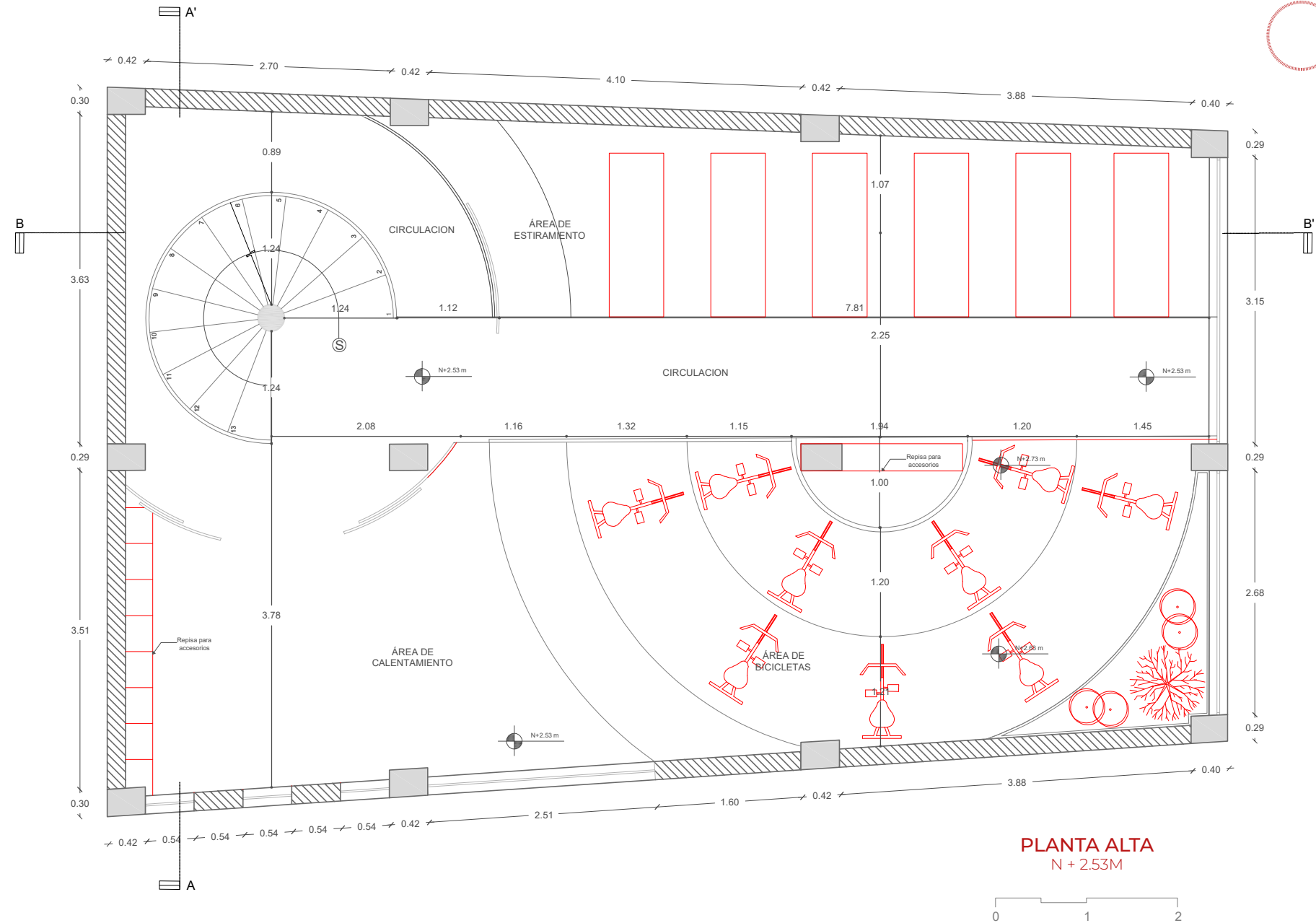


P. 46

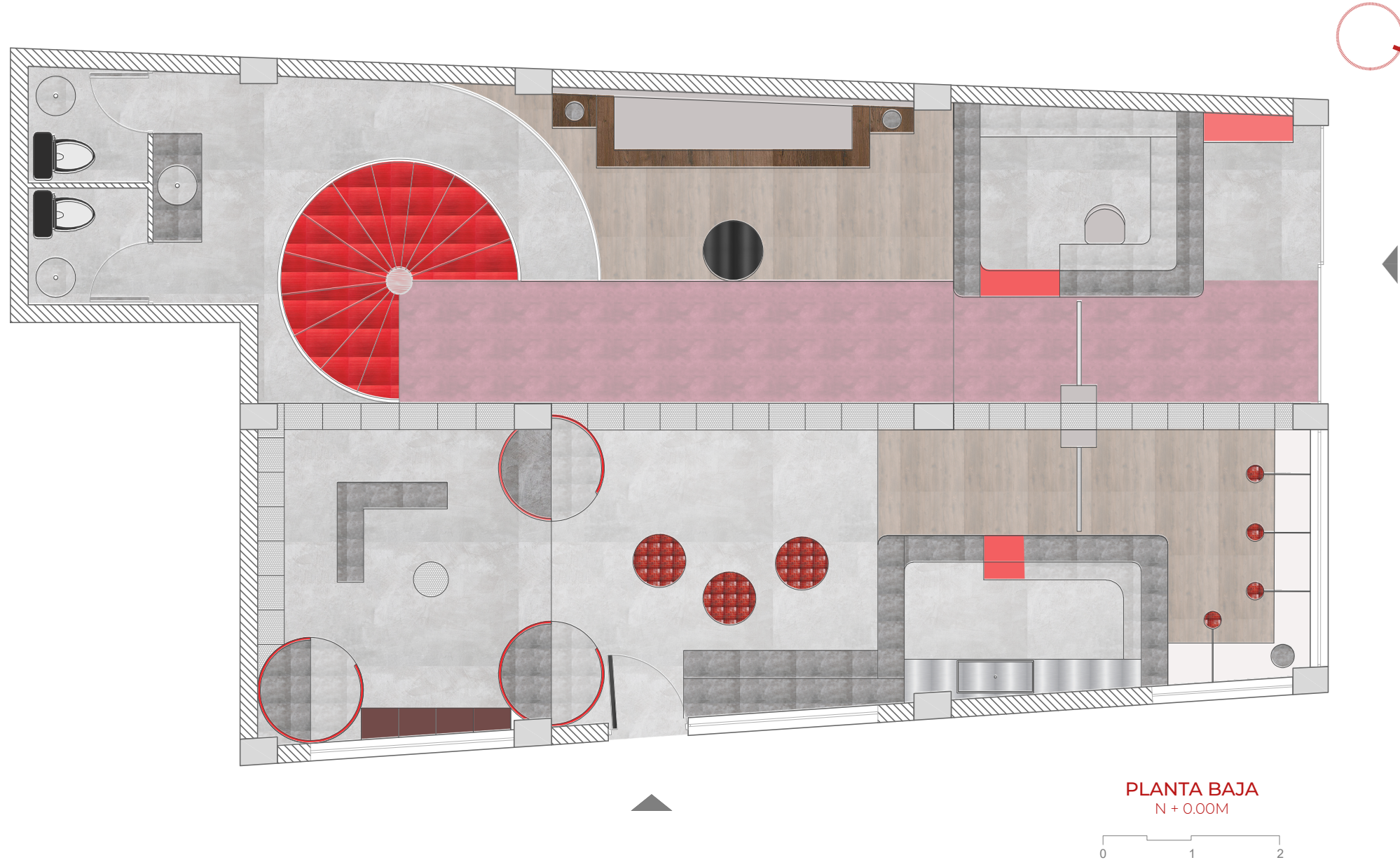
P. 47

4.2 Plantas amobladas arquitectónicas



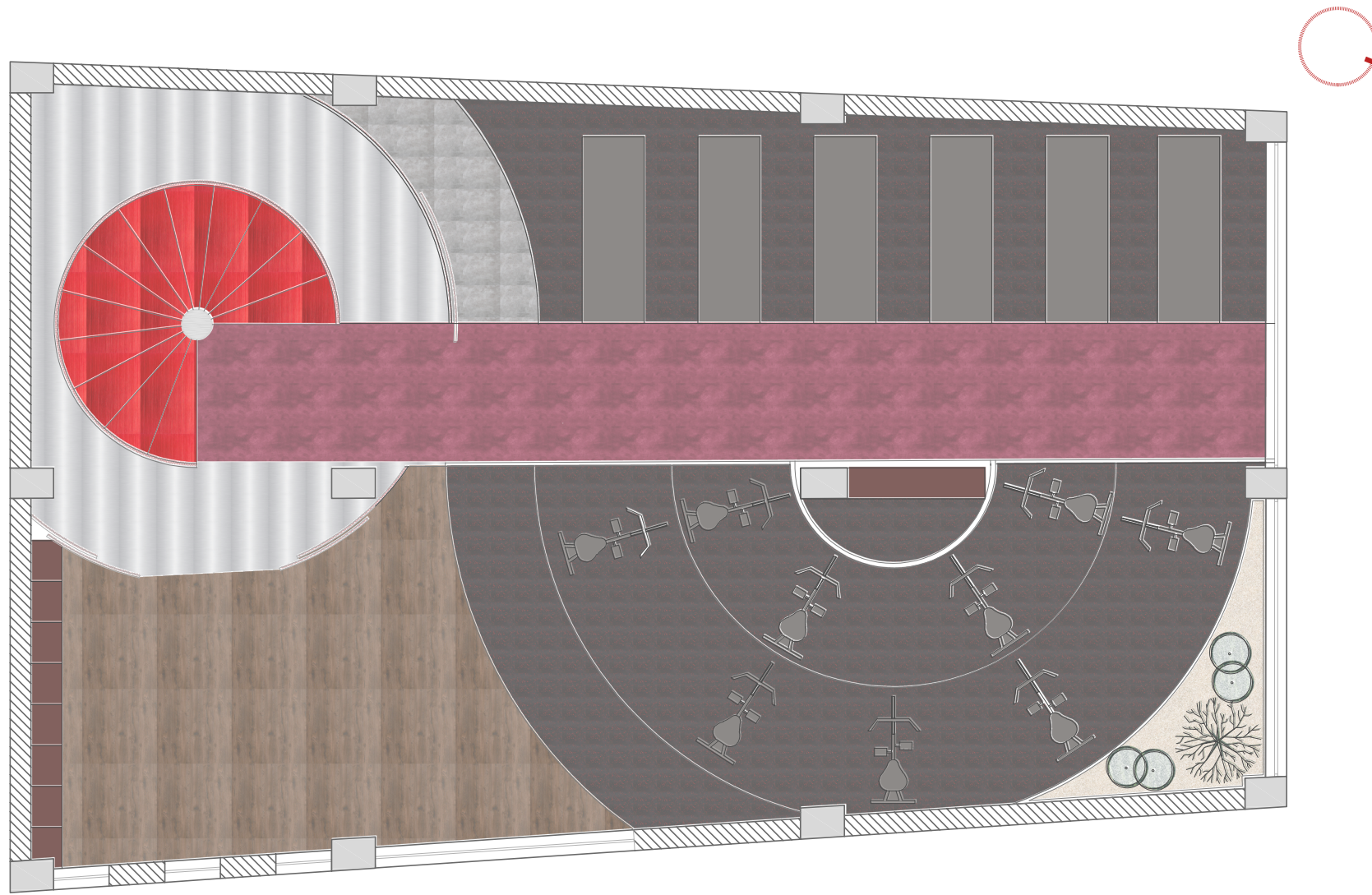


4.2.1 Plantas amobladas arquitectónicas ambientadas



P. 52

P. 53



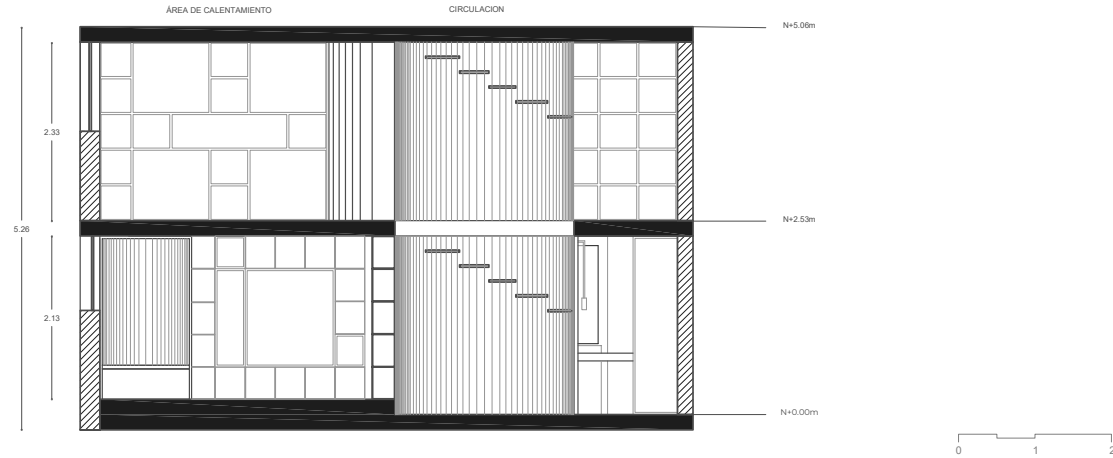
PLANTA ALTA
N + 2.53M



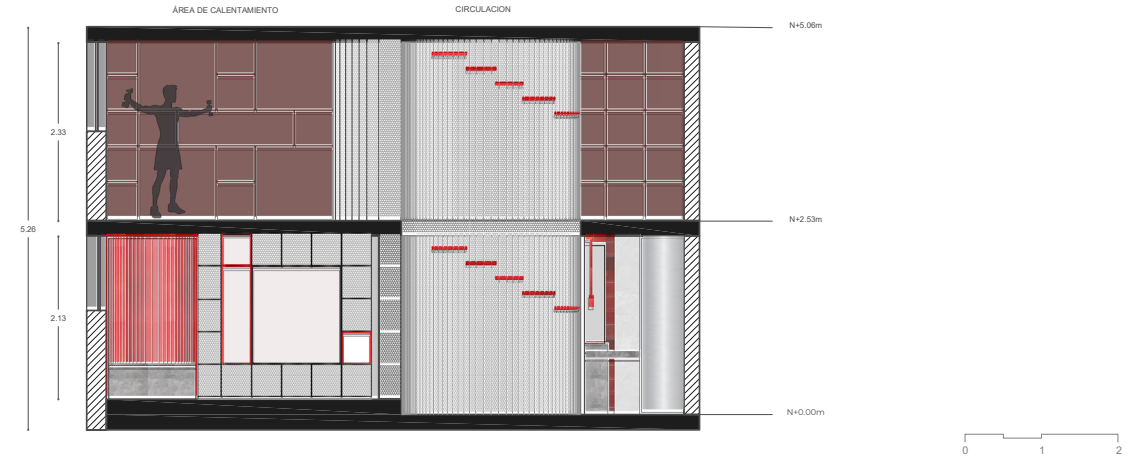
P. 54

P. 55

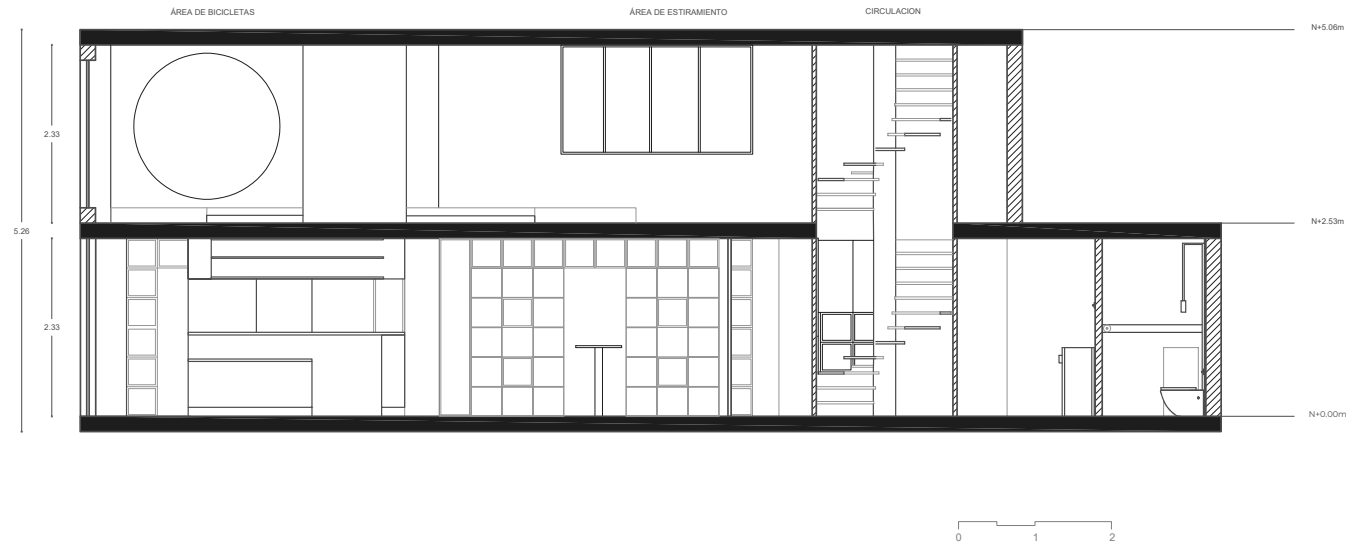
4.3 Corte Transversal Arquitectónico



4.3.1 Corte Transversal Arquitectónico ambientado



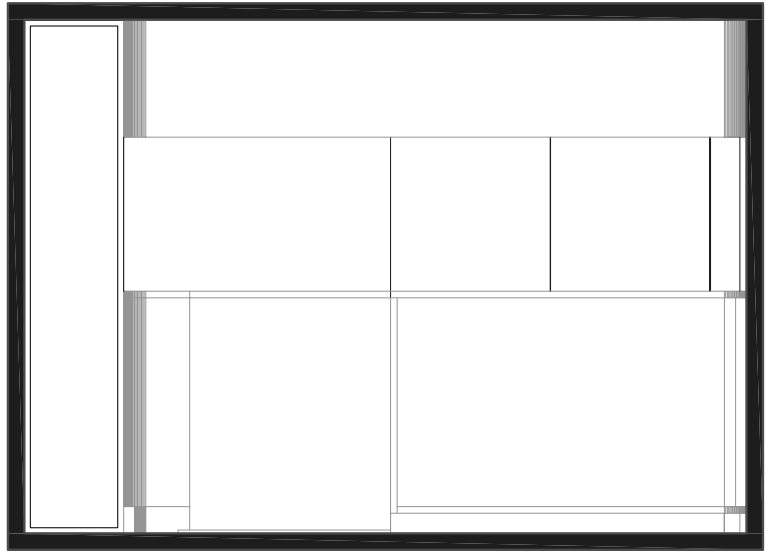
4.4 Corte Longitudinal Arquitectónico



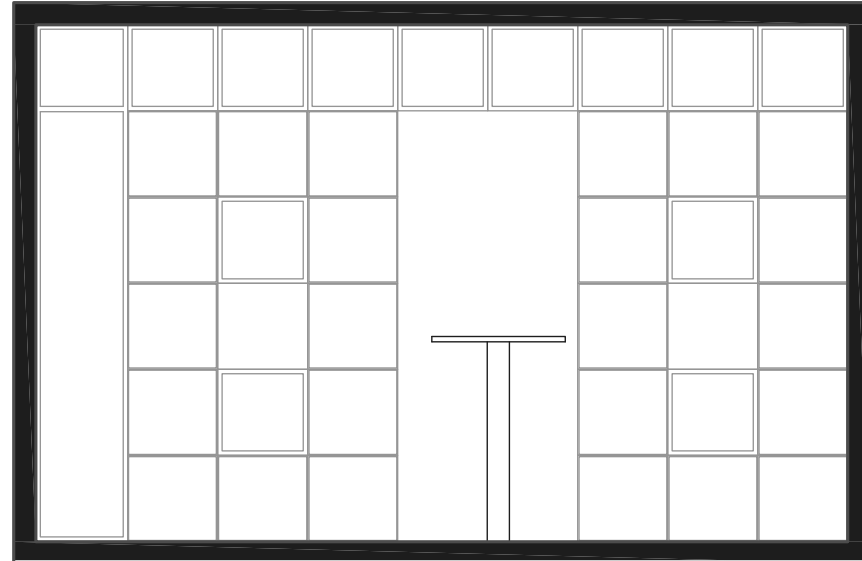
4.4.1 Corte Longitudinal Arquitectónico ambientado



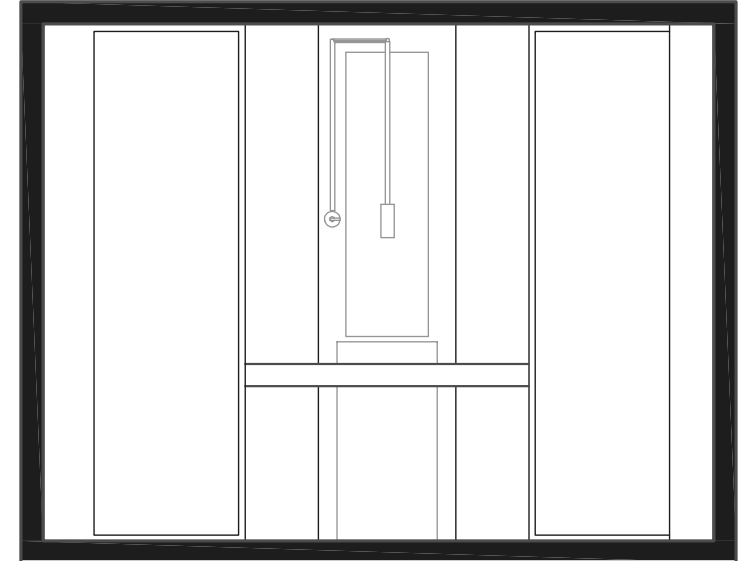
4.5 Elevaciones internas Arquitectónicas



RECEPCIÓN



LOCKERS



LAVAMANOS

P. 58

3.11

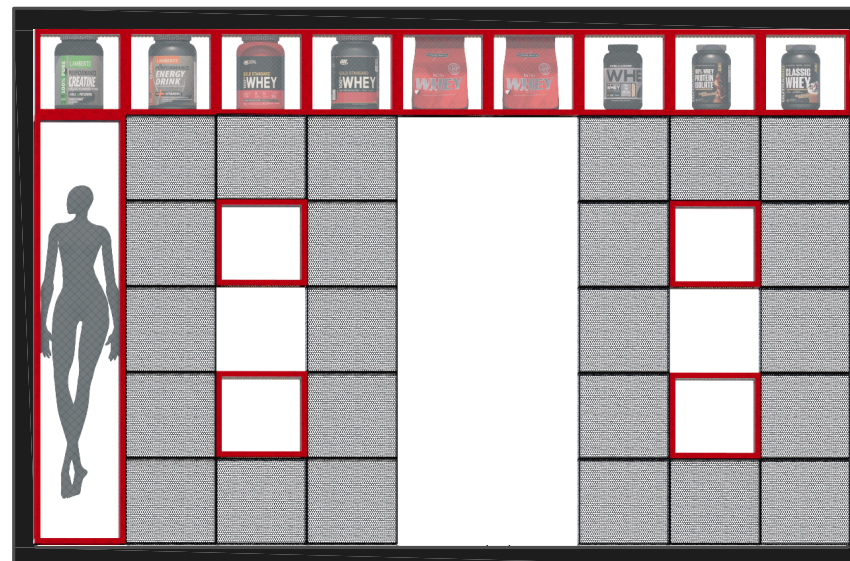
3.11

P. 59

4.5.1 Elevaciones internas Arquitectónicas ambientadas



RECEPCIÓN



LOCKERS

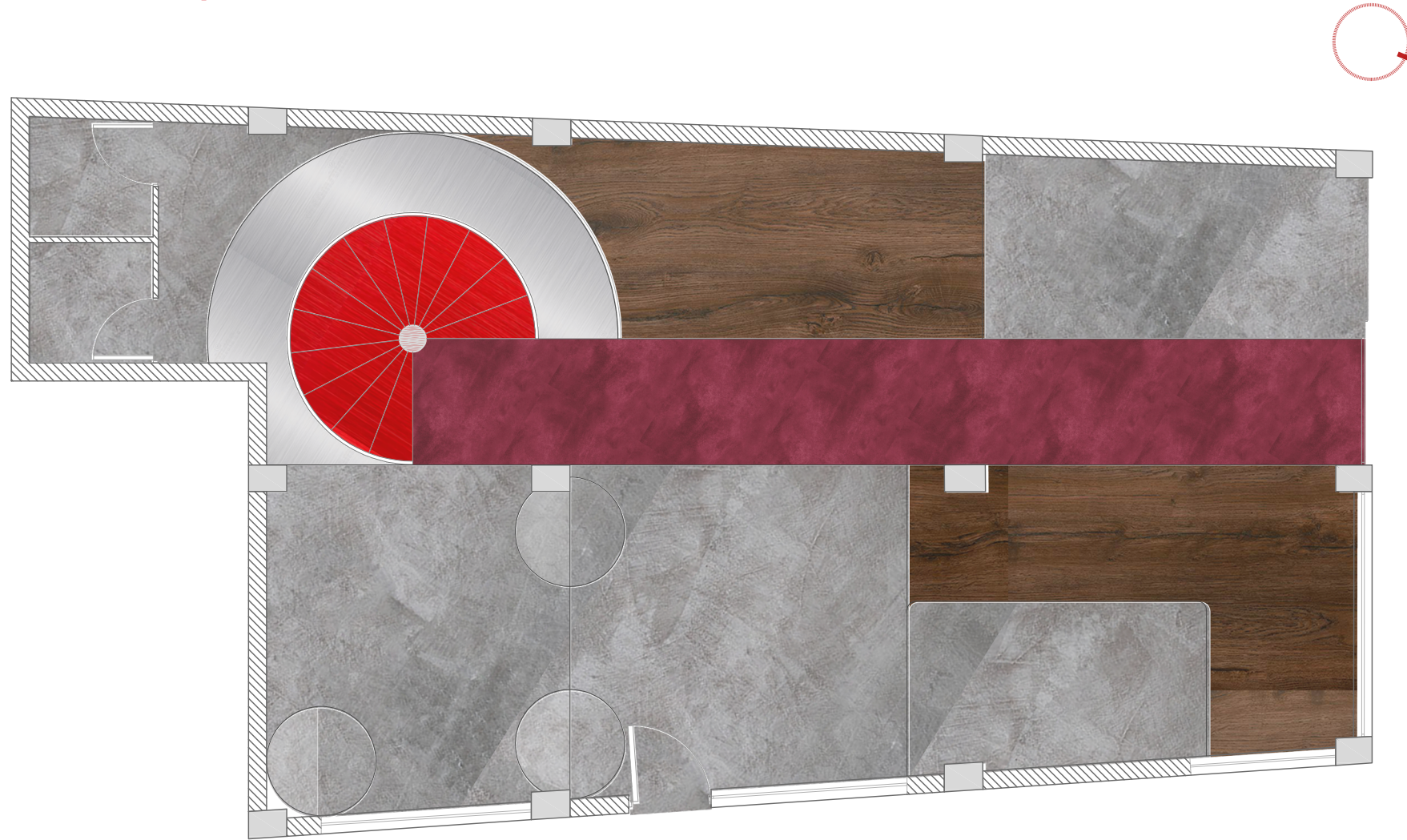


LAVAMANOS

P. 60

P. 61

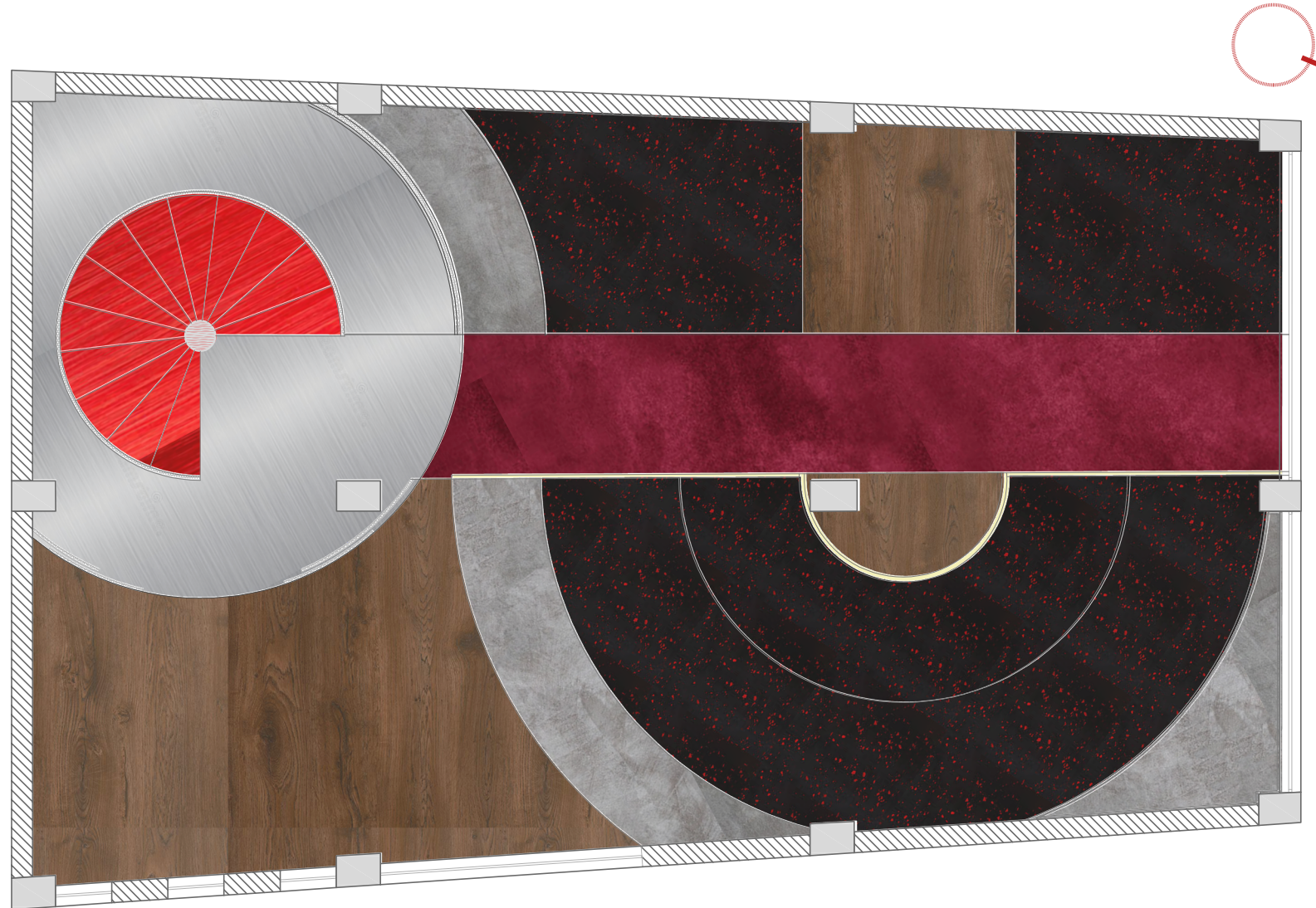
4.6 Plano de pisos



	Piso flotante alto tráfico color café	Piezas de 122x18.2 mm
	Micro-cemento pulido color gris	Revestimiento continuo e= 2-3 mm
	Césped sintético color concho de vino	Monofilamento CURVE - 25mm
	Piso aluminio antideslizante gris	Dimensiones 1220 x 2440mm
	Piso aluminio antideslizante rojo	Dimensiones 1220 x 2440mm

PLANTA BAJA
N + 0.00M



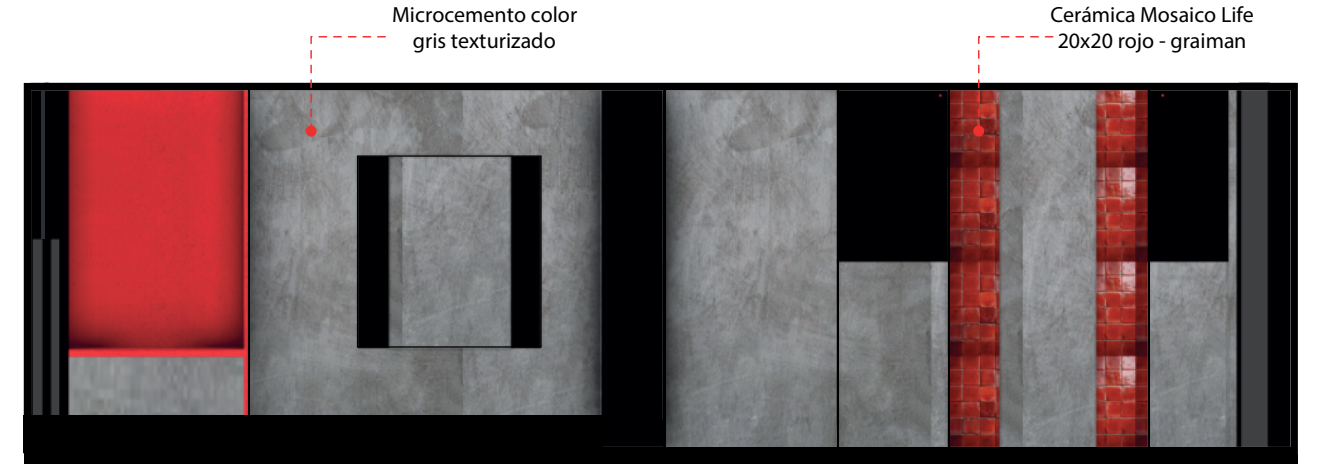
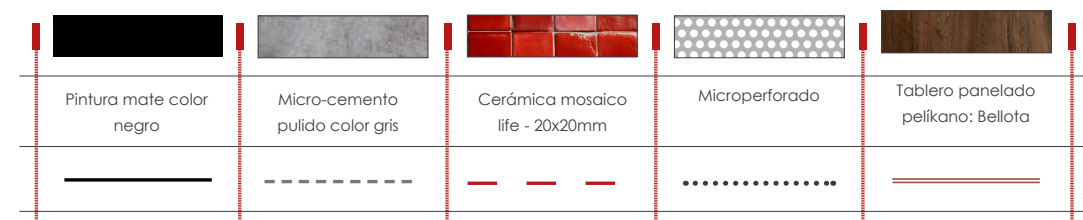
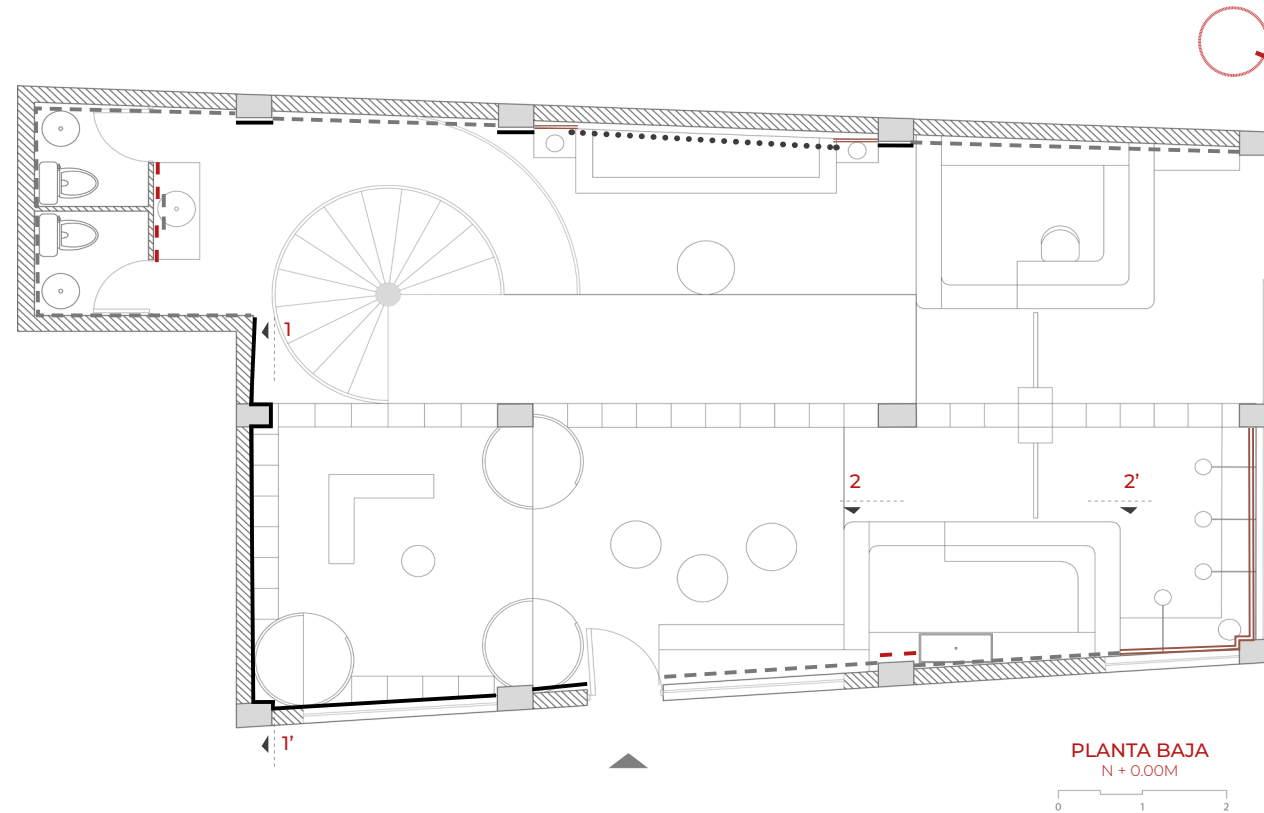


PLANTA ALTA
N + 2.53M

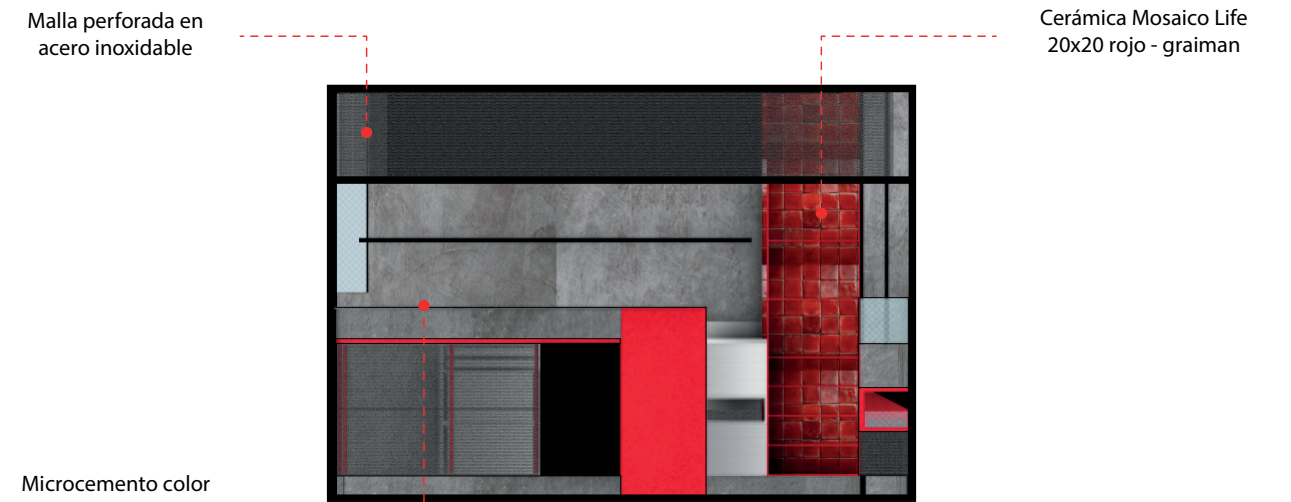


	Piso flotante alto tráfico color café	Piezas de 122x18.2 mm
	Micro-cemento pulido color gris	Revestimiento continuo e= 2-3 mm
	Césped sintético color concho de vino	Monofilamento CURVE - 25mm
	Piso aluminio antideslizante gris	Dimensiones 1220 x 2440mm
	Piso aluminio antideslizante rojo	Dimensiones 1220 x 2440mm
	Tapete negro con chispas color rojo	Pieza 1000x1000m Espesor 15mm

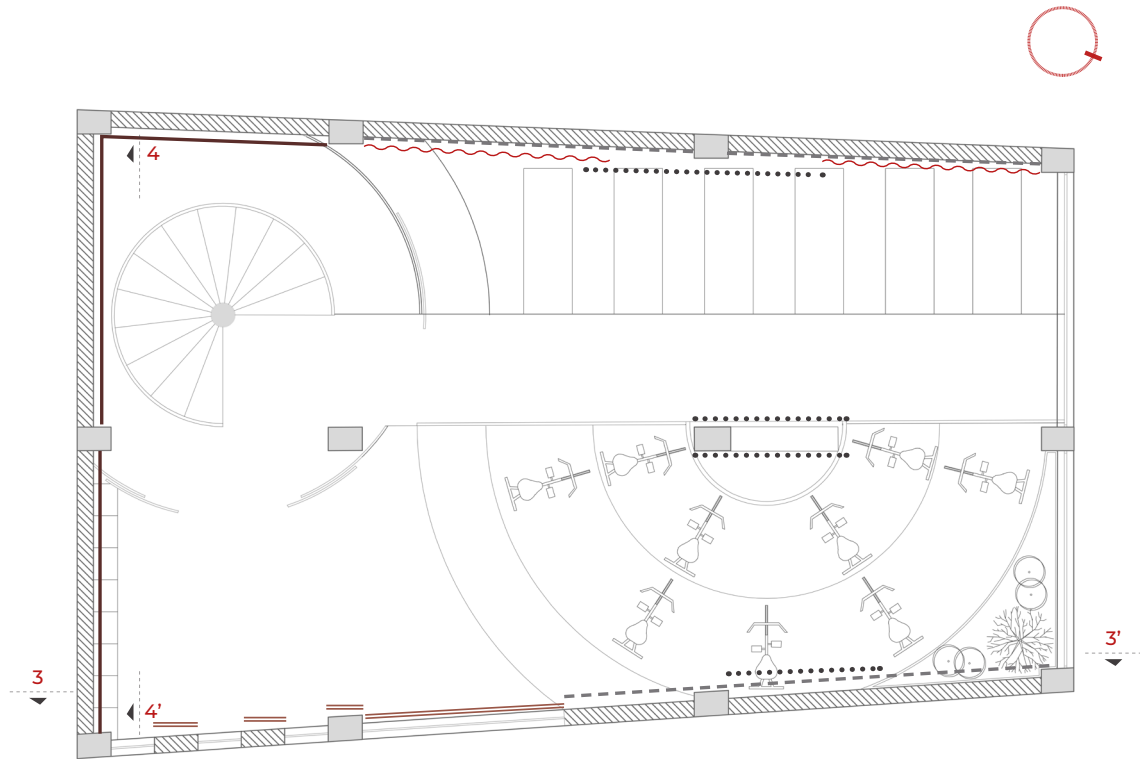
4.7 Revestimientos verticales



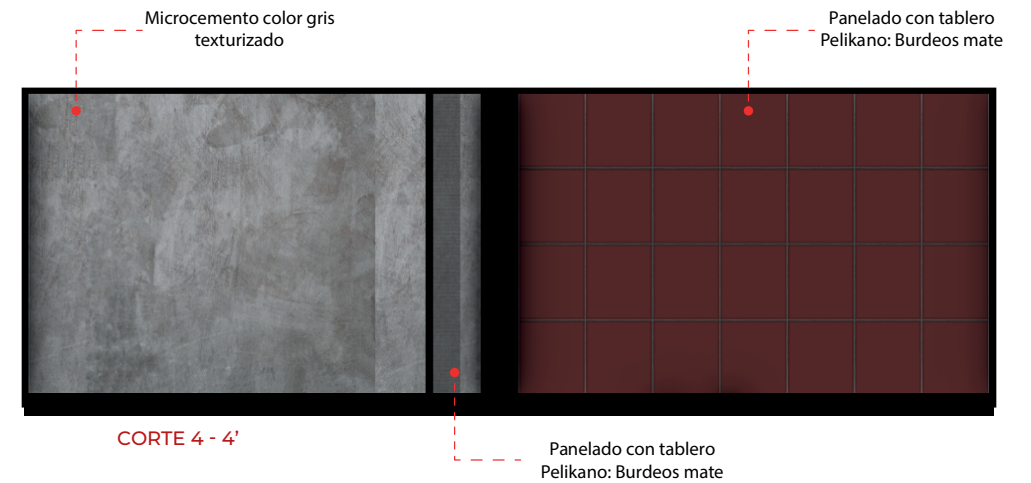
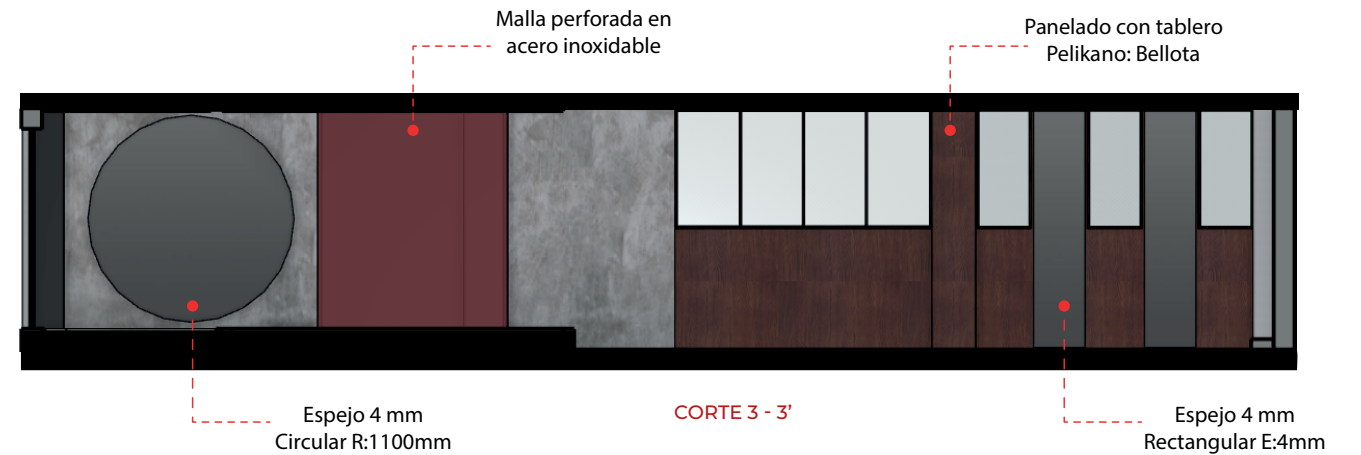
CORTE 1 - 1'



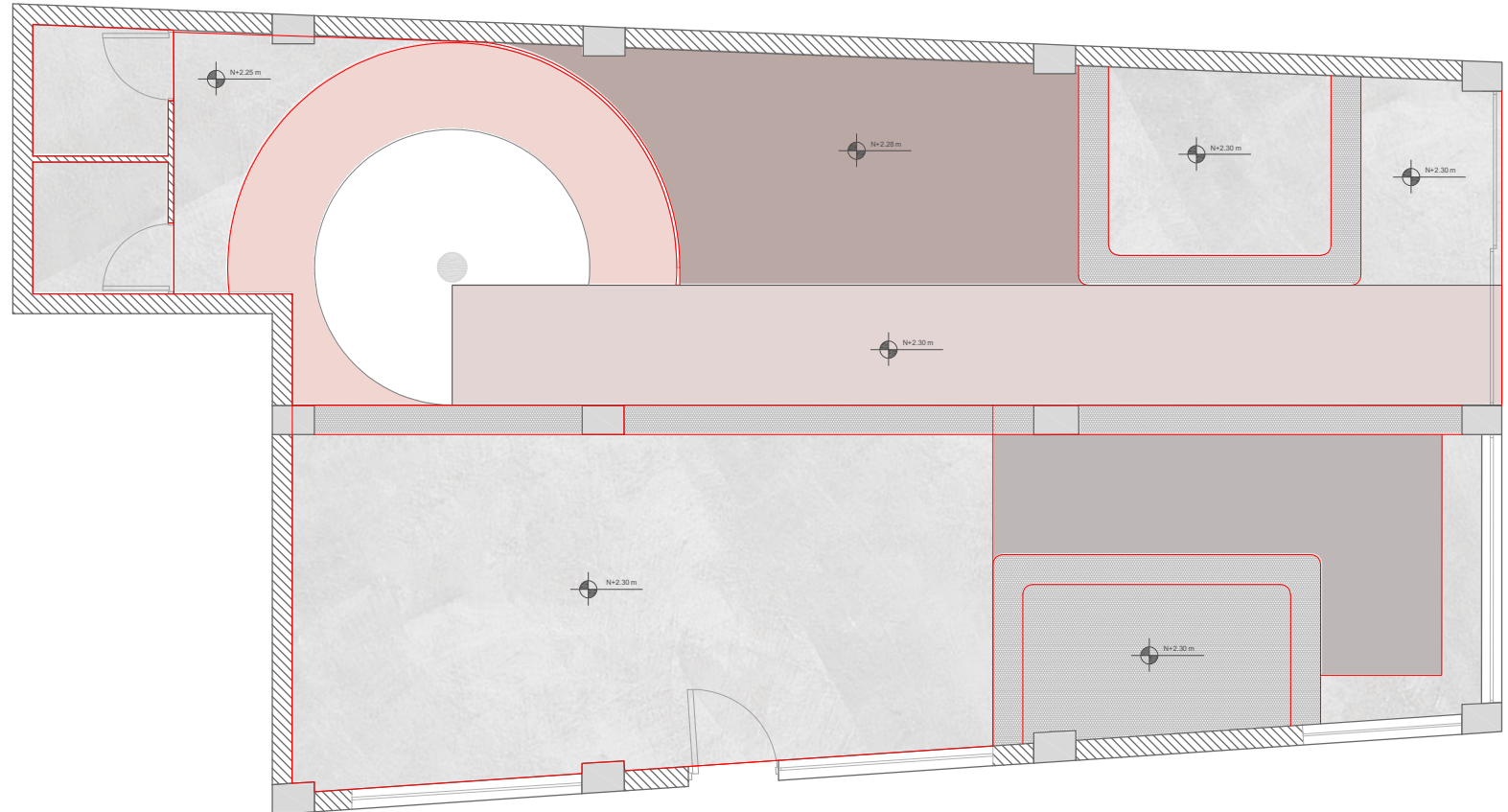
CORTE 2 - 2'



PLANTA ALTA
N + 2.53M









4.8 Plano de Techos



PLANTA BAJA
N + 0.00M

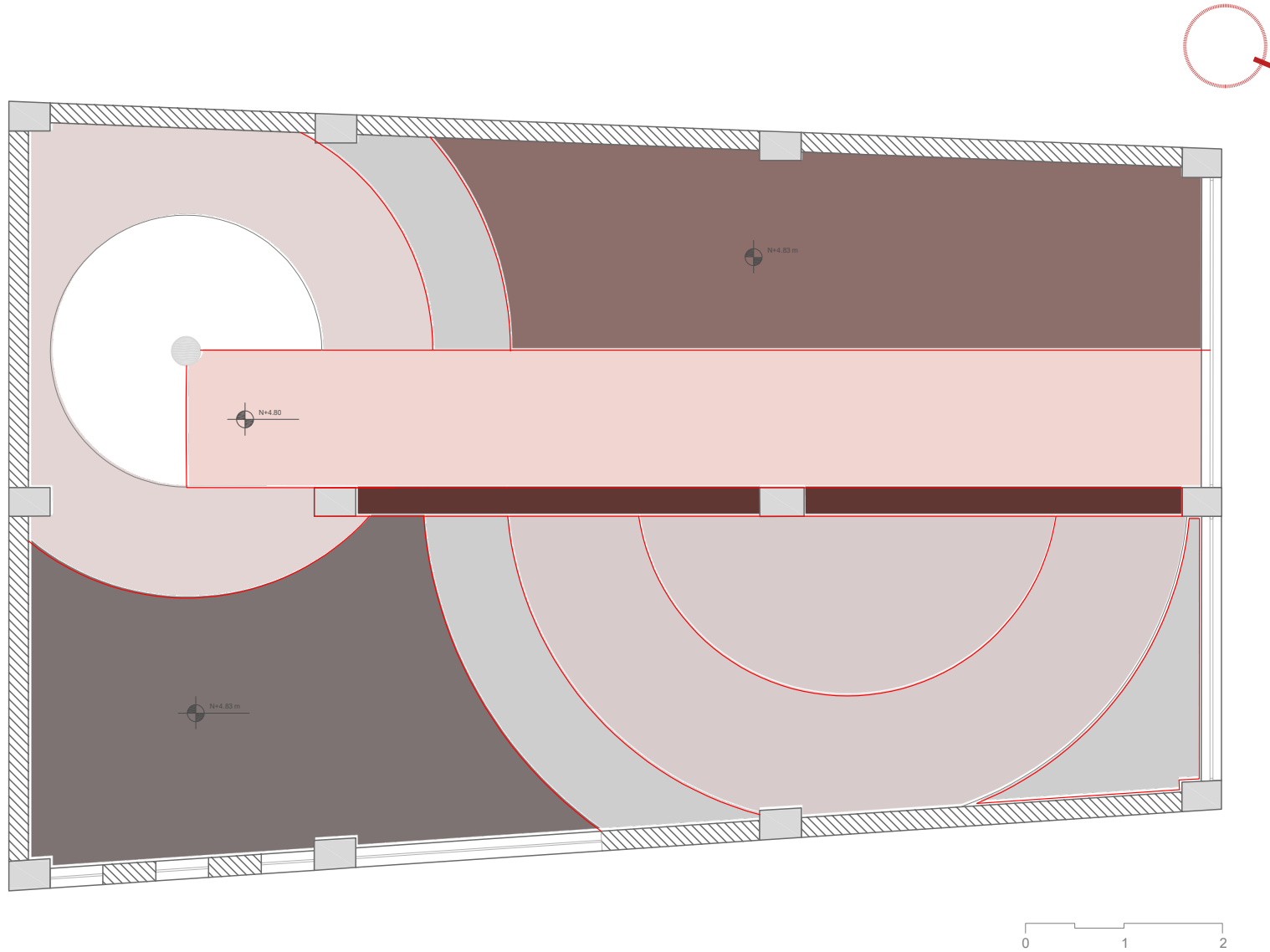


	Malla perforada en acero inoxidable
	Micro-cemento pulido color gris
	Ranurado WPC maderado color negro
	Detalle acero inoxidable
	Detalle cuadrado tablero pelikano
	Detalle soga de Battle rope 25mm

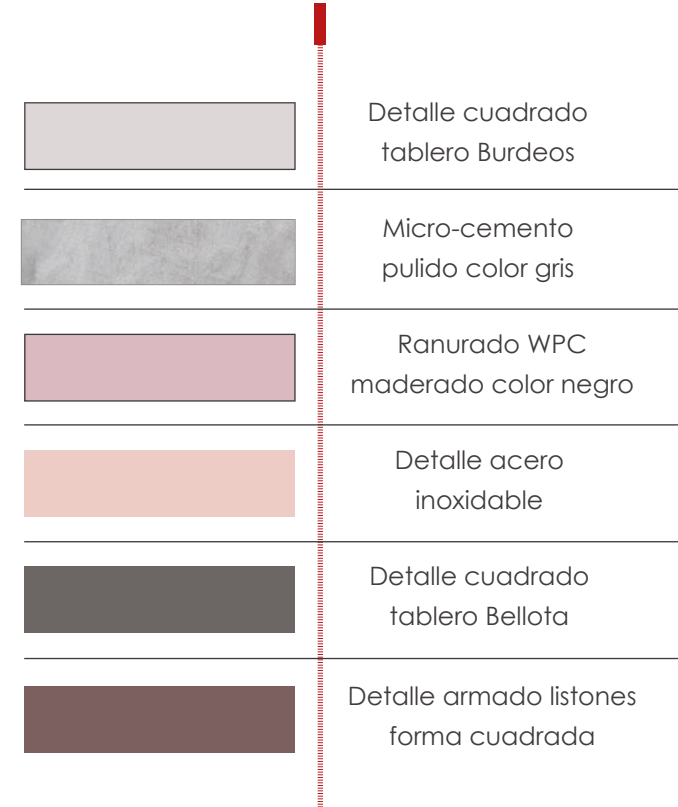
P. 70

P. 71

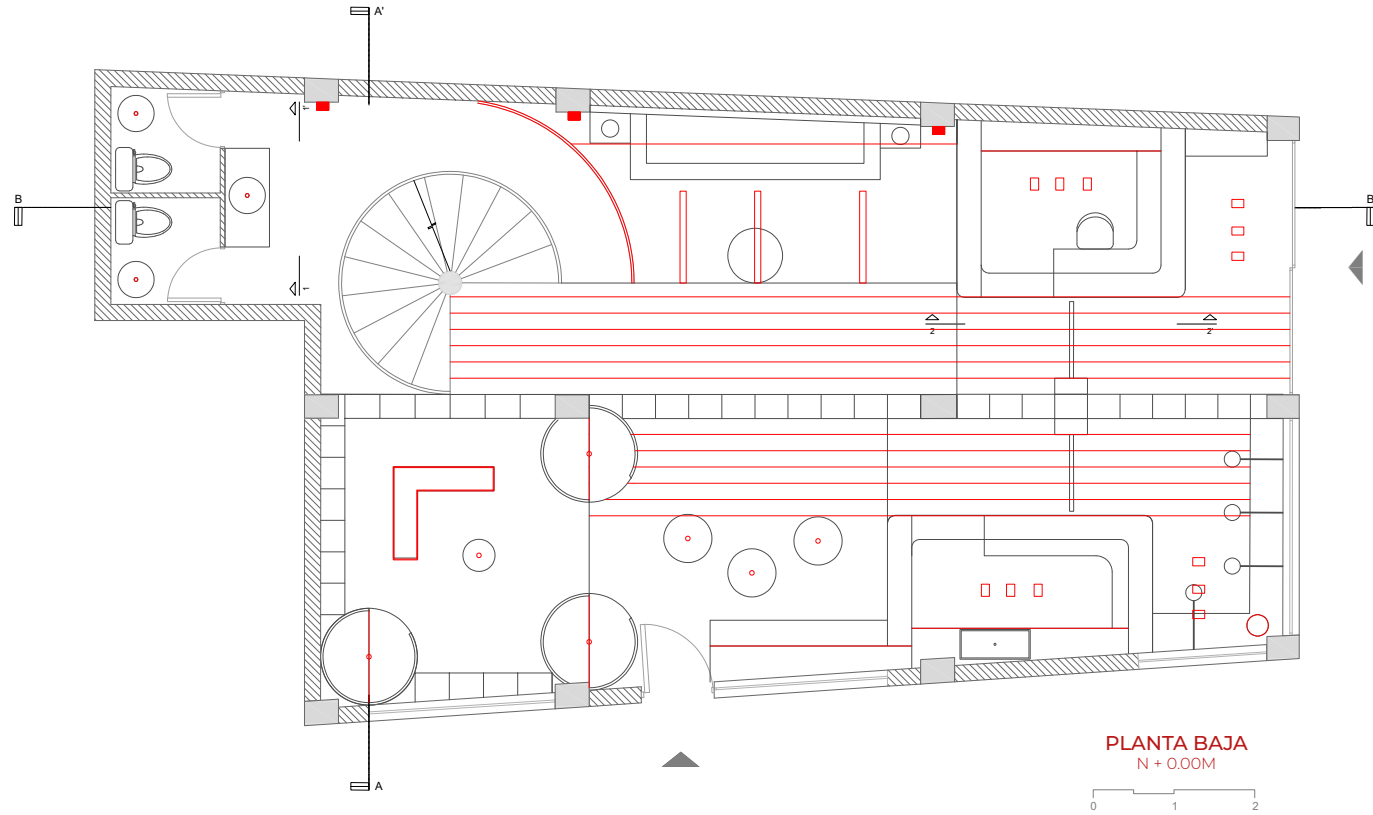
P. 72



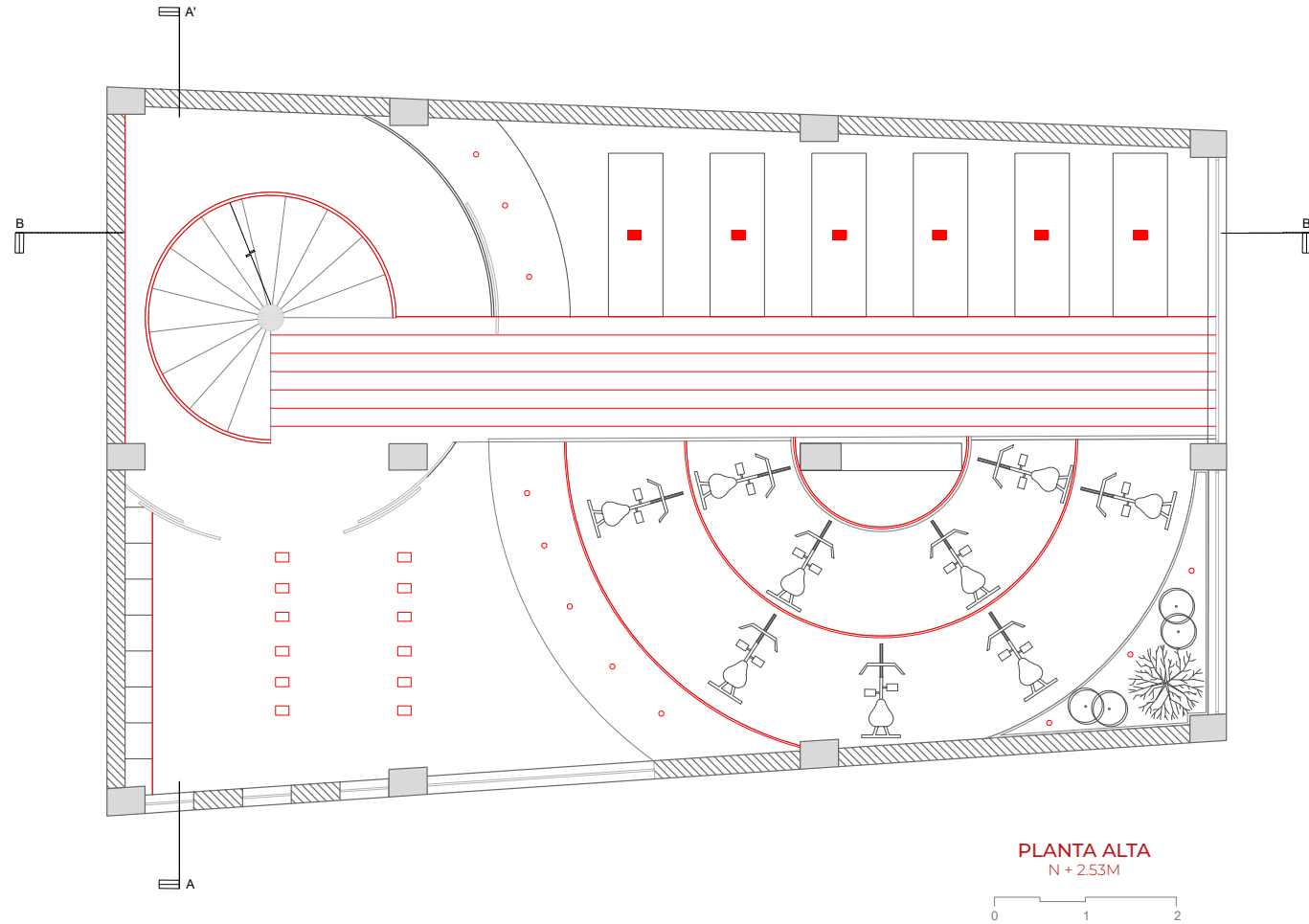
P. 73



4.8 Plano de iluminación



	TIRAS LED Blancos	Tira Led para interior 5M - 18W	
	Luces colgantes Instalaciones vistas	Lámpara Led de tumbado Noe Black	
	Ranura de tres lámpara techo	Spot sobrepuesto alko negro GU10	
	Lampara empotrada en pared	Lámpara empotrada en pared	
	Piso aluminio antideslizante rojo	Lámpara colgante, detalle acero rojo	



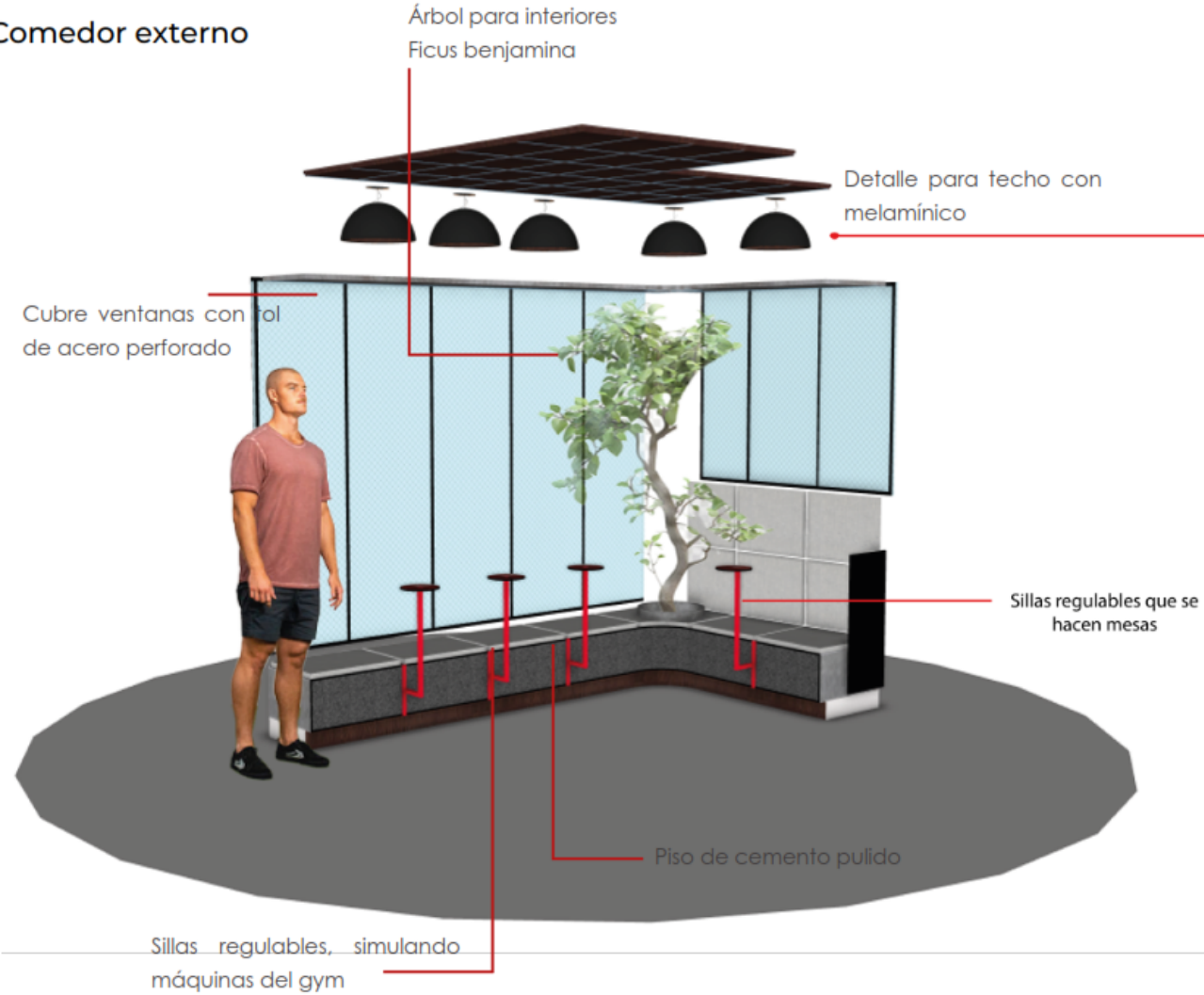
	TIRAS LED Blancos	Tira Led para interior 5M - 18W	
	Luces colgantes Instalaciones vistas	Lámpara Led de tumbado Noe Black	
	Ranura de tres lámpara techo	Spot sobrepuesto alko negro GU10	
	Lampara empotrada en pared	Lámpara empotrada en pared	
	Piso aluminio antideslizante rojo	Lámpara colgante, detalle acero rojo	

P. 76

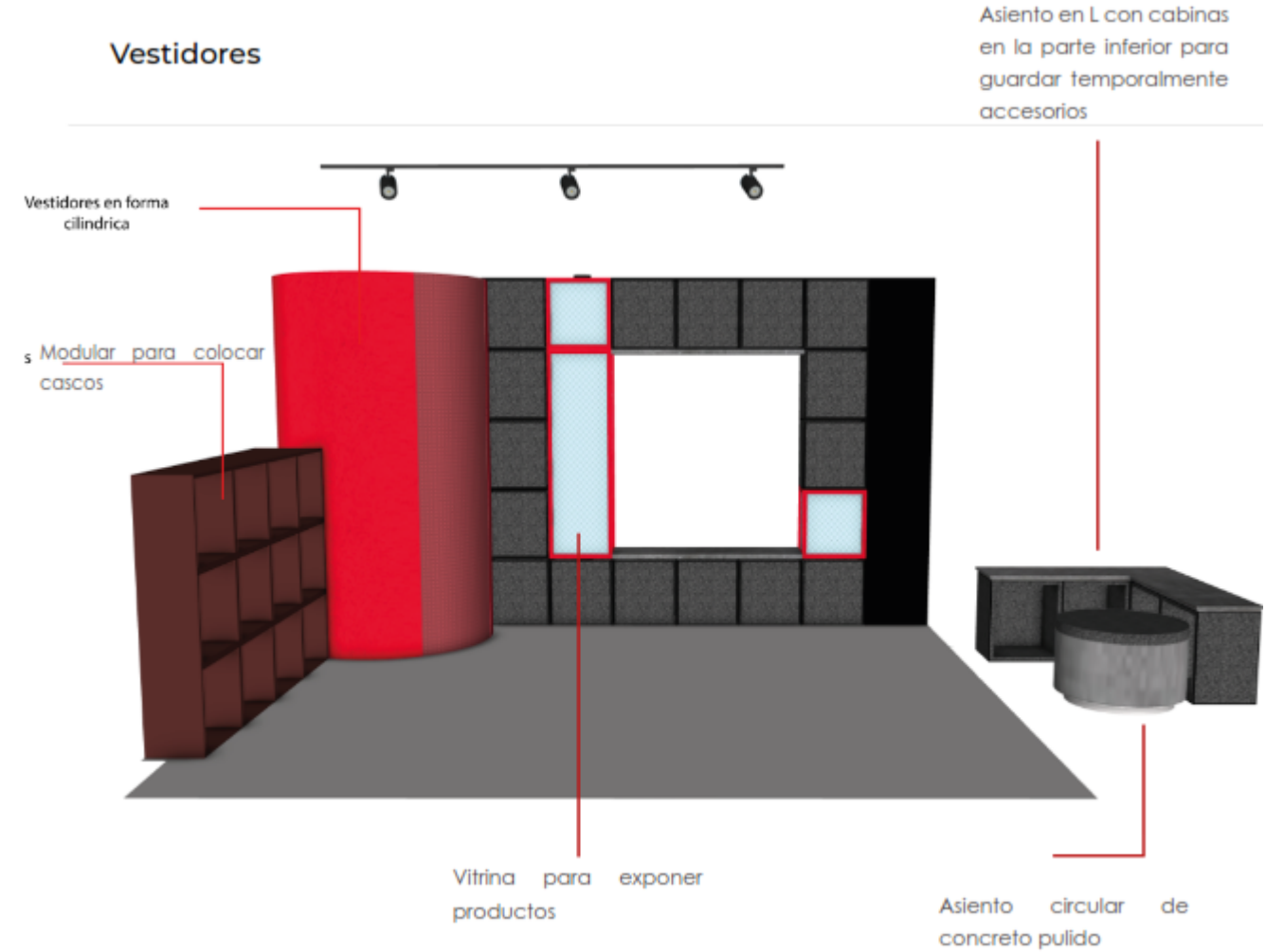
P. 77

4.10 Styling

Comedor externo



Vestidores



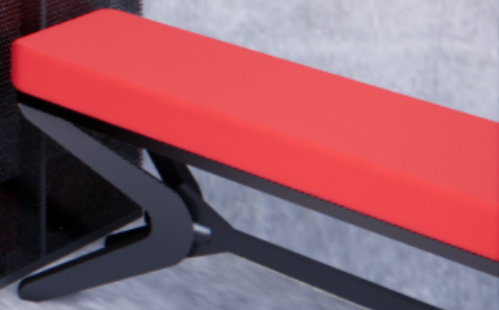


**HAMMER
GYM**

NO PAIN
NO GAIN



HAMMER
GYM





NO PAIN

NO GAIN





HAMMER
FOOD












HAMMER
GYM


HAMMER
GYM

05

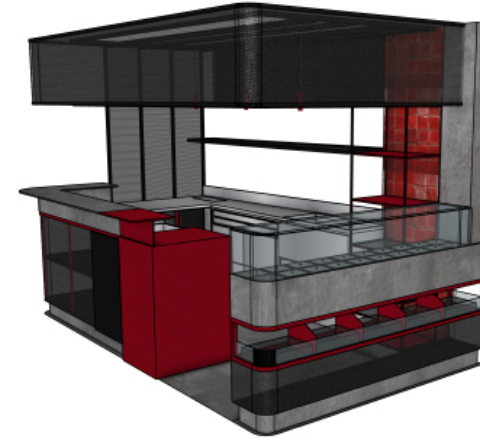
MOBILIARIO

HAMMERFOOD



Especificaciones Técnicas:

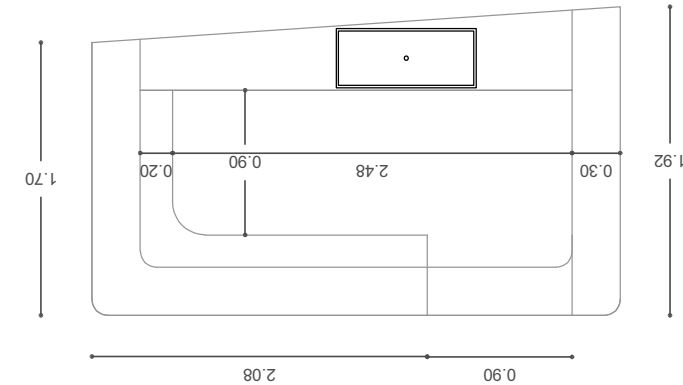
1. Estructura: Acero inoxidable mate color negro con soporte reforzado.
2. Vitrina incorporando vidrios templados con puertas corredizas
3. Escurridero tipo gabinete de piso a techo de estructura metálica color rojo brillante. Las bandejas de acero inoxidable color rojo
4. Exposición de artículos: Estructura de acero + recubrimiento de tol perforado negro.
5. Mesón: Modulares de melamínicos y recubrimiento con acero inoxidable gris.
6. Caja: Modulares de melamínicos y recubrimiento con acero color rojo.



Perspectiva



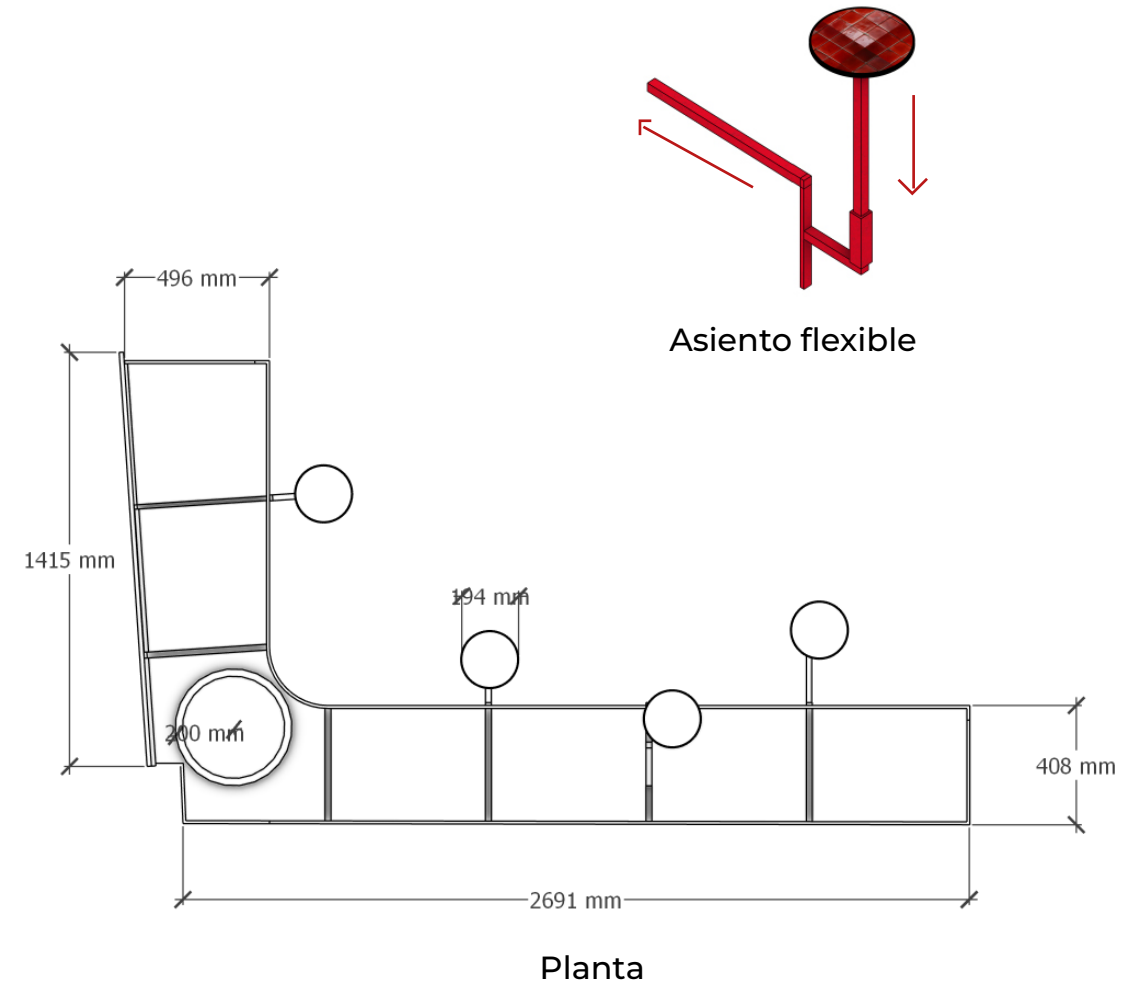
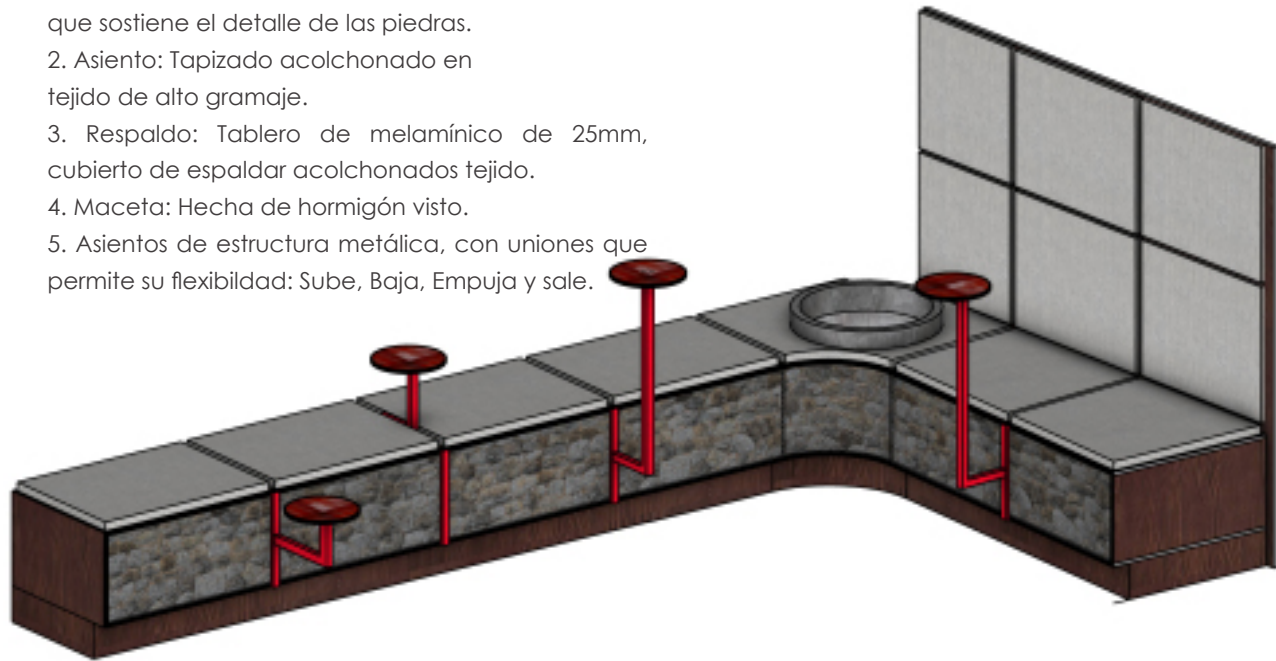
Fachada Frontal



Planta

Especificaciones Técnicas:

1. Estructura del asiento: modulares de melamínico, reforzado con acero, recubierto de tol perforado que sostiene el detalle de las piedras.
2. Asiento: Tapizado acolchonado en tejido de alto gramaje.
3. Respaldo: Tablero de melamínico de 25mm, cubierto de espaldar acolchonados tejido.
4. Maceta: Hecha de hormigón visto.
5. Asientos de estructura metálica, con uniones que permite su flexibilidad: Sube, Baja, Empuja y sale.



06

EPÍLOGO



6.1 Conclusiones

Impacto en la Experiencia del Cliente

La propuesta de diseño interior transforma el área de ingreso y pre-entreno en un espacio estratégico que influye directamente en la percepción y motivación del usuario. Al tratarse de una marca ya consolidada, la intervención no busca redefinir HAMMERGYM, sino potenciar su experiencia inicial mediante una secuencia espacial clara, funcional y emocionalmente estimulante. La reorganización de los espacios previos al ejercicio permite que el usuario viva el ingreso como un ritual de preparación, favoreciendo el bienestar, la comodidad y el sentido de pertenencia.

Asimismo, el enfoque abierto y orgánico mejora el flujo y la comprensión del recorrido, eliminando la fragmentación producida por el crecimiento informal del gimnasio. Esto contribuye a una experiencia más coherente, donde cada zona cumple un rol específico dentro del proceso corporal y mental previo al entrenamiento, reforzando la conexión entre arquitectura y movimiento.

Refuerzo de la Identidad de Marca

El proyecto aporta una narrativa espacial que consolida la identidad de HAMMERGYM desde su origen barrial hasta su expansión actual. Recuperar el acceso principal en la fachada frontal simboliza un retorno al punto de partida, integrando historia, comunidad y evolución dentro de una propuesta contemporánea. La intervención permite que el espacio de ingreso se convierta en una extensión física de la marca, coherente con sus valores de esfuerzo, disciplina y autenticidad.

Además, el diseño inspirado en sistemas corporales fortalece el concepto del gimnasio como un organismo vivo, donde cada área se conecta como parte de un todo. Esta lectura espacial genera una experiencia distintiva y memorable, posicionando a HAMMERGYM no solo como un lugar de entrenamiento, sino como un entorno integral de preparación y transformación

Innovación y Tendencias Actuales

La propuesta se alinea con tendencias actuales del diseño interior en espacios deportivos, donde el bienestar, la experiencia emocional y la interacción social adquieren un rol central. Incorporar áreas como bar saludable, espacios de socialización y transición ritual responde a una visión contemporánea del gimnasio como un lugar híbrido entre salud, ocio y comunidad.

El uso de geometrías orgánicas, conexiones inspiradas en circuitos internos y la ausencia de muros rígidos plantea una innovación espacial basada en la flexibilidad y la percepción. De esta manera, el proyecto introduce una lectura arquitectónica experimental que combina cuerpo, emoción y movimiento como generadores del diseño interior.

Refuerzo de la Identidad de Marca

El proyecto aporta una narrativa espacial que consolida la identidad de HAMMERGYM desde su origen barrial hasta su expansión actual. Recuperar el acceso principal en la fachada frontal simboliza un retorno al punto de partida, integrando historia, comunidad y evolución dentro de una propuesta contemporánea. La intervención permite que el espacio de ingreso se convierta en una extensión física de la marca, coherente con sus valores de esfuerzo, disciplina y autenticidad.

Además, el diseño inspirado en sistemas corporales fortalece el concepto del gimnasio como un organismo vivo, donde cada área se conecta como parte de un todo. Esta lectura espacial genera una experiencia distintiva y memorable, posicionando a HAMMERGYM no solo como un lugar de entrenamiento, sino como un entorno integral de preparación y transformación

6.2 Índice de ilustraciones

Ilustración 1. Hammergym y sus inicios 2017 en un local comercial de 100m2 (Fotografía de autoría propia).....	13	Ilustración 15. Fachada frontal espacio a intervenir Lanfor siempre cerrada (Fotografía de autoría propia)	25
Ilustración 2. Terreno de cultivos (Fotografía de autoría propia).....	14	Ilustración 16. Fachada lateral espacio a intervenir. Actualmente estacionamiento de motos exterior (Fotografía de autoría propia)	25
Ilustración 3. Intervención cimientos en terreno para cancha deportiva (Fotografía de autoría propia).....	14	Ilustración 17. Callejón Oe8A del gimnasio con relación al espacio público. (Fuente: Google Maps + Análisis del autor)	26
Ilustración 4. Partido de ecuavoley + evento familiar en la cancha deportiva (Fotografía de autoría propia)	15	Ilustración 18. Análisis de asoleamiento en modelado 3D (Fuente: Análisis del autor)	26
Ilustración 5. Intervención cimientos en cancha para plataforma del gimnasio (Fotografía de autoría propia)	15	Ilustración 19. Espacio interior del local comercial. Foco hacia la puerta principal (Fuente: fotografía de autoría propia)	27
Ilustración 6. Primeros clientes en HammerGym en local comercial uno. (Fotografía de autoría propia)	16	Ilustración 20. Espacio interior del local comercial. Foco hacia la esquina del local comercial (Fuente: fotografía de autoría propia)	27
Ilustración 7. Área de bailoterapia en la etapa dos ubicada en el local comercial de la residencia del propietario (Fotografía de autoría propia).....	16	Ilustración 21. Esquemas de uso en PB y PA a intervenir (Fuente: Análisis del autor)	27
Ilustración 8. Adaptación de hammergym en la nueva plataforma. (Fotografía de autoría propia)	17	Ilustración 22. Barrys (Fuente: Martin Studio)	28
Ilustración 9. Adaptación de un bar activo con opciones nutritivas (Fotografía de autoría propia)..	17	Ilustración 23. Les Cinq gym (Fuente: lescinqgym.com)	28
Ilustración 10. Etapa de crecimiento en HammerGym pisos superiores (Fotografía de autoría propia)	17	Ilustración 24. BioRitmoGym (Fuente: Bioritmo.com)	29
Ilustración 11. Diversos espacios "Pre-entreno" de Hammergym (Fotografía de autoría propia).....	18-	Ilustración 25. LusineGym (Fuente: Usine Opera)	29
Ilustración 12. Recepción HAMMERGYM. (Fotografía de autoría propia)	19	Ilustración 26. Imagen Conceptual. Arquitectura entendido como un sistema orgánico (Fuente: ChatGPT)	35
Ilustración 13. HAMMERGYM como auspiciante en el proyecto del barrio "emprendemos" dando una clase de bailoterapia (Fotografía de autoría propia).....	23	Ilustración 27. Esquema de programación (Fuente: Análisis del autor)	38
Ilustración 14. Punto HammerGym (Fuente: Google Maps)	24	Ilustración 28. Esquema de zonificación (Fuente: Análisis del autor)	39
Ilustración 15. Fachada frontal espacio a intervenir Lanfor siempre cerrada (Fotografía de autoría propia)	25	Ilustración 29. MoodBoard (Elaborado por la autora, imágenes recuperadas de la web)	40
		Ilustración 30. Material Board (Elaborado por la autora, imágenes recuperadas de la web)	41

6.3 Bibliografía

- Dávila, A. (2012). Culture and fitness in Latin America. Routledge.
- Fagan, G. (1999). Bathing in public in the Roman world. University of Michigan Press.
- Miller, S. G. (2006). Ancient Greek athletics. Yale University Press.
- Pfister, G. (2003). Cultural history of gymnastics. Routledge.
- Sassatelli, R. (2010). Fitness culture: Gyms and the commercialisation of discipline and fun. Palgrave Macmillan.
- Sanmartín, F. (2026, enero 15). Entrevista sobre los inicios y evolución de HAMMERGYM (Entrevista personal).
- Arias, R. (2026, febrero 10). Entrevista sobre la transformación del antiguo galpón en cancha de ecuavoley (Entrevista personal).
- Cardoso, J., & Givens, T. (2021). Migración ecuatoriana, género y retorno en el siglo XXI. Recuperado de <http://www.dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7969773.pdf>
- Cacheiro, A. (2020). Gimnasio en tu comunidad de vecinos. Recuperado de: <https://www.rocfit.com/consejos-fitness/montar-gimnasio-comunidad-vecinos/>