

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Arquitectura y Diseño Interior

Residencia para Deportistas Élite de Alto Desempeño

Michelle Pamela Silva Sotomayor

Diseño Interior

Trabajo de integración curricular presentado como requisito para la obtención del título
del Licenciada en Diseño Interior

Quito, 23 de diciembre del 2019

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Arquitectura y Diseño Interior

HOJA DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Residencia para Deportistas Élite de Alto Desempeño

Michelle Pamela Silva Sotomayor

Calificación:

Nombre del Profesor:

Helena Garino

Título Académico:

M. Sc. Architecture and Building Design

Firma del Profesor:

Quito, 23 de diciembre del 2019

DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento, certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito, incluyendo la política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo que USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de investigación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 114 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante _____

Nombres y Apellidos: Michelle Pamela Silva Sotomayor

Código de estudiante: 00114151

Cédula de Identidad: 171716446-9

Lugar y Fecha: Quito, 23 de diciembre del 2019

RESUMEN

El presente trabajo de titulación tiene como objetivo el planteamiento de una residencia para deportistas élite de alto desempeño que formen parte de la Concentración Deportiva de Pichincha, propuesta que se desarrollará en las actuales instalaciones del Hotel Barnard, el cual se encuentra ubicado en el sector centro-norte de la ciudad de Quito y estratégicamente localizado a tan solo 1000m de las instalaciones de la CDP. Su propósito es alojar a deportistas destacados de las diferentes provincias del Ecuador y brindarles la comodidad y seguridad que se requiere para que los deportistas puedan desarrollar su máximo potencial en un ambiente adecuado que les brinde todas las facilidades. Se pretende diseñar un espacio de vivienda en el cual también se incluyen zonas específicas de fisioterapia, spa y áreas de esparcimiento buscando promover la formación integral del deportista.

Palabras Clave:

- Residencia
- Deportistas
- Interacción
- Convivencia

ABSTRACT

The present work emphasizes on the approach of a Residence for high performance elite athletes that form part of the Concentración Deportiva de Pichincha, in the facilities of the Barnard Hotel, which is located in the center-north sector of the city Of Quito and strategically positioned at only 1000m from the facilities of the CDP. Its purpose is to accommodate outstanding athletes from the different provinces of Ecuador and provide them with the comfort and security that is required for athletes to develop their full potential in an adequate environment that provides them with all the facilities. The aim is to design a housing space which also includes specific areas of physiotherapy, spa and recreation areas, seeking to promote the complete training of the athlete.

Keywords:

- Residence
- Athletes
- Interaction
- Coexistence

ÍNDICE DE CONTENIDO

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROYECTO

1.1 Planteamiento del proyecto.....	11
1.2 Propuesta.....	11
1.3 Antecedentes.....	12
1.3.1 Concentración Deportiva de Pichincha.....	12
1.3.2 Hotel Barnard.....	15
1.4 Problemática.....	15
1.5 Target.....	17
1.6 Justificación.....	18
1.7 Ubicación y Análisis de Sitio.....	19
1.7.1 Análisis de la Zona.....	22
1.7.2 Rutas de Acceso y Transporte.....	25
1.7.3 Clima.....	29
1.8 Análisis Arquitectónico.....	30
1.8.1 Análisis Estructural.....	30
1.8.2 Volumetría.....	31
1.8.3 Ingresos y Circulaciones Verticales.....	32
1.8.4 Materialidad.....	33
1.8.5 Asoleamiento.....	37

CAPITULO II: RESIDENCIAS DEPORTIVAS

2.1 Definición.....	39
2.2 Características Generales.....	40
2.3 Referentes Internacionales.....	41
2.3.1 Challenged Athletes Foundation.....	42
2.3.2 Conestoga College Student Recreation Centre.....	45
2.4 Referentes Nacionales.....	48
2.4.1 Centro de Entrenamiento de Alto Rendimiento Rio Verde.....	48

CAPITULO III: PROGRAMACIÓN GENERAL Y FUNCIONAMIENTO

3.1 Funcionamiento.....	51
3.2 Programación de Áreas.....	55
3.3 Recepción.....	56
3.4 Área Administrativa.....	56
3.5 Habitaciones.....	58
3.6 Cafetería.....	59
3.7 Salas Comunes.....	59
3.8 Salas de Juego.....	60
3.9 Salas de Estudio.....	61
3.10 Gimnasio.....	61
3.11 Lavandería.....	62
3.12 Área del Personal.....	63
3.13 Áreas de Servicio.....	64

3.14 Parqueaderos.....	64
3.15 Referencias.....	65

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Listado de Disciplinas y Sedes de la Concentración Deportiva de Pichincha.....	14
Figura 2. Imagen satelital de la Ubicación del Hotel Barnard. Google Maps (2019).....	20
Figura 3. Imágenes de las Instalaciones del Hotel Barnard. Barnard Hotel (2019).....	21
Figura 4. Imagen satelital de la Zona de la Vicentina. Google Maps (2019).....	22
Figura 5. Imagen Satelital del tráfico en la Zona de la Vicentina. Google Maps (2019).....	25
Figura 6: Imagen Satelital mostrando las paradas de Bus, Ecovía y cooperativas de Taxi en la Zona de la Vicentina. Google Maps (2019).....	27
Figura 7: Tabla de Parámetros climáticos promedio de Quito. DataOrg (2019).....	29
Figura 8: Implantación Hotel Barnard.....	31
Figura 9: Imágenes de la fachada frontal y posterior del Hotel Barnard (2019).....	32
Figura 10: Materiales utilizados en las fachadas del Hotel Barnard (2019).....	33
Figura 11: Materiales utilizados en las habitaciones del Hotel Barnard (2019).....	34
Figura 12: Materiales utilizados en las áreas públicas del Hotel Barnard (2019).....	35
Figura 13: Materiales utilizados en la cocina del Hotel Barnard (2019).....	36
Figura 14: Implantación Hotel Barnard mostrando Asoleamiento.....	37
Figura 15: Vistas desde las Habitaciones del Hotel Barnard (2019).....	38
Figura 16: Fachada principal Challenged Athletes Foundation. Colkitt & Co.(2013).....	42
Figura 17: Interior Challenged Athletes Foundation. Colkitt & Co (2013).....	43
Figura 18: Canchas Challenged Athletes Foundation. Colkitt & Co (2013).....	44
Figura 19: Instalaciones Conestoga College Student Recreation Centre. Archdaily. (2017).....	45
Figura 20: Recepción Conestoga College Student Recreation Centre. Archdaily. (2017).....	46

Figura 21: Gimnasio Conestoga College Student Recreation Centre. Archdaily. (2017).....	47
Figura 22: Infraestructura CEAR Río Verde. Gobierno de la República del Ecuador (2019).....	48
Figura 23: Polideportivo CEAR Río Verde. Gobierno de la República del Ecuador (2019).....	49
Figura 24: Exteriores CEAR Río Verde. Gobierno de la República del Ecuador (2019).....	50
Figura 25: Estructura Organizacional de una Empresa.....	57

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROYECTO

1.1 Planteamiento del Proyecto

Remodelación y replanteamiento Interior del Hotel Barnard, en el sector de la Vicentina, proyectando la adaptación de una residencia para los deportistas élite de alto desempeño que formen parte de la Concentración Deportiva de Pichincha.

1.2 Propuesta

Residencia y Rehabilitación para Deportistas élite de alto Desempeño

La propuesta del presente proyecto de fin de carrera se basa en la creación de una residencia deportiva, la cual busca proveer una vivienda de calidad, fomentar la inclusión social y lograr asegurar una armoniosa funcionalidad en un ambiente que integre a su gente, el lugar, los procesos y la tecnología para cumplir con el desarrollo de los programas de los deportistas ecuatorianos élite de alto rendimiento.

El proyecto se logrará por medio de la remodelación interior del Hotel Barnard en la ciudad de Quito; el cual se encuentra ubicado cerca de varios centros de educación superior e importantes áreas recreacionales y deportivas en el sector de la Vicentina. El objetivo del proyecto es crear un ambiente integral para deportistas provenientes de las diferentes provincias del Ecuador que formen parte de la Concentración Deportiva de Pichincha y así poder convivir en un entorno que cubra todas sus necesidades y ofrezca las comodidades requeridas, a la vez que permite una fácil accesibilidad a las instalaciones deportivas de la Concentración.

De esta manera, las instalaciones del proyecto contarán con áreas como: habitaciones totalmente equipadas y funcionales, espacios de descanso individuales o grupales, rehabilitación

y fisioterapia, áreas de dispersión, spa, cafetería y comedor, entre otros. Los cuales brinden un ambiente amigable entre deportistas para que así su proceso de formación deportiva sea integral y que no necesiten preocuparse en sobremanera por estos temas; teniendo todo lo necesario a su alcance.

1.3 Antecedentes

1.3.1 Concentración Deportiva de Pichincha

La ciudad de Quito, capital del Ecuador, se encuentra a 2, 850 metros de altura sobre el nivel del mar, lo cual la convierte en un ambiente ideal para la formación de los deportistas, ya que el principal objetivo del entrenamiento en altitud es potencializar y optimizar el consumo de oxígeno durante el entrenamiento físico para aumentar los niveles de la resistencia general de un deportista. Quito se ha convertido en el destino preferido para deportistas nacionales e internacionales que buscan un entrenamiento completo, por lo que la Concentración Deportiva de Pichincha es el recinto deportivo más integral y popular de la ciudad que ofrece áreas especializadas en varias disciplinas deportivas con infraestructura para poder entrenar y competir dentro de la ciudad.

La Concentración Deportiva de Pichincha fue fundada en el año de 1924 bajo el nombre de Liga deportiva de Pichincha, su objetivo principal fue formar una instancia organizativa para coordinar y dirigir las acciones del deporte provincial del Ecuador. De esta manera se logró crear orden entre los varios clubes y academias deportivas existentes en la época, los cuales no contaban con una buena organización y se encontraban dispersas en la ciudad de Quito, como resultado, se creó un auténtico movimiento social-deportivo que se mantiene latente en la actualidad. (Concentración Deportiva de Pichincha, 2019).

Con la finalidad de buscar la excelencia deportiva y ser un referente nacional e internacional para la formación de deportista de alto desempeño, la Concentración Deportiva de Pichincha promueve los siguientes visión, misión y objetivos:

Misión: Hacer de la Concentración Deportiva de Pichincha una organización con valores y principios humanistas que permita coordinar el esfuerzo técnico-científico de todos sus integrantes en procura de conseguir eficiencia y eficacia en busca de excelencia deportiva en los eventos que nos representen.

Visión: Dar atención multidisciplinaria a los niños, adolescentes, jóvenes y adultos con carácter técnico-científico, cumpliendo el proceso de formación integral a fin de entregar atletas que representen a la provincia y al país sólidamente preparados para su participación en la competencias nacionales e internacionales.

Objetivos:

- El fomento, la planificación, la organización, la coordinación, la ejecución, la implantación, la vigilancia el control de la actividad del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física.
- Alcanzar triunfos deportivos nacionales e internacionales.
- Dotar a los futuros deportistas de los conocimientos y habilidades necesarias para el mejor desarrollo de su rol.
- Formar y capacitar a los dirigentes deportivos, actuales y futuros, en las técnicas de Control de Calidad como la más eficaz estrategia de diferenciación de la CDP.

Las disciplinas abaladas por la Concentración Deportiva de Pichincha se encuentran distribuidas en diferentes sedes a los largo y ancho de la ciudad siendo el listado oficial el descrito a continuación:

Listado de Disciplinas y Sedes de la Concentración Deportiva de Pichincha	
Palacio de los Deportes	
Ajedrez	Físico Culturismo y Potencia
Baloncesto	Gimnasia
Karate Do	Levantamiento de Pesas
Squash	Tenis de Campo
Tenis de Mesa	Tiro con Arco
Tiro Olímpico	Voleibol
Estadio Olímpico Atahualpa	
Ecuestres	Esgrima
Fútbol	Kick Boxing
Polideportivo Bruno Frixone	
Judo	Tae Kwon Do
Velódromo José Luis Recalde	
Ciclismo	Triathlon
Complejo Ciudad de Quito	
Pista Atlética los Chasquis	
Andinismo	Atletismo
Gimnasio la Tola	
Estadio Wilson Dalgo	
Boxeo	Pelota Nacional
Patinódromo Ciudad de Quito	
Piscina César Alfaro Pólit	
Hockey	Natación

Figura 1: Listado de Disciplinas y Sedes de la Concentración Deportiva de Pichincha.

Concentración Deportiva de Pichincha (2019).

1.3.2 Hotel Barnard

El proyecto será realizado en las instalaciones del Hotel Barnard, el cual empezó como un pequeño hostel que se inauguró en el año de 1978, debido a la alta demanda de estudiantes universitarios que buscaban un lugar de hospedaje en la cercanía de las Universidades de la zona, igualmente alojaba a varios deportistas nacionales que entrenaban fijamente en la Concentración Deportiva de Pichincha y a equipos de fútbol pertenecientes a varias ligas reconocidas. Al inicio el hotel contaba con 12 habitaciones que eran rentadas durante meses principalmente por los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador y la Universidad Politécnica Salesiana, el hotel también disponía de una pequeña cafetería que ofrecía servicios básicos de alimentación para sus huéspedes. Hoy en día, el hotel ofrece 50 habitaciones que van desde sencillas hasta suites familiares con una capacidad de hasta 6 personas, las cuales cuentan con todas las necesidades básicas, además, los huéspedes tienen libre acceso al Restaurante Quinta Girón que se encuentra dentro de las instalaciones del hotel, un amplio Spa, varias salas para eventos y parqueaderos privados. (Vela. M, comunicación personal, 5 de febrero de 2019).

1.4 Problemática

El Ecuador cuenta con cinco Centros de Entrenamiento de Alto Rendimiento que se encuentran ubicados estratégicamente en diferentes provincias del país y su uso es exclusivo para deportistas nacionales considerados de élite que se proyectan para representar al país en torneos nacionales e internacionales, siendo estos centros considerados semilleros para deportistas que buscan la excelencia.

Los Centros de Alto Rendimiento fueron fuertemente impulsados en el gobierno de Rafael Correa y se les adjudicó recursos necesarios, tanto para infraestructura, como para personal

administrativo, técnicos especialistas, nutricionistas y médicos deportólogos, con el fin de buscar que fueran autosustentables. Con la actual administración se han detectado fallas técnicas en las diferentes pistas e instalaciones ya que estas no cumplen con los requisitos técnicos de competición internacional y no todos estos Centros de alto rendimiento cuentan con las comodidades e instalaciones requeridas para el óptimo desempeño de los deportistas, ni la infraestructura administrativa necesaria para soportar su gestión, por lo que los siguientes centros deportivos se encuentran en evaluación para determinar si procede su liquidación debido a todas las barreras detalladas previamente y ya que en los últimos años su ocupación ha sido solamente al 35% de su capacidad:

- CEAR Cuenca, Azuay
- CEAR Río Verde, Esmeraldas
- CEAR Durán, Guayaquil
- CEAR Carpuela, Ibarra
- CEAR Macas, Morona Santiago

Por otro lado, los deportistas prefieren buscar hoteles en lugar de usar las instalaciones de los Centros de Entrenamiento de Alto Rendimiento debido a la falta de mantenimiento, seguridad, ya que sus instalaciones no brindan un servicio completo, adicionalmente considerando que las opciones del menú de los deportistas tampoco cumplen con sus necesidades ni expectativas requeridas para su desarrollo integral.

Con la finalidad de aliviar esta problemática, la propuesta de creación de una residencia deportiva en la provincia de Pichincha busca cubrir las necesidades insatisfechas de la provincia ya que, a la fecha a pesar de encontrarse en la capital del país, no ha tenido el impulso ni el enfoque necesarios para desarrollar a los deportistas locales, quienes buscan movilizarse a otras provincias

para recibir el entrenamiento requerido en sus diferentes disciplinas deportivas. Si consideramos que adicionalmente la ciudad de Quito está ubicada a 2,850m sobre el nivel del mar y que esto le da una ventaja competitiva con relación a cualquier otra sede ubicada en otra provincia del país, permitiendo a los deportistas entrenar en altura y potenciar su desempeño, el planteamiento de esta propuesta está totalmente sustentado y es viable. Es importante considerar que el secretaría del deporte ecuatoriano cuenta con las partidas presupuestarias necesarias para impulsar el desarrollo deportivo en el país que necesitan ser redistribuidas para apoyar e incentivar a los deportistas de élite, especialmente considerando los últimos logros deportivos que han vestido de gloria al país al obtener diversas medallas y reconocimientos internacionales en disciplinas como ciclismo, levantamiento de pesas, patinaje artístico, atletismo, entre otros.

1.5 Target

Este proyecto está dirigido a los seleccionados nacionales que forman parte del plan de alto rendimiento, el cual es administrado por la secretaría del deporte ecuatoriano y que considera con planes de alojamiento, transporte, alimentación y estudios a los deportistas más destacados que han obtenido resultados sobresalientes en los selectivos de sus respectivas disciplinas al haber logrado los primeros puestos en competencias nacionales y que se proyectan como promesas deportivas. Se busca con esta propuesta de un centro de alto rendimiento, alojar a deportistas a partir de los 15 años edad y en adelante que puedan dedicarse completamente al deporte de la mano de técnicos especialistas, médicos deportólogos, nutricionistas y fisioterapeutas que forman parte de todo el personal de apoyo, el cual está enfocado en desarrollar el máximo potencial de los seleccionados nacionales.

La Concentración Deportiva de Pichincha cuenta con diferentes sedes dependiendo de la disciplina deportiva ubicadas en varios puntos estratégicos de la ciudad de Quito, por lo que esta propuesta acogerá a todos aquellos deportistas que pertenezcan a esta organización deportiva dando prioridad a aquellas disciplinas que cuentan con las instalaciones en la sede de la Vicentina, abarcando los complejos del Palacio de los Deportes, la Pista Atlética de los Chasquis y el Complejo Ciudad de Quito para así poder entrenar y formarse en la sede que se encuentra a escasos metros de la residencia deportiva sin tener que desplazarse grandes distancias dentro de la ciudad, optimizando de esta manera su tiempo y ahorrando en movilización, además que buscan en las instalaciones de la residencia todos los servicios que les permitan cumplir a cabalidad sus metas deportivas, en un lugar seguro y comfortable.

1.6 Justificación

La razón por la cual se escogieron las instalaciones del Hotel Barnard para llevar a cabo este proyecto de renovación integral para crear una residencia deportiva es principalmente por su privilegiada ubicación cercana a las instalaciones de la Concentración Deportiva de Pichincha en la ciudad de Quito, por su fácil accesibilidad y debido a que las instalaciones cuentan con el área requerida para desarrollar este proyecto.

El gobierno ecuatoriano a puesto principal interés en impulsar el deporte en sus diversas disciplinas y ha asignado partidas presupuestarias para apoyar a los deportistas élites, representando esta una excelente oportunidad para realizar convenios entre el sector privado y el gobierno a través de alianzas estratégicas que permitan complementar y cubrir todas las necesidades de los deportistas, permitiendo que se enfoquen a desarrollar su más óptimo potencial sin tener que preocuparse de que alguna de sus necesidades básicas no esté cubierta.

Cabe resaltar que las instalaciones han sido expandidas sostenidamente a lo largo de los últimos años, alineadas con las necesidades del negocio, contando al momento de su inauguración con 12 habitaciones sencillas y en la actualidad con un total de 50 habitaciones, las cuales fueron construidas en una nueva torre del hotel y se acomodan completamente a las diferentes exigencias de los huéspedes. El hotel Barnard, cuenta ya con la infraestructura básica para desarrollar la propuesta de diseño de la residencia deportiva y está apostando en esta inversión ya que el sector deportivo se presenta como un negocio importante de constante expansión a nivel internacional.

1.7 Ubicación y Análisis de Sitio

El proyecto de la Residencia Deportiva para los deportistas que forman parte de la Concentración Deportiva de Pichincha se desarrollará en el Hotel Barnard, el cual se encuentra ubicado en la Av. Queseras del Medio E11-205 y la Av. Gran Colombia, en el sector de la Vicentina de la ciudad de Quito, Ecuador. Como punto de referencia, al frente del hotel se encuentra el Hospital de Especialidades F.F.A.A. n°1 (Hospital Militar), al costado está el Coliseo General Rumiñahui y la Concentración Deportiva de Pichincha, el hotel se ubica a una corta distancia de la Plaza de la Memoria y varios centros culturales representativos de Quito.

El barrio de la Vicentina forma parte de la parroquia Itchimbía y alberga a 10.000 habitantes aproximadamente, el barrio se formó a inicios del siglo XX debido a la acelerada expansión urbana de la ciudad de Quito y fue el modelo de los barrios obreros muy distintivos de la época. En la actualidad la Vicentina es un barrio muy popular entre los habitantes ya que es un sector predominantemente residencial que cuenta con una gran variedad de locales comerciales, centros culturales y deportivos, los cuales amplifican el arte cotidiano y muestran vivamente la vida social de los quiteños. (Municipio del Distrito Metropolitano de Quito, 2008).

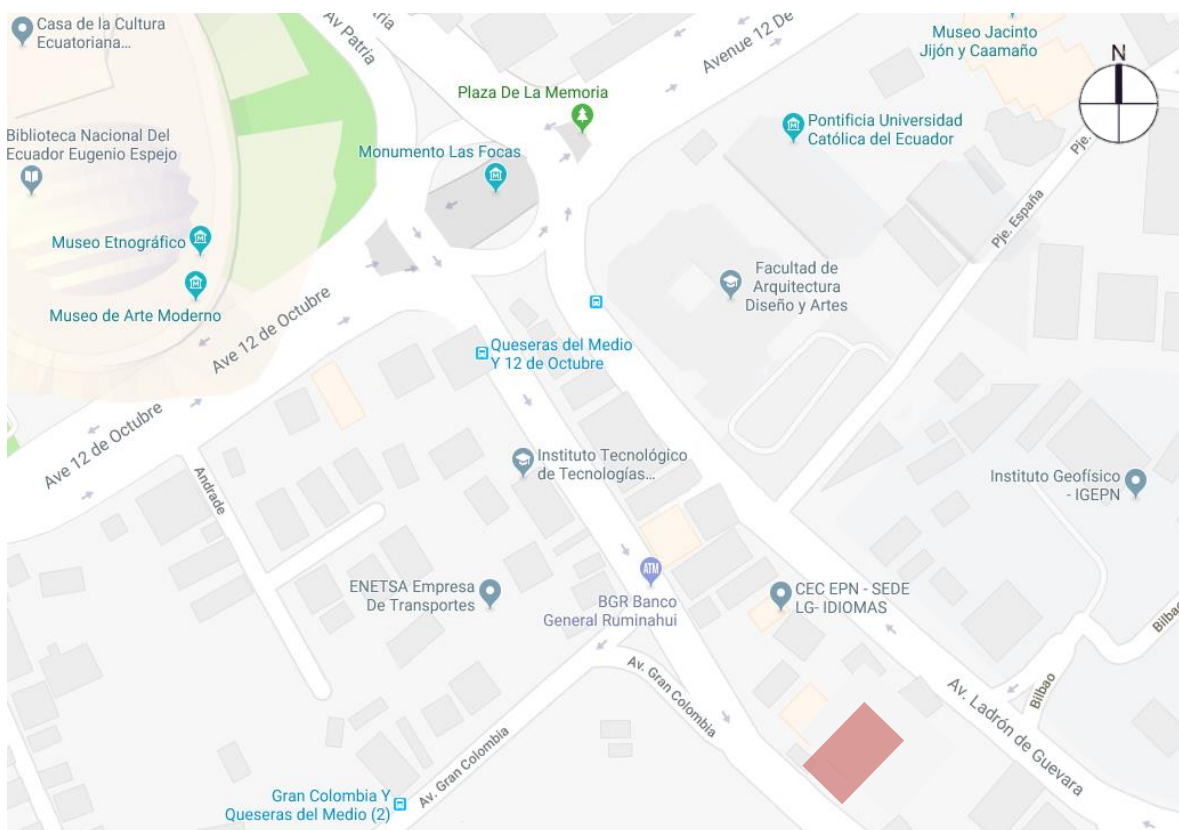


Figura 2: Imagen satelital de la Ubicación del Hotel Barnard. Google Maps (2019).

■ Hotel Barnard

La ubicación estratégica del Hotel Barnard permite que los deportistas que realizan sus actividades en las diferentes sedes de la Concentración Deportiva de Pichincha puedan desplazarse a pie o a bicicleta tranquilamente, ya que la distancia entre el hotel y la organización deportiva es de 1.4km, lo que equivale a 14 minutos caminando, adicionalmente cerca del lugar se encuentran varias paradas de transporte público y disponen de la accesibilidad a varias cooperativas de Taxis que trabajan en el sector de la Vicentina, lo cual facilita la movilización de los deportistas.

Actualmente el edificio del hotel cuenta con dos subsuelos en donde se encuentra un amplio parqueadero para clientes y el personal, varias bodegas, salones para eventos y convenciones; en

planta baja está el lobby, las oficinas administrativas, el restaurante Quinta Girón, el spa, salas para eventos y convenciones, la oficina de administración junto con las oficinas de gerencia y subgerencia; finalmente en los tres pisos superiores se encuentran las diferentes habitaciones para los huéspedes y áreas de servicio para el personal.

El hotel ofrece 50 cómodas habitaciones con una decoración moderna y funcional, las cuales se dividen en habitaciones simples, dobles, triples y cuádruples, dependiendo de las necesidades de sus huéspedes. Igualmente, las salas para eventos son altamente utilizadas durante todo el año por empresas altamente reconocidas y es uno de los atractivos principales del hotel al igual que el restaurante Quinta Girón el cual no solo recibe a los huéspedes del hotel. (Barnard Hotel, 2019).



Figura 3: Imágenes de las Instalaciones del Hotel Barnard. Barnard Hotel (2019).

1.7.1 Análisis de la Zona

Como se mencionó anteriormente, el Hotel Barnard se encuentra en una zona urbana con un importante movimiento comercial y corporativo en el centro-norte de la ciudad de Quito. La importancia de esta zona de la ciudad se basa en cómo el aspecto financiero, lo cultural y el entretenimiento se funden para crear una dinámica estratégica de ubicación centralizada.

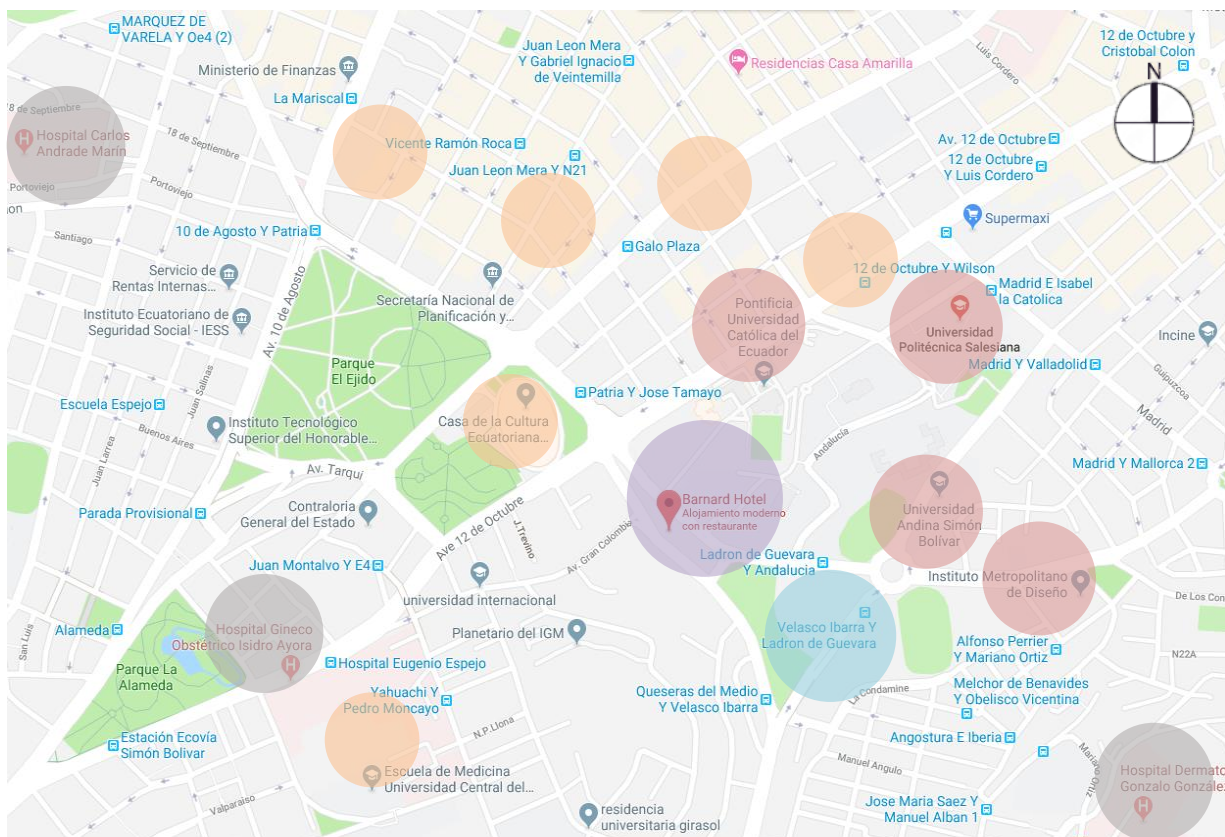


Figura 4: Imagen satelital de la Zona de la Vicentina. Google Maps (2019).

- Lugar de Desarrollo del Proyecto: Hotel Barnard
- Institutos de Educación Superior
- Complejos Deportivos
- Centros Culturales
- Hospitales

Centros Culturales:

- La Casa de la Cultura Ecuatoriana Benjamín Carrión es una institución del estado cuyo principal objetivo es promover la cultura nacional en diferentes ámbitos, promoviendo la sensibilidad artística. Se encuentra ubicada en la Av. 12 de octubre y Av. Patria a 700m de distancia de la residencia deportiva, lo que equivale a 9 minutos caminando.
- El Centro Cultural Benjamín Carrión promueve la difusión cultural y editorial haciendo énfasis en el legado histórico y cultural de la población Quiteña. Este centro cultural se encuentra ubicado en la Av. Jorge Washington y Av. General Ulpiano Páez a 1100m de distancia de la residencia deportiva, lo que equivale a 16 minutos caminando
- El Centro Cultural PUCE ofrece a la comunidad un lugar en el cual se puedan desarrollar diversas actividades culturales alineados con los requerimientos de la sociedad. Este espacio se encuentra ubicado en la Av. 12 de Octubre, como parte de las instalaciones de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador y está a 650m de distancia de la residencia deportiva, lo que equivale a 8 minutos caminando.
- Centro de Convenciones Eugenio Espejo cuenta con un espacio adecuado para eventos y convenciones proporcionando un lugar para el esparcimiento de la sociedad Quiteña. El centro de convenciones se encuentra ubicado en la Av. Gran Colombia y Av. Yaguachi a 900m de distancia de la residencia deportiva, lo que equivale a 12 minutos caminando.
- El Útero es un espacio cultural destinado específicamente a la fusión de diferentes disciplinas artísticas en el cual los varios artistas se pueden expresar e interactuar de manera libre y creativa para desarrollar una industria independiente en un lugar fijo. El lugar se encuentra ubicado en la Av. Reina Victoria y Av. Jerónimo Carrión a 1000m de la residencia deportiva, lo que equivale a 14 minutos a pie.

Complejos Deportivos

- La Concentración Deportiva de Pichincha se creó con el propósito de incentivar a los deportistas nacionales de Pichincha para poder fomentar los valores deportivos de varias disciplinas y así lograr representar destacadamente a los ecuatorianos con un club altamente reconocido a nivel nacional e internacional. Esta organización deportiva se encuentra ubicada en la Av. Ladrón de Guevara y Av. Toledo a 1400m de distancia de la residencia deportiva, lo que equivale a 14 minutos a pie.
- Coliseo General Rumiñahui es un complejo deportivo con una estructura cerrada, la cual forma parte de la Concentración Deportiva de Pichincha y es uno de los coliseos más importantes de la ciudad de Quito. Es principalmente utilizado para preparar a deportistas de nivel olímpico en diferentes ámbitos, pero en ciertas ocasiones también es utilizado para realizar conciertos o diferentes eventos a gran escala. El Coliseo se encuentra ubicado en la Av. Ladrón de Guevara y Av. Velasco Ibarra a 400m de distancia de la residencia deportiva, lo que equivale a 4 minutos caminando.
- Coliseo los Quitus es un centro deportivo y de recreación en donde se realizan varios eventos deportivos bajo techo como el básquet, gimnasia olímpica y rítmica, boxeo, esgrima, entre otros. El coliseo también forma parte de la Concentración Deportiva de Pichincha. Se encuentra ubicado en la Av. La Condamine y Av. Luis Godín a 1300m de la residencia deportiva, lo que equivale a 13 minutos a pie.
- Pista Atlética los Chasquis está diseñada para realizar varios ejercicios relacionados con el Atletismo al aire libre, dentro de las disciplinas se encuentran: carreras, marchas, saltos y lanzamientos. La pista se encuentra ubicada entre la Av. La Condamine y la Av. Ladrón de Guevara a 1500m de la residencia deportiva, lo que equivale a 15 minutos caminando.

1.7.2 Rutas de Acceso y Transporte

La forma de transporte más común de la zona es por medio de autobuses, la línea de Ecovía o taxis debido a que hay un gran movimiento vehicular en esta zona de la ciudad, lo cual crea congestión en las principales avenidas durante las horas pico. El transporte público permite que los deportistas se movilen de una manera fácil y segura en el área de la Vicentina, cuentan con varias paradas de buses y de Ecovía con rutas que se desplazan por toda la ciudad gracias a su ubicación céntrica, igualmente hay varias cooperativas de Taxi seguras disponibles las 24 horas del día.

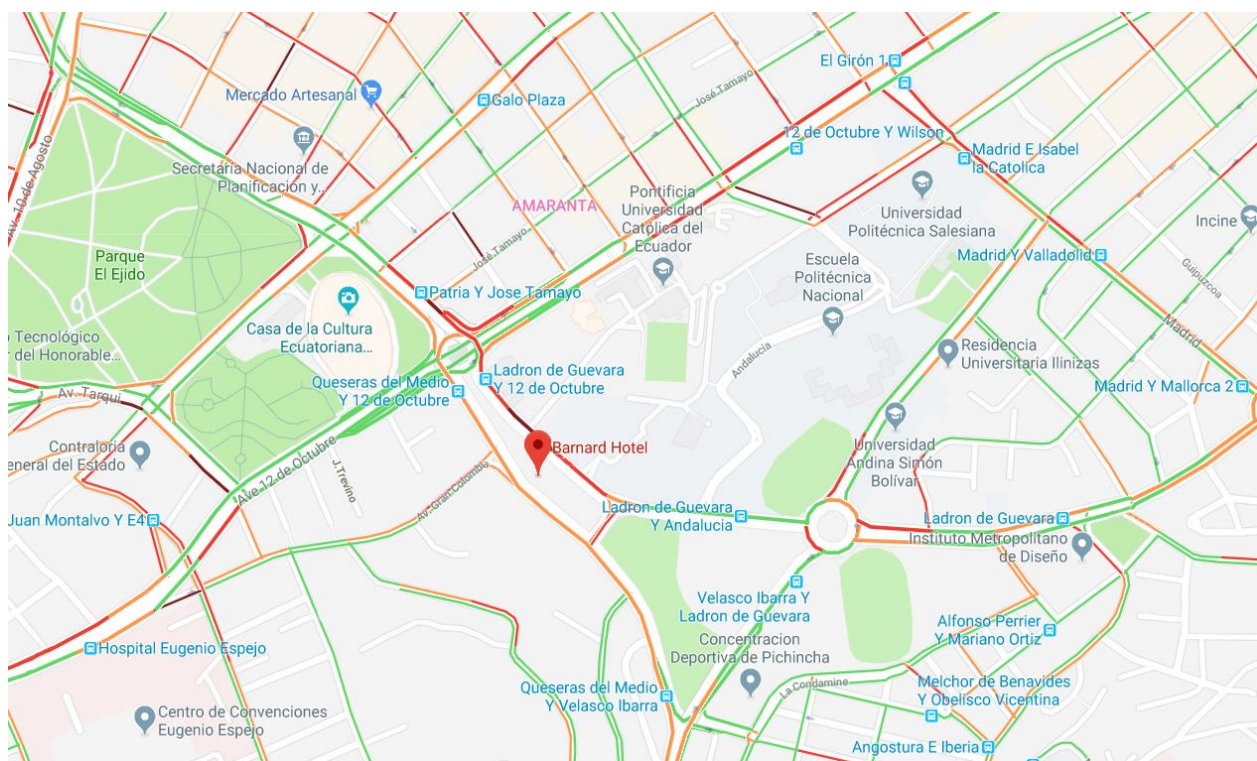


Figura 5: Imagen Satelital del tráfico en la Zona de la Vicentina. Google Maps (2019).

- Tráfico Rápido
- Tráfico Regular
- Tráfico Lento

Todos los estacionamientos públicos cerca de la zona cobran una tarifa de 1\$ a \$2 la hora o fracción dependiendo del área en la que se encuentren, también se puede solicitar una tarifa mensual para los usuarios frecuentes que varía entre \$40 a \$50; existen estacionamientos que funcionan las 24 horas y otros que poseen horarios fijos. La zona azul se encuentra dispersa en varios puntos altamente transitados de la ciudad y funciona en un horario fijo desde las 08h00 hasta las 18h00 con una tarifa de 0,40 ctvs. la hora o fracción. Para poder acceder a este servicio, los trabajadores de chaleco azul deben entregar un ticket con la hora requerida impresa al momento de pagar.

Una alternativa económica y ecológica de movilización urbana es el servicio de BiciQuito, es un servicio gratuito que el Municipio del Distrito Metropolitano de Quito pone a disposición a todas las personas que deseen recorrer una distancia corta dentro del perímetro urbano de la ciudad de Quito. Los deportistas pueden utilizar tranquilamente este servicio ya que cuentan con varias estaciones de bicicleta cerca de las universidades y de las residencias; para poder utilizar el servicio, los usuarios deben registrarse gratuitamente una sola vez y podrán utilizar las bicicletas durante todo el año y con acceso a todas las estaciones. (BiciQuito, 2019).

El ingreso principal del Hotel Barnard se encuentra en la Av. Queseras del Medio, la cual es una avenida altamente transitada por vehículos particulares y autobuses ya que se conecta directamente con la Av. Velasco Ibarra que conduce directamente hacía el intercambiador el Trébol, en donde se concentra una alta densidad vehicular de servicio público, interprovincial, y particular; debido a que desde ahí se pueden tomar diferentes rutas hacia el Valle de los Chillos, al Centro Histórico de Quito o al Sur de la capital.

Los buses públicos funcionan en un horario fijo de 05h00 a 24h00 de lunes a viernes, mientras que los fines de semana y días festivos brindan sus servicios de 06h00 a 22h00, los buses

viajan en intervalos de 15 a 30 minutos dependiendo del sector en el que se encuentre la parada. Por otro lado, la Ecovía funciona en un horario de 06h00 a 22h00 de lunes a domingo incluyendo los días festivos y viaja en intervalos de 30 minutos; los dos servicios mantienen una tarifa establecida de 0,25 centavos por pasajero, para estudiantes, personas de la tercera edad y personas con discapacidad se aplica un 50% menos a la tarifa normal resultando en 0,12 centavo por pasajero, estos usuarios deben presentar una identificación para poder acceder al descuento. (Municipio del Distrito Metropolitano de Quito, 2019).

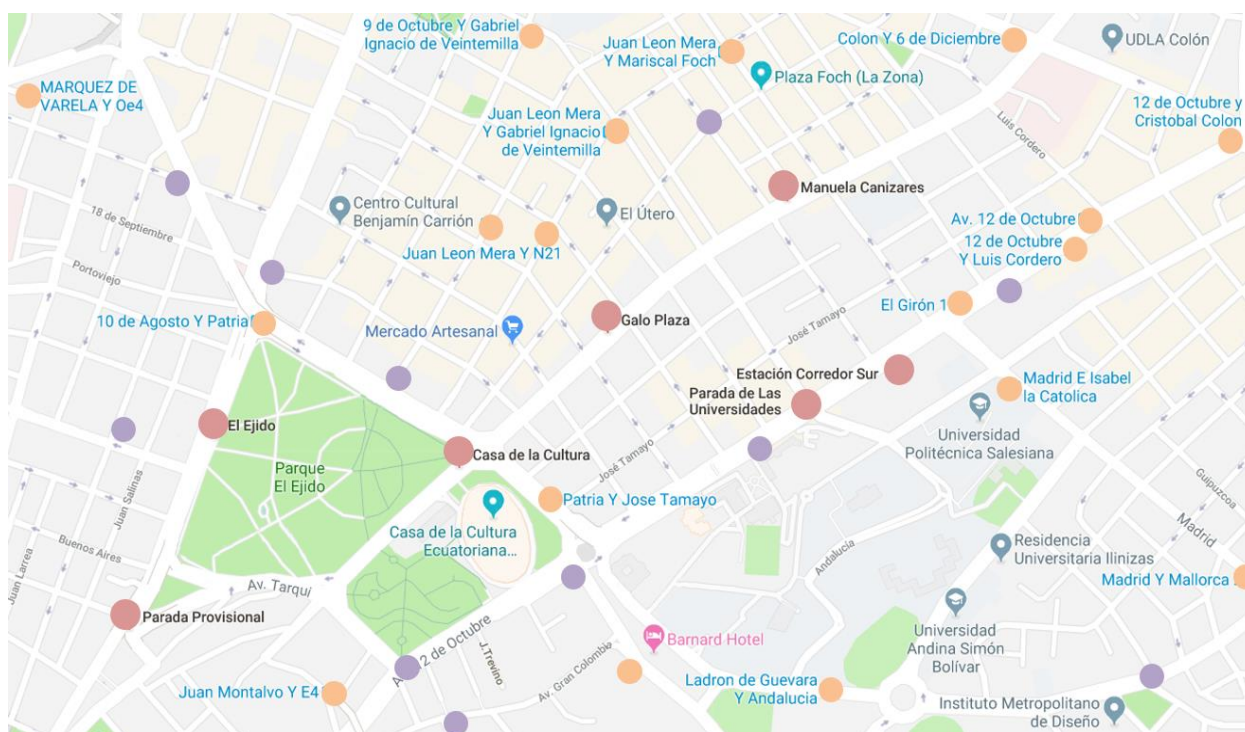


Figura 6: Imagen Satelital mostrando las paradas de Bus, Ecovía y cooperativas de Taxi en la Zona de la Vicentina. Google Maps (2019).

- Paradas de Bus
- Paradas de Ecovía
- Cooperativas de Taxi

Paradas de Bus Cercanas

- La parada de bus más cercana al Hotel es la parada del Hospital Militar, la cual se encuentra ubicada a un costado del ingreso principal del hospital en la Av. Queseras del Medio.
- Ladrón de Guevara y Andalucía
- Patria y José Tamayo
- 10 de Agosto y Patria
- Juan León Mera y Veintimilla
- El Girón 1
- Av. 12 de Octubre y Cristóbal Colón
- Madrid e Isabel Católica

Paradas de Ecovía Cercanas

- Casa de la Cultura
- Parada de las Universidades
- Estación Corredor Sur
- Casa de la Cultura
- El Ejido

Cooperativas de Taxi

- Cooperativa Tarqui
- Cooperativa Santo Domingo
- Cooperativa el Ejido
- Cooperativa Quito Jardín
- Cooperativa la Floresta
- Cooperativa Patria

1.7.3 Clima

La ciudad de Quito se encuentra ubicada a la altura de las laderas de los Andes a 2, 850 metros de altura sobre el nivel del mar, corresponde a un clima Subtropical característico de tierras altas, por lo que se disfruta de un clima templado y cálido durante todo el año. Debido a su ubicación céntrica en la línea Ecuatorial, los rayos solares se dispersan de manera perpendicular y llegan de manera directa en esta zona específica del mundo, por lo que radiación solar es muy alta por lo que se deben tomar medidas precautelares en días soleados.

Quito mantiene una temperatura promedio de 14 °C, oscilando entre una temperatura media de 9 °C a 19 °C, por esta razón, se cuenta únicamente con dos estaciones en todo el año; la temporada seca que dura alrededor de cuatro meses y es en dónde se presentan las temperaturas más altas, mientras que la temporada de invierno mantiene un período de lluvias prolongadas. Según datos estadísticos, el mes más cálido del año es septiembre con una temperatura promedio de 21.1 °C; el mes más frío es agosto con una temperatura promedio de 6.6 °C; mientras que el mes más lluvioso es el de abril, con una precipitación promedio de 189 milímetros. (Clima-DataOrg, 2019).

	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Temperatura media (°C)	14	14	14	13.9	14.1	13.6	13.7	13.8	13.9	14	13.8	14
Temperatura min. (°C)	7.7	8	8.1	8	8	7.1	6.7	6.6	6.8	7.5	7.3	7.6
Temperatura máx. (°C)	20.4	20.1	20	19.9	20.2	20.2	20.7	21.1	21.1	20.6	20.4	20.5
Temperatura media (°F)	57.2	57.2	57.2	57.0	57.4	56.5	56.7	56.8	57.0	57.2	56.8	57.2
Temperatura min. (°F)	45.9	46.4	46.6	46.4	46.4	44.8	44.1	43.9	44.2	45.5	45.1	45.7
Temperatura máx. (°F)	68.7	68.2	68.0	67.8	68.4	68.4	69.3	70.0	70.0	69.1	68.7	68.9
Precipitación (mm)	120	137	163	189	116	56	22	32	84	130	120	104

Figura 7: Tabla de Parámetros climáticos promedio de Quito. DataOrg (2019).

1.8 Análisis Arquitectónico

El Hotel Barnard se encuentra situado en un terreno irregular de 1800 metros cuadrados, la edificación está dividida por dos torres principales que ocupan 5000 metros cuadrados de construcción total. El hotel cuenta con dos subsuelos en donde están los parqueaderos para huéspedes y personal, la planta baja es utilizada para el servicio de los huéspedes, las áreas de servicio están esparcidas en la planta baja y el primer piso de la edificación, mientras que cada torre posee tres plantas superiores que son utilizadas totalmente para las habitaciones, finalmente la terraza brinda una vista panorámica de la ciudad de Quito, la cual es accesible por medio de un conjunto de gradas fijas que son utilizadas en casos de emergencias.

1.8.1 Análisis Estructural

En cuanto a la infraestructura del lugar, las losas emplean el sistema constructivo Steel Deck, el cual utiliza el hormigón y el acero para reforzar efectivamente los elementos estructurales de la edificación; la losa compuesta se encuentra soportada por vigas de hormigón armado actuando como elemento constructivo principal y en el sentido contrario se utilizan vigas de acero de apoyo para formar un cuadrícula reforzada que distribuye y soporta las diferentes fuerzas creadas por el peso de la edificación. Las columnas de hormigón armado mantienen una forma cuadrada con dimensiones de 0,30m por 0,30m y se encargan de transmitir la carga de las vigas hacia la fundación del proyecto, estos ejes estructurales se encuentran colocados cada 3.50m a lo ancho y cada 3,20m a lo largo del edificio. La estructura del edificio se puede ver a simple vista únicamente en los subsuelos, donde están los estacionamientos, mientras que las columnas vistas en el interior del edificio son recubiertas de madera para que se mezclen con los elementos decorativos dentro del espacio.

1.8.2 Volumetría

La edificación del Hotel comprende de dos volúmenes principales que comparten un espacio central en donde se encuentra el estacionamiento y la zona de carga y descarga del restaurante, los volúmenes están directamente conectados por un puente elevado que permite la libre circulación de los usuarios entre los dos espacios. Es importante mencionar, que en la parte delantera de la edificación existen dos espacios ocupados por locales comerciales que son puestos a la renta por los propietarios del hotel.

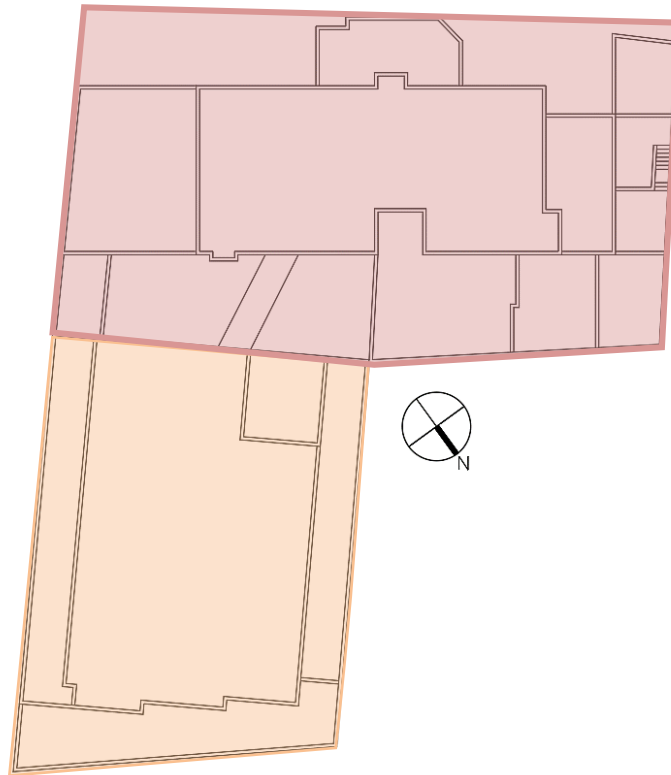


Figura 8: Implantación Hotel Barnard.

- Infraestructura Antigua
- Infraestructura Moderna

El volumen color rojo marcado en la figura 9 representa la edificación antigua con la que inició el hotel en el año 1978, la cual conforma el área administrativa, el restaurante, áreas de servicio y varias habitaciones. Por otro lado, el volumen color naranja marcado en la figura 13 representa la ampliación que se realizó varios años después al comprar una propiedad aldeana debido a la alta demanda del mercado, este espacio fue adecuado para poder incluir salones para eventos con capacidad de hasta 100 personas, amplias habitaciones, parqueaderos privados y varias bodegas de almacenamiento.



Figura 9: Imágenes de la fachada frontal y posterior del Hotel Barnard (2019).

1.8.3 Ingresos y Circulaciones Verticales

El acceso principal exclusivo para peatones se encuentra en la fachada frontal y es delimitado por una plancha de alucobond que lleva el nombre del hotel, la entrada está equipada con gradas y una rampa para personas con discapacidad, que conducen hacia una puerta doble de vidrio con ingreso directo a la recepción del lugar. Al costado derecho del ingreso principal, hay una puerta corrediza metálica que permite el acceso de vehículos particulares y de servicio por medio de una rampa desde la Av. Queseras del Medio. En la fachada posterior también se cuenta con un punto de acceso con las mismas características para vehículos que ingresan desde la Av.

Ladrón de Guevara; para ingresar al estacionamiento se debe utilizar el citófono exterior para comunicarse directamente con recepción.

Existen varias circulaciones verticales que cumplen con distintos propósitos; cada torre posee un punto de gradas cerca de los elevadores para el uso de los huéspedes, mientras que el personal ocupa un punto de gradas privado para evitar cruzarse con los huéspedes mientras realizan sus labores. En el área central de la edificación están las gradas de emergencia con acceso a cada piso del edificio, las gradas llevan a la plaza central entre las dos torres para que los usuarios puedan salir del edificio por el estacionamiento en caso de una emergencia; finalmente, junto a las gradas de emergencia se encuentra un montacargas de apoyo que es utilizado por el personal de servicio.

1.8.4 Materialidad

La edificación mantiene un color vino en casi todas sus paredes exteriores y en espacios específicos se emplean acabados texturizados en piedra con una combinación de porcelanato para crear jerarquía mediante el juego de materiales; el ingreso se encuentra enmarcado por una plancha de alucobond en color cobre para resaltar las letras del nombre del hotel que están en color dorado.



Figura 10: Materiales utilizados en las fachadas del Hotel Barnard (2019).

La propuesta de materiales interiores se mantiene constante en todo el hotel, se utiliza una paleta de colores tierra con gamas amarillas y cafés, las cuales crean espacios cálidos y acogedores. El área de la recepción y los espacios de ocio para los huéspedes utilizan diferentes materiales a diferencia de las habitaciones para resaltar claramente los espacios. Sin embargo, siempre se mantiene la misma paleta de colores en los diferentes espacios del hotel. Las ventanas están enmarcadas con perfiles de aluminio y son de carácter batiente en una pequeña abertura para permitir la circulación de aire a las habitaciones, el resto de la ventana es fija.

Las habitaciones utilizan piso laminado con un diseño semejante a la madera natural en tonos claros y van acompañados de barrederas de el mismo color, las paredes están pintadas con pintura semi brillante de material lavable en tonalidades amarillas claras, mientras que el mobiliario resalta de los tonos neutros de las paredes y los pisos, ya que utiliza madera en tonalidades oscuras, volviéndolo el elemento más llamativo; las puertas de las habitaciones muestran un patrón de madera natural al igual que los pisos y el techo posee un diseño simple con una plancha recta de gypsum blanca.. En cuanto a los baños, se mantiene un porcelanato antideslizante en el piso con un color más claro y las paredes con un color más oscuro en el piso para poder diferenciarlos, el mueble del lavabo es de la misma madera utilizada en el resto del mobiliario.



Figura 11: Materiales utilizados en las habitaciones del Hotel Barnard (2019).

El lobby es el área que más resalta debido a que en la pared que se encuentra detrás del counter, se utiliza la misma piedra exterior que se utilizó en la fachada, para resaltar el nombre iluminado del hotel, las demás paredes están cubiertas con cerámica que juega con diferentes tonalidades de café y en una franja se utiliza cerámica con un diseño en cuadrícula que incorpora varios colores. El counter de la recepción está hecho de madera de seike oscura y la encimera es de granito color café claro. El techo juega con las alturas mediante un diseño en gypsum y se aprovecha la iluminación directa para iluminar el counter y la pared posterior.

Los corredores se mantienen simples con las paredes pintadas en colores blancos y durazno con barrederas de madera oscura y los pisos son de porcelanato en color beige, las columnas vistas están recubiertas con planchas de madera oscura para que sobresalgan en el espacio. En cuanto al mobiliario, los asientos están tapizados con cuero de color café oscuro y van acompañados de mesas de apoyo en los mismos colores.

Para diferenciar los salones, en uno de ellos se ha utilizado piso flotante con diseño de madera natural en tonos claros y en el otro salón se ha utilizado alfombra con color gris claro, sin embargo, los dos salones mantienen la misma barredera en color café oscuro y las paredes están pintadas con pintura semi brillante lavable en color durazno. El techo tiene un diseño rectangular en gypsum que se mantiene en todo el perímetro de la habitación.

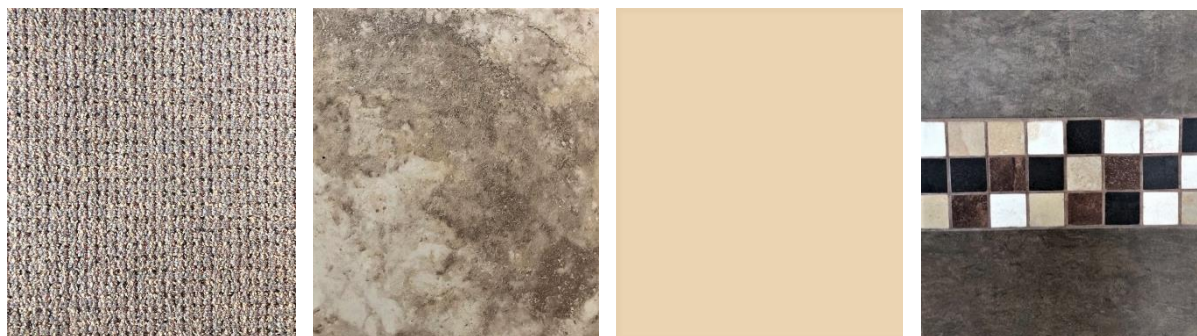


Figura 12: Materiales utilizados en las áreas públicas del Hotel Barnard (2019).

El restaurante Quinta el Girón se distribuye en dos alturas diferentes, en la parte superior se utiliza un pasamanos con marco de madera y vidrio para permitir la visibilidad entre los espacios, se mantiene piso flotante tipo madera oscura en los dos niveles, las paredes son pintadas de color blanco mate en la parte superior y la parte inferior está recubierta de paneles de madera que se mantienen a una altura constante de 0,90m. El mobiliario está hecho totalmente de madera en tonalidades oscuras, mientras que los booths que se encuentran cerca de las ventanas de la fachada frontal de la edificación, utilizan la misma madera para la parte estructural y cuerina en tonos claros de color beige para diferencia los cojines de los asientos, los manteles son de color amarillo crema que le dan un toque de color y vida al espacio, por lo que es fácil identificar las mesas.

Finalmente, la cocina es separada del área del restaurante Quinta el Girón por medio de puertas abatibles de madera oscura para permitir la circulación libre del personal de la cocina. En esta zona se utiliza cerámica de color blanco que recubre las paredes para que su limpieza sea más fácil, mientras que se utiliza cerámica antideslizante en tonos claros de color durazno para los pisos, los equipos culinarios, las repisas de almacenaje y los mesones del área de la cocina están hechos de acero inoxidable para facilitar el manejo de los alimentos y evitar la corrosión natural de los mismos.



Figura 13: Materiales utilizados en la cocina del Hotel Barnard (2019).

3.9.1 Asoleamiento

La iluminación del sol en la mañana ingresa por la fachada lateral en el lado este de la edificación, esta fachada está ocupada por las amplias ventanas de las habitaciones que poseen una vista hacia el sector de viviendas del lugar y hacia los volcanes Cayambe y Antisana. El sol ingresa perpendicularmente a mediodía, iluminando el espacio central que divide los dos volúmenes principales del edificio.

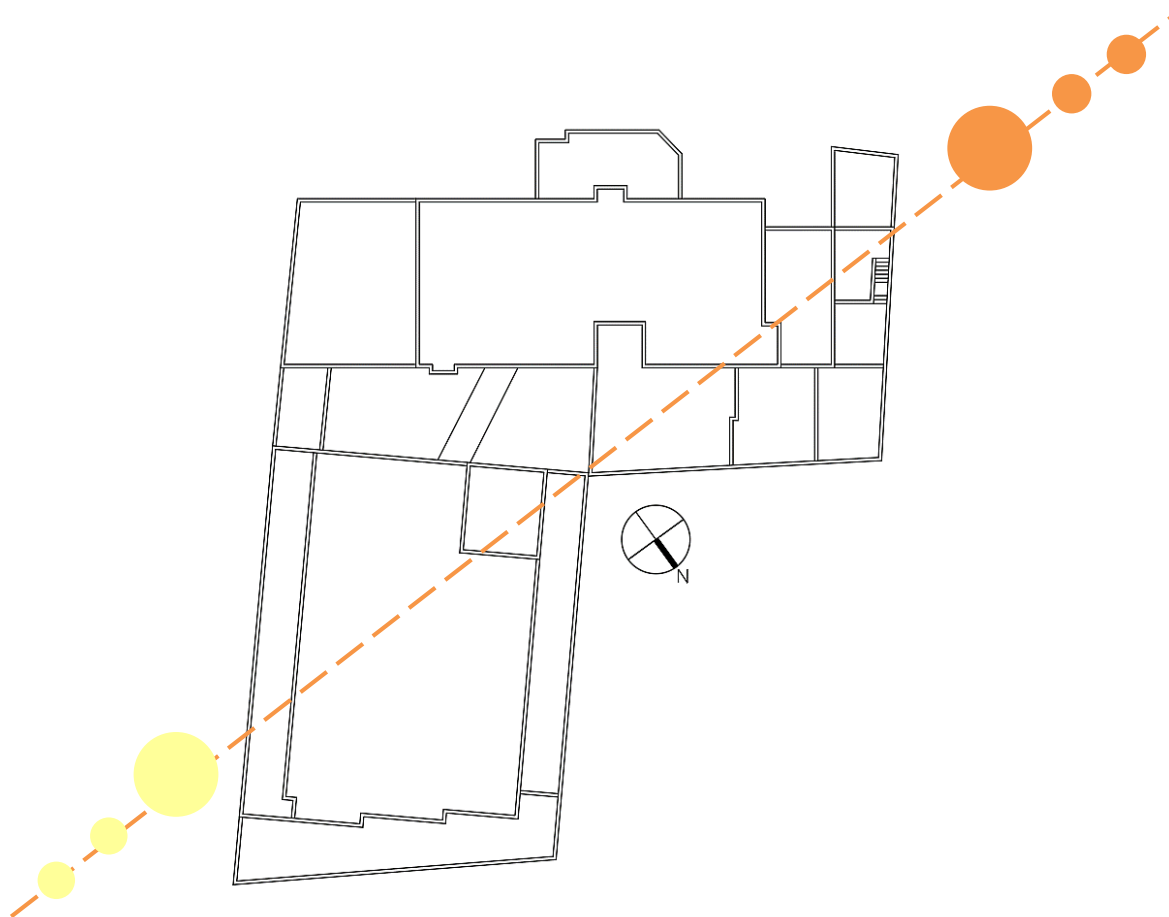


Figura 14: Implantación Hotel Barnard mostrando Asoleamiento.

- Iluminación Solar en la Tarde
- Iluminación Solar en la Mañana
- - - Trayectoria del Sol

La iluminación natural en la tarde es proyectada hacia la fachada frontal del edificio, se aprovecha la iluminación natural a esta hora del día debido a que la luz solar no es tan fuerte como en la mañana; esta es la fachada principal del edificio y cuenta con varios ventanales que poseen una vista directa hacia el Hospital Militar que se encuentra cruzando la Av. Queseras del Medio, es importante resaltar que la torre principal de las habitaciones del hospital se encuentra lejos de la edificación del hotel, por lo que la privacidad de los huéspedes se mantiene.

El tipo de iluminación dentro de las habitaciones es controlada mediante persianas manuales con riel y detrás de ellas se cuenta con un sistema de persianas tipo black out para detener el paso total de la iluminación exterior; para controlar la temperatura general, cada habitación posee su equipo de aire acondicionado que funciona a control remoto.



Figura 15: Vistas desde las Habitaciones del Hotel Barnard. (2019).

CAPITULO II: RESIDENCIAS DEPORTIVAS

2.1 Definición

Una residencia deportiva brinda un servicio de alojamiento completo a deportistas independientes y grupos deportivos provenientes de las diferentes provincias del país, deportistas internacionales y al equipo técnico que acompaña a los deportistas durante su estadía. Frecuentemente, la residencia forma parte de una institución deportiva la cual trabaja en conjunto con instituciones públicas gubernamentales las cuales cubren los gastos de los deportistas élite más destacados del país, de esta forma se busca brindar un servicio completo a sus usuarios y fomentar el deporte en el país, sin embargo, las residencias deportivas también pueden alojar a deportistas que desean cubrir sus propios gastos, este es el caso de muchos ecuatorianos que no reciben el apoyo completo del gobierno debido a que no reúnen las aptitudes necesarias para destacarse en sus disciplinas. La residencia se mantiene cerca de los centros deportivos de alto rendimiento para mantener a una corta distancia las actividades físicas y entrenamientos de los deportistas.

Las residencias deportivas suelen ofrecer una serie de servicios especializados para satisfacer todas las necesidades y requerimientos de los deportistas. Entre estos servicios se encuentran: alojamiento, manutención, áreas de rehabilitación, áreas de dispersión y dependiendo de la residencia, se pueden brindar servicios extras que no son obligatorios dentro de las instalaciones, entre estos servicios se encuentran: servicio de lavandería, salas de conferencias, salas de cine, etc.

Por otro lado, algunos deportistas ecuatorianos han optado por opciones de residencias independientes de bajo costo que alojan a cualquier tipo de usuarios ya que estas pueden ser utilizadas por los deportistas que no forman parte de una institución deportiva reconocida y deben

costear su propia estadía, generalmente no se limitan a una sola institución. En el Ecuador hay pocas residencias deportivas las cuales no cumplen con los estándares adecuados para permitir el desarrollo óptimo de los deportistas, por ejemplo, la Concentración Deportiva de Pichincha ofrece habitaciones para sus seleccionados pero la mayoría de los deportistas prefieren buscar otras opciones ya que las habitaciones son estrictamente utilizadas para el descanso y no cuentan con ningún dispositivo electrónico o actividades adicionales que permitan el esparcimiento de los deportistas, esto afecta notablemente la salud emocional y estabilidad de sus usuarios ya que no existen un balance entre las actividades deportivas y personales. (El Telégrafo, 2011).

2.2 Características Generales

Dependiendo de la residencia, estas ofrecen acomodaciones individuales o grupales que varían en tamaño y número de ocupantes. Por esta razón, las unidades pueden variar en el precio y la distribución del espacio ya que abarcan a un gran número de deportistas con distintos perfiles y necesidades específicas, por lo que estos espacios están diseñados para adaptarse a los diferentes usuarios.

Las residencias deportivas buscan brindar un lugar seguro en el que los deportistas puedan alojarse tranquilamente en espacios adecuados para su convivencia. Los espacios son pensados para que sus huéspedes puedan realizar varias actividades dentro de un mismo lugar y que al mismo tiempo cuenten con los servicios básicos para poder mantener una estadía cómoda y agradable mientras los deportistas realizan sus entrenamientos.

Es importante mencionar que dentro de las residencias se puede contar con espacios destinados a la prevención y rehabilitación de lesiones de los deportistas, este tipo de espacios deben ser equipados con tecnología de punta y contar con personal altamente capacitado para

atender de manera inmediata las diferentes índoles de los deportistas, de igual manera se puede disponer de espacios para el área de psicología y nutrición para brindar un servicio completo, ya que estas áreas son muy importantes para el desarrollo funcional de los deportistas.

Generalmente, los departamentos y habitaciones son divididos por géneros para mantener la privacidad entre deportistas y la protección de los mismos. Por otro lado, existen residencias que permiten la mezcla de géneros entre hombres y mujeres y la responsabilidad se posa completamente en los deportistas y sus representantes; este tipo de ejemplo es utilizado en residencias deportivas internacionales que poseen una vasta experiencia en la administración de las mismas, mientras que en el Ecuador la mayoría de las residencias mantienen el modelo tradicional de separación de géneros debido a la falta de experiencia en el tema.

En muchos casos, los deportistas que se alojan en las residencias llegan a un nuevo lugar generalmente sin conocer a nadie debido a que la mayoría de los deportistas viajan sin sus padres y poseen una edad entre los 12 y 25 años, por esta razón, varias residencias ofrecen programas de integración que promueven la interacción social y crean una comunidad segura a la que los deportistas pueden formar parte.

2.3 Referentes Internacionales

Los siguientes referentes se tomaron en cuenta por tener fuertes elementos de arquitectónicos y de diseño que funcionarán como inspiración para realizar este proyecto de una residencia deportiva para deportistas élite de alto rendimiento en la ciudad de Quito. Es importante contar con referentes internacionales en cuanto a espacialidad y funcionalidad debido a que el Ecuador es pionero en este tipo de estructuras y esto nos permite analizar los espacios desde una perspectiva global.

2.3.1 Challenged Athletes Foundation

Este proyecto para deportistas con impedimentos físicos se encuentra ubicado en California, en la ciudad de San Diego, Estados Unidos y fue diseñado por el equipo de arquitectos de Colkitt & Co en el año 2011. Anteriormente, la estructura funcionaba como un centro comercial, sin embargo, debido al mal uso de este lugar se optó por utilizarlo de una manera más eficaz y convertirlo en un sitio donde se practican varias disciplinas deportivas, así que los arquitectos decidieron re-imaginar este espacio en un centro deportivo que promueve la actividad física, el cual está especialmente diseñado para deportistas con impedimentos físicos. Su objetivo principal es brindar un servicio completo para que los deportistas realicen sus actividades físicas en un ambiente seguro e incrementar la interacción social entre ellos mediante espacios coloridos, modernos y completamente funcionales.



Figura 16: Fachada principal Challenged Athletes Foundation. Colkitt & Co. (2013).

Con respecto al diseño arquitectónico, el diseño innovador de la fachada de la edificación establece una identidad única, al mismo tiempo permite que la luz natural ingrese controladamente y recorra todos los espacios interiores, volviéndolo un espacio claro. Internamente, el tejido interior de espacios definidos e indefinidos facilita la interacción entre los deportistas y se puede distinguir claramente los diferentes espacios, esto permite la flexibilidad del uso del espacio el cual trabaja en conjunto con las necesidades cambiantes del lugar.



Figura 17: Interior Challenged Athletes Foundation. Colkitt & Co. (2013).

El centro Deportivo Challenged Athletes Foundation tenía el objetivo de crear un espacio que sea agradable y que permita su uso a deportistas, entrenadores e invitados. Crear un espacio abierto con diferentes alturas y aperturas que permitan la interacción completa entre los usuarios, fue uno de los principales objetivos de diseño para el equipo de arquitectos y diseñadores, esto fue logrado mediante el uso de pasarelas y plataformas para diferenciar los varios espacios del lugar.

En este centro se realizan diferentes tipos de actividades, existe el área deportiva que contiene varias canchas y un gimnasio equipado para el uso libre de los deportistas, también hay un área recreativa en la cual los usuarios pueden interactuar, descansar y relajarse, finalmente el área administrativa es de uso exclusivo del personal de trabajo y se cuenta con salas de reuniones por si es necesario interactuar con los usuarios.

Los materiales expuestos que fueron utilizados para completar la remodelación enfatizan un enfoque sostenible que mantiene la belleza natural de la estructura de la edificación, los arquitectos decidieron utilizar materiales como: paneles de madera en el techo, vigas metálicas de acero pintadas de color naranja y ventanas de piso a techo que permiten la visibilidad completa entre el interior y el exterior del centro deportivo. Se logró utilizar colores naranjas y amarillos en lugares puntuales para resaltar espacios específicos, lo cual facilita la movilización de los usuarios y le da vida al lugar. (Archdaily, 2013).

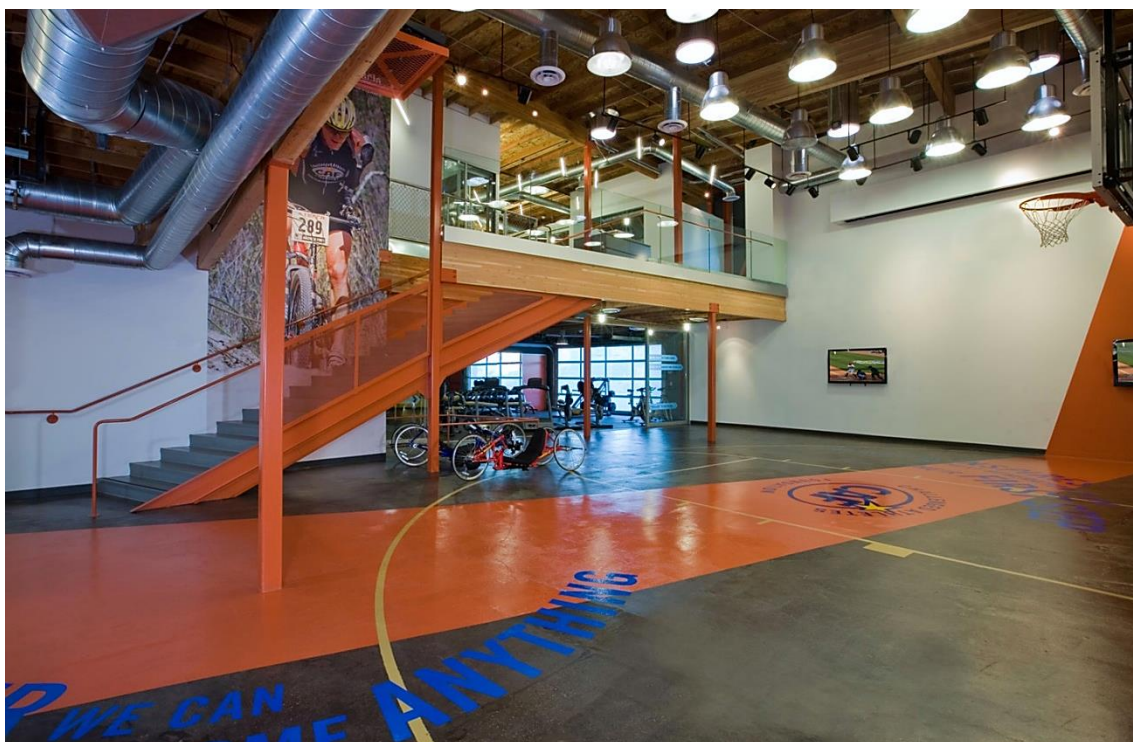


Figura 18: Canchas Challenged Athletes Foundation. Colkitt & Co. (2013).

2.3.2 Conestoga College Student Recreation Centre

Ubicado en Ontario, en la ciudad de Kitchener, Canadá, la universidad de Conestoga decidió ofrecer a sus estudiantes un centro recreativo deportivo, el cual renueva y amplía una instalación ya existente en la universidad para mejorar la vida estudiantil en el campus y promover una vida activa y saludable. El equipo de arquitectos de MJAM ha diseñado un espacio con instalaciones deportivas para realizar diferentes tipos de deportes y áreas de dispersión para que los estudiantes socialicen.



Figura 19: Instalaciones Conestoga College Student Recreation Centre. Archdaily. (2017).

La nueva adición en la parte delantera de la edificación contiene una gran recepción de bienvenida para el control del acceso al edificio, un centro de bienestar, salas de terapia y salas para estudiantes, un gimnasio de segundo nivel y áreas de estudio de usos múltiples. Todos estos espacios pueden ser disfrutados por los estudiantes y el personal de la universidad, el ingreso se

controla por medio de tarjetas y se crean planes que se adaptan a las diferentes exigencias y horarios de los usuarios. Las instalaciones deportivas se encuentran dentro del campus universitario por lo que los estudiantes no deben recorrer largas distancias para poder llegar al lugar, adicionalmente el centro recreativo deportivo ofrece casilleros para que los usuarios guarden sus pertenencias de manera segura y entrenen tranquilamente.

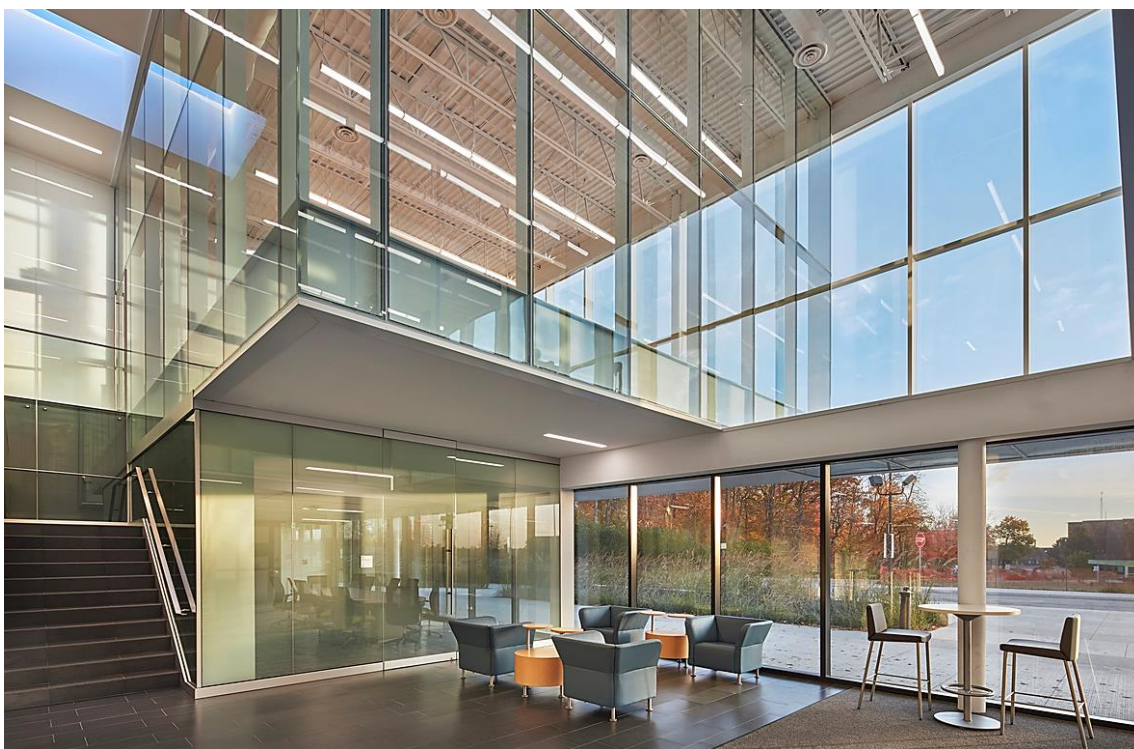


Figura 20: Recepción Conestoga College Student Recreation Centre. Archdaily. (2017).

La entrada principal del lugar se encuentra orientada hacia una plaza central para los estudiantes que conecta el centro de recreación con el campus universitario, en la entrada se encuentran varias salas de descanso. La nueva adaptación mantiene la forma icónica del complejo original, mientras que la expansión interna representa la parte moderna de la universidad, mediante el uso de grandes espacios abiertos y colores visibles en áreas específicas del espacio.

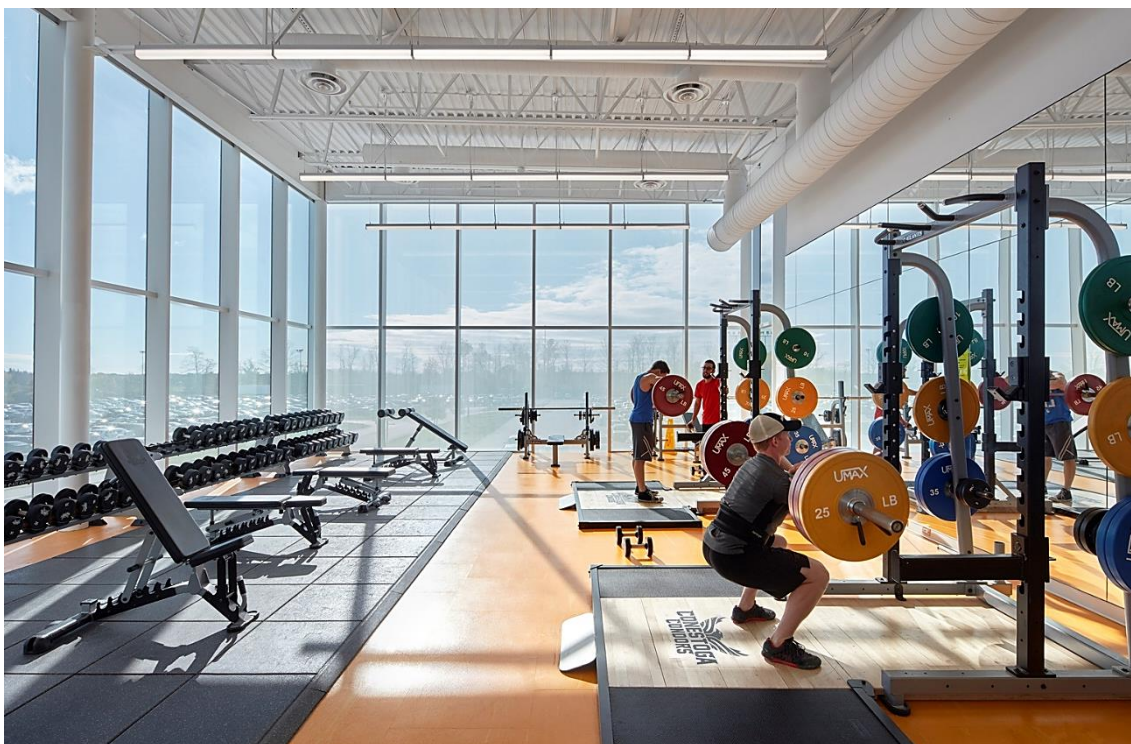


Figura 21: Gimnasio Conestoga College Student Recreation Centre. Archdaily. (2017).

El vidrio es un elemento representativo de este proyecto, ya que se busca perder el estándar convencional de pequeños espacios cerrados que no permiten el flujo de iluminación natural, la transparencia que se genera dentro del lugar permite que las personas interactúen libremente y se crea un sentimiento de unión, de igual manera las áreas de circulación principal se extienden y se siente un espacio amplio y refrescante. Debido al diseño de la fachada totalmente acristalada, la iluminación natural fluye en todo el espacio interior y genera claridad al entrar en contacto con los diferentes colores y materiales empleados en el proyecto, es fácil diferenciar los espacios gracias a que los colores resaltan plenamente en todo el lugar. Por otro lado, el mobiliario ha sido cuidadosamente seleccionado para que pueda formar parte del concepto del proyecto y ser único, esto permite que se funda discretamente con los diferentes diseños empleados en el lugar. (Archdaily, 2017).

2.4 Referentes Nacionales

Se han tomado en cuenta los siguientes referentes a nivel nacional para poder explorar el mercado existente en el país y así aprovechar esta información para mejorar y sobresalir del estándar de residencias nacionales, como resultado, se les otorga una mejor calidad de vida a los deportistas mientras realizan sus entrenamientos en un lugar seguro del cual pueden disfrutar plenamente.

2.4.1 Centro de Entrenamiento de Alto Rendimiento Río Verde

El Centro de Entrenamiento de Alto rendimiento Río Verde, se encuentra ubicado en la ciudad de Río Verde, provincia de Esmeraldas y fue inaugurado exitosamente el 12 de diciembre de 2012 por el Ministerio del Deporte del Ecuador. El proyecto fue realizado en 8.3 hectáreas de terreno en donde se distribuyen áreas administrativas, canchas deportivas, área médica, comedor y residencia para los diferentes deportistas del país.



Figura 22: Infraestructura CEAR Río Verde. Gobierno de la República del Ecuador (2019).

El objetivo principal de este centro deportivo es preparar y formar a los deportistas ecuatorianos para que puedan competir a nivel internacional y lograr representar al país con deportistas élite de alto nivel deportivo. Al contar con la infraestructura necesaria para desarrollar las actividades de 11 especialidades deportivas y poseer la más alta tecnología, este CEAR se convierte en el centro deportivo mejor equipado del país. (Secretaría del Deporte, s/f).



Figura 23: Polideportivo CEAR Río Verde. Gobierno de la República del Ecuador (2019).

El Centro de Entrenamiento de Alto rendimiento Río Verde busca encontrar nuevos talentos ecuatorianos y sacar su mayor potencial mediante el uso de las mejores instalaciones deportivas, el objetivo es lograr que los esmeraldeños se conviertan en los anfitriones de una obra que beneficiará a miles de deportistas. sin embargo, el mayor problema que se ha desarrollado con el tiempo es que no se ha dado el debido mantenimiento a las instalaciones del centro, por lo que

las áreas deportivas y la infraestructura del lugar se ha ido deteriorando rápidamente, como resultado, los deportistas sienten que no pueden dar todo su potencial, las lesiones han incrementado y prefieren entrenar en otros lugares.



Figura 24: Exteriores CEAR Río Verde. Gobierno de la República del Ecuador (2019).

Otro de los mayores problemas es que el centro de alto rendimiento está funcionando con su 35% de capacidad, por lo que el personal del lugar ha disminuido, causando el abandono de ciertas áreas y creando la falta de interés de los clubes deportivos nacionales. En la actualidad, el gobierno ha mostrado más interés en el área del deporte ecuatoriano y se ha puesto en marcha la concentración de los deportistas que forman parte del plan de alto rendimiento, igualmente se están destinando más recursos económicos para que más deportistas tengan la oportunidad de entrenar en las instalaciones del centro deportivo de alto rendimiento y así poder mostrar todo su talento en competencias nacionales e internacionales. (El Comercio, 2018).

CAPITULO III: PROGRAMACIÓN GENERAL Y FUNCIONAMIENTO

3.1 Funcionamiento

La propuesta de la residencia deportiva es crear un ambiente moderno, cómodo y seguro, que contempla todas las necesidades de los deportistas para garantizar su bienestar y máxima experiencia en un concepto totalmente innovador y funcional, adaptándose a la alta demanda del sector deportivo y que a su vez demanda servicios de alta calidad con un precio accesible y justo.

La residencia ofrece las siguientes comodidades para cubrir las necesidades de los deportistas:

- El uso de habitaciones que incluye libre acceso a las instalaciones del lugar, incluidas salas de estudio, salas recreativas, gimnasios, auditorio y sala de cine, acceso al servicio de Wifi y sistema de seguridad monitoreado las 24 horas.

Con módicos costos adicionales, los huéspedes podrán acceder a los siguientes servicios:

- Atención en el área médica de rehabilitación, psicología y nutrición, acceso al servicio de limpieza diario, Cafetería y lavandería.

–

Para la propuesta del proyecto se ha desarrollado la siguiente programación:

- Recepción
 - Counter Recepción
 - Sala de Espera
 - Baños
- Área Administrativa
 - Oficinas
 - Sala de Reuniones

- Sala de espera
- Archivo
- Baños
- Bodega de Limpieza y Almacenamiento
- Habitaciones
 - Capacidad de las habitaciones: Simples, dobles y suites.
 - Distribución de habitaciones simples y dobles: Área de descanso, baño compartido, escritorios, closets.
 - Distribución de las habitaciones en suites: Área de descanso, kitchenette, desayunador, baños privados, escritorios, closets.
- Cafetería
 - Cocina Industrial
 - Almacenamiento
 - Área Comedor
 - Máquinas dispensadoras
 - Bodega de Limpieza y Almacenamiento
 - Baños
- Salas Comunes
 - Sala de Televisión
 - Sala de estar
 - Escritorios
- Salas de juego
 - Sala de Televisión

- Sala de Juegos
- Mesas de Billar
- Mesas de Ping Pong
- Área Videojuegos y realidad virtual
- Baños
- Bodega de Limpieza y Almacenamiento
- Salas de Estudio
 - Mesas de Estudio
 - Biblioteca
 - Área Lectura
 - Cubículos
 - Sala de Computación
 - Área de Impresión
 - Bodega de Limpieza y Almacenamiento
- Auditorio / Área de conferencias
 - Butacas
 - Tarima
 - Proyector
 - Baños
- Gimnasio
 - Área máquinas
 - Área de pesas
 - Área de Cycling

- Área de gimnasia formativa
- Vestidores
- Baños
- Bodega de Limpieza y Almacenamiento
- Área Médica y Planificación Deportiva
 - Rehabilitación y Fisioterapia
 - Traumatología
 - Psicología Deportiva
 - Nutrición Deportiva
 - Metodólogo
 - Salas de Reuniones
 - Vestidores
 - Baños
 - Bodega de Limpieza y Almacenamiento
- Áreas Húmedas
 - Hidroterapia
 - Hidromasajes
 - Piscina
 - Sauna
 - Turco
 - Área de masajes
 - Vestidores
 - Casilleros

- Baños
- Bodega de Limpieza y Almacenamiento
- Lavandería
 - Recepción
 - Punto de venta de artículos de limpieza
 - Área máquinas
 - Área de doblado
 - Sala de Espera
 - Bodega de Limpieza y Almacenamiento
- Área del Personal
 - Vestidores
 - Casilleros
 - Baños
 - Bodega de Limpieza y Almacenamiento
- Área de carga y descarga
 - Bodega de Almacenamiento
- Parqueaderos

3.2 Programación de áreas

Después de conocer los objetivos principales de la residencia deportiva, el alcance que se pretende con este proyecto de diseño es generar un espacio de calidad que acoja a los deportistas provenientes de las diferentes provincias del Ecuador y a deportistas internacionales que buscan entrenar en las instalaciones deportivas de la Concentración Deportiva de Pichincha en la ciudad

de Quito, y poder brindarles un espacio seguro junto con el desarrollo de ambientes adecuados y satisfactorios mientras realizan sus entrenamientos físicos.

3.3 Recepción

La palabra recepción está vinculada al verbo recibir, por lo tanto, es un espacio designado para recibir a los usuarios y orientarlos dentro del lugar. La recepción es un área jerárquica de alto tráfico, la cual conecta rutas de circulación desde el nivel de entrada o acceso hacia los diferentes espacios del edificio. Esta área es principalmente utilizada para brindar información sobre el edificio y los diferentes servicios que se ofrecen, por lo que debe ser fácilmente reconocible, contar con la señalética necesaria y ser accesible para todos los usuarios. Es importante mencionar que en este espacio se da la primera impresión de la imagen y la esencia del lugar, por lo que el diseño juega un papel importante en esta área.

3.4 Área Administrativa

El área administrativa es responsable de planificar y ejecutar una amplia gama de servicios administrativos que apoyan las operaciones de la empresa. Estos servicios abarcan las áreas de gestión de recursos humanos, gestión financiera, gestión de sistemas e información, gestión de instalaciones y servicios de apoyo. Esta área debe ser dividida en múltiples oficinas para el uso diario de los diferentes departamentos, esto brinda privacidad y seguridad a los empleados que necesitan un espacio individual de trabajo.

En el área administrativa se debe contar con varias oficinas destinadas a las diferentes presidencias deportivas que representarán a cada disciplina de la Concentración Deportiva de Pichincha, se escogerá un presidente representante de cada área deportiva que contará con un

equipo de apoyo y su objetivo principal será manejar todos los trámites y percances de los deportistas para agilizar todos los procesos administrativos de la residencia.

El siguiente gráfico muestra la estructura organizacional de una empresa:

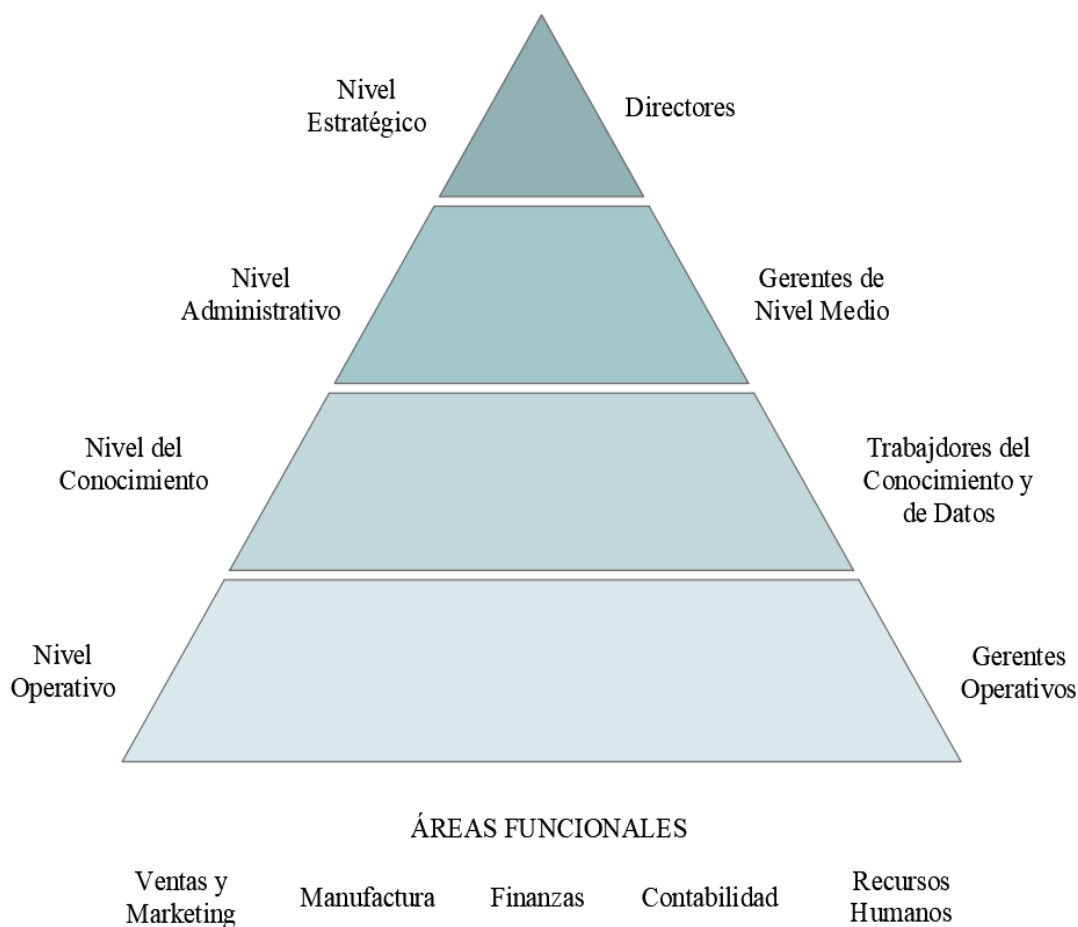


Figura 25: Estructura Organizacional de una Empresa.

El área administrativa se ve compuesta por varios espacios de trabajo privados y públicos dependiendo de la función de cada espacio. Las oficinas suelen ser espacios privados, mientras que las salas de reuniones, salas de espera y áreas de servicio son espacios públicos para el uso de los empleados y los clientes.

3.5 Habitaciones

En una residencia deportiva se busca que las habitaciones sean acogedoras, funcionales y silenciosas para que los deportistas puedan estudiar y convivir tranquilamente. La residencia ofrece varias opciones de habitaciones para satisfacer las necesidades de sus huéspedes, cada opción varía en precio, tamaño, distribución espacial y número de ocupantes.

Las habitaciones para mujeres se encontrarán en un piso definido de la edificación, mientras que las habitaciones para hombres se encontrarán en un piso diferente, los deportistas podrán socializar en las áreas comunes de la residencia. Cada piso contará con áreas comunes y baños para el libre uso de los deportistas y entrenadores.

Las habitaciones se dividen de la siguiente manera:

Habitaciones Simples

Las habitaciones simples se caracterizan por alojar a una sola persona, por lo que el espacio cuenta con una cama, escritorio, closet y Kitchenette. Los baños se encontrarán en una ubicación céntrica en el mismo piso de la habitación y serán compartidos con los demás usuarios de la residencia.

Habitaciones Dobles

Las habitaciones dobles están diseñadas para alojar dos personas, el espacio cuenta con dos camas, dos escritorios y dos closets para que cada deportista cuente con su propio espacio de estudio y de descanso. Esta habitación también deberá utilizar los baños compartidos que se encuentran en cada piso y los atletas pueden utilizar las áreas comunes para preparar sus alimentos o ir a la cafetería ya que no cuentan con Kitchenette en la habitación.

Suites

Las suites son pequeños apartamentos que permiten alojar entre 3 a 4 personas, por lo que la distribución de la suite dependerá del número de ocupantes. Cada estudiante tendrá su propia habitación privada que contará con una cama, escritorio y closet. Los estudiantes deberán compartir el área de cocina, área de descanso y los baños que se encontrarán en la suite, estos espacios son privados y del uso libre de los estudiantes que residen en la suite.

3.6 Cafetería

Los deportistas podrán tener acceso a un plan de comida completo con un costo adicional, el plan incluye tres comidas al día de lunes a viernes, mientras los deportistas que no deseen un plan completo pueden pagar el costo de la comida que deseen. Es recomendable que se siga el plan de comida hasta que puedan adaptarse de mejor manera al lugar, es una opción sencilla y ayuda al manejo de tiempo.

La cafetería va a funcionar en un horario fijo, por lo que los estudiantes que necesiten utilizar las instalaciones en otros horarios podrán hacer uso de las pequeñas áreas con electrodomésticos para preparar comidas básicas o tendrán acceso a las máquinas dispensadoras. Se debe contar con un amplio espacio para el área de comedor para aprovechar la distribución del espacio y utilizar un tipo de mobiliario variado.

3.7 Salas Comunes

Las áreas comunes son espacios que pueden ser utilizados por todos los ocupantes del lugar, generalmente, son áreas abiertas que permiten el desarrollo de varias actividades entre usuarios. Este proyecto busca crear ambientes entretenidos para la convivencia de los deportistas

mediante el uso de salas comunes, el objetivo principal de este tipo de espacios es promover la socialización entre atletas y ofrecer un espacio de relajación. Las salas comunes cuentan con espacios para sentarse y conversar, con áreas de televisión que pueden ser utilizadas por varios grupos de personas y escritorios para el uso libre de los deportistas.

3.8 Salas de Juego

Tener un espacio dedicado a las salas de juego es una excelente manera de aumentar la energía y la productividad de los deportistas y entrenadores, tales elementos son una excelente manera de mejorar las relaciones interpersonales, la comunicación y la vinculación entre ellos. Los deportistas necesitan un espacio para distraerse del estrés y sus entrenamientos, por esta razón las salas de juego deben ser diseñadas para que las personas salgan de la rutina y se encuentren con un ambiente refrescante y diferente.

La residencia contará con las siguientes áreas en las salas de juego:

- Salas de televisión
- Salas de juegos de mesa
- Área para las mesas de billar y ping pong
- Área de Videojuegos y realidad virtual

Las salas de juego podrán ser utilizadas las 24 horas por los deportistas y es responsabilidad de cada uno de mantener esta área limpia y organizada en todo momento, el mal uso de las instalaciones puede restringir el ingreso a esta área a los deportistas y entrenadores.

3.9 Salas de Estudio

Los deportistas utilizan una gran parte de su tiempo en las salas de estudio para realizar trabajos grupales, deberes individuales, estudiar o leer, es por esto que este tipo de espacios deben ser silenciosos, utilizar iluminación adecuada para áreas de trabajo y deben ser divididos en áreas con un rango de privacidad para que los deportistas puedan realizar varios tipos de actividades sin interrumpir o distraer a las demás personas que se encuentren en la sala.

Las áreas de las salas de estudio de la residencia deportiva se dividen en: mesas de estudio grupales que deben encontrarse en un lugar aislado con un sistema de aislamiento acústico para que las personas puedan conversar tranquilamente, cubículos de estudio individuales con divisiones para mantener la privacidad, una biblioteca completamente equipada para la investigación y entretenimiento de los usuarios, un área de lectura cómoda y silenciosa en donde se pueda pasar varias horas leyendo, una sala de computación aislada que cuente con computadoras con acceso a internet y que se conecte directamente con el área de impresión para el uso de los deportistas.

3.10 Gimnasio

Los gimnasios surgieron en la época de la antigua Grecia como espacios dedicados al entretenimiento físico y a la relajación espiritual. La palabra gimnasio se deriva del griego gymnos, que significa desnudez; esto se debe a que en este espacio las personas realizaban sus actividades físicas completamente desnudos para reflejar la belleza natural del cuerpo humano y hacer un homenaje a los dioses. Por otro lado, los gimnasios también eran utilizados como un espacio social que permitía ampliar el conocimiento de sus usuarios mediante el arte y la comunicación, de esta forma las personas ejercitaban tanto el cuerpo como la mente. (BlastingNews, 2017).

La residencia ofrecerá un servicio completo de gimnasio para lo deportistas, el cual estará incluido en la pensión. Es importante contar con un área que permita la ejercitación física de los deportistas ya que puede brindar muchos beneficios para su salud y al mismo tiempo logran optimizar su tiempo al contar con las instalaciones necesarias en un solo lugar.

Este proyecto contará con las siguientes áreas:

- Bar nutricional
- Área de máquinas
- Área de pesas
- Área de cycling
- Área de gimnasia formativa
- Baños con vestidores
- Bodegas de limpieza

Cabe recalcar que los estudiantes contarán con las instalaciones y los equipos necesarios para realizar diferentes tipos de ejercicios por su cuenta, esto quiere decir que el gimnasio permanecerá abierto las 24 horas y los deportistas podrán acceder a él libremente mediante el uso de tarjetas. Se contará con un circuito de seguridad continuo y el personal estará rotando en horarios fijos para la asistencia de los usuarios.

3.11 Lavandería

Las primeras lavanderías aparecieron en la época liberal del Ecuador como parte de un plan de salubridad para las personas que no contaba con este sistema de lavado en casa, en esta época

las lavanderías se volvieron populares entre los Quiteños, incluso funcionaban como puntos de encuentros sociales en la ciudad (Luzuriaga, 2010).

El servicio de lavandería de autoservicio es una instalación en la que los propios clientes lavan y secan la ropa utilizando máquinas equipadas de lavado y secado; para su funcionamiento, se necesita insertar en las máquinas la cantidad de dinero solicitada para el servicio, agregar la cantidad exacta de jabón y seleccionar el tipo de servicio que se requiera. Hoy en día, las lavanderías son utilizadas mayormente por estudiantes, extranjeros y personas que viven solas ya que muchas veces no cuentan con un espacio físico para lavar su ropa o su estadía en ese lugar es corta.

Generalmente, las lavanderías cuentan con un área de recepción, punto de venta de artículos de limpieza, un área de máquinas para el lavado y secado de ropa, un área de doblado, bodegas de almacenamiento y salas de espera para que los clientes puedan esperar hasta que el proceso de lavado y secado finalice. Este sistema se planea utilizar en el proyecto de residencia deportiva para que los deportistas tengan la oportunidad de lavar su ropa en un lugar seguro y cercano, mientras realizan sus tareas diarias.

3.12 Área del Personal

El personal de trabajo que forma parte del equipo de la residencia debe tener un espacio para que puedan dejar sus pertenencias de manera segura en casilleros y se debe contar con baños y vestidores para que el personal pueda cambiarse y refrescarse en cualquier momento. Este espacio también sirve para mantener la privacidad entre empleados, los deportistas y los entrenadores, es recomendable tener áreas y circulaciones separadas para que los empleados realicen sus tareas eficientemente.

3.13 Áreas de Servicio

Las áreas de servicio funcionan como espacios auxiliares utilizados principalmente para almacenamiento y generalmente son utilizadas únicamente por el personal. Los servicios planteados en el proyecto abarcan bodegas de almacenamiento y limpieza, servicios higiénicos y áreas de carga y descarga, pueden ser áreas restringidas para los estudiantes.

3.14 Parqueaderos

La residencia se encuentra en una zona muy transitada y es difícil conseguir un parqueadero en las horas más circuladas, por esta razón, el personal de trabajo, los deportistas y los entrenadores podrán tener acceso a los parqueaderos de la residencia que están diseñados para automóviles, motocicletas y bicicletas. Los huéspedes no deben preocuparse por la seguridad ya que el parqueadero se encuentra en un área cercada y monitoreada constantemente.

Referencias Bibliográficas

- Archdaily. (2013). Challenged Athletes Foundation / Colkitt & Co. Recuperado el 28 de marzo de 2019 de: https://www.archdaily.com/368266/challenged-athletes-foundation-colkitt-and-co?ad_medium=gallery
- Archdaily. (2017). Conestoga College Student Recreation Centre / MJMA. Recuperado el 28 de marzo de 2019 de: <https://www.archdaily.com/878996/conestoga-college-student-recreation-centre-mjma>
- BiciQuito. (2019). BiciQuito Bicicleta Pública. Recuperado el 26 de marzo de 2019 de: <http://www.biciquito.gob.ec/index.php/info/comofuncionaelservicio.html>
- BlastingNews. (2017). ¿Cómo eran los gimnasios en la Antigua Grecia? Recuperado el 12 de Abril de 2019 de: <https://es.blastingnews.com/ocio-cultura/2017/09/como-eran-los-gimnasios-en-la-antigua-grecia-001995725.html>
- Climate-DataOrg. (2019). Clima Quito. Recuperado el 24 de marzo de 2019 de: <https://es.climate-data.org/america-del-sur/ecuador/provincia-de-pichincha/quito-1012/>
- Concentración Deportiva de Pichincha. (2019). Concentración Deportiva de Pichincha. Recuperado el 24 de marzo de 2019 de: <http://www.cdp.com.ec/mison.html>
- Los Centros de Alto Rendimiento son subutilizados en Ecuador. (17 de abril de 2019). El Comercio. Recuperado el 29 de marzo de 2019 de: <https://www.elcomercio.com/deportes/centros-alto-rendimiento-subutilizados-ecuador.html>
- Luzuriaga, S. (2010). Abastecimiento de agua y políticas de saneamiento en Quito, 1880-1930. Procesos, Revista Ecuatoriana de Historia. Recuperado el 15 de Abril de 2019, de: file:///C:/Users/local_admin/Downloads/105-242-1-PB.pdf

Municipio del Distrito Metropolitano de Quito. (2008). La Vicentina y El Dorado: memoria histórica y cultural, Quito, Ecuador.

Municipio del Distrito Metropolitano de Quito. (2019). Sistema Metropolitano de Transporte. Recuperado el 26 de marzo de 2019 de: <http://www.quito.gob.ec/>

Residencias, el segundo hogar de los Deportistas. (04 de septiembre de 2011). El Telégrafo. Recuperado el 27 de Marzo de 2019 de:

<https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/deportes/1/residencias-el-segundo-hogar-de-los-deportistas>

Secretaría del Deporte. (s/f). CEAR de Río Verde al servicio del deporte ecuatoriano. Gobierno de la República del Ecuador. Recuperado el 29 de marzo de 2019 de:

<https://www.deporte.gob.ec/cear-de-rio-verde-al-servicio-del-deporte-ecuatoriano/>

Vela, M. (2019). Comunicación personal. Entrevista Gerente Hotel Barnard.