



PRESCRIPCIONES TÉCNICAS QUE HAN DE REGIR LA CONTRATACIÓN DE LA GESTIÓN DE LOS CURSOS MUNICIPALES DE “YOGA PARA MAYORES DE 50 AÑOS” DENTRO DEL PROGRAMA MUNICIPAL DE DEPORTE TERAPÉUTICO “CITIUS, LONGAEVUS, FORTIUS”

Constituye el objeto de este pliego fijar las prescripciones técnicas que han de regir la contratación de la gestión de los cursos municipales de “Yoga para mayores de 50 años” dentro del Programa Municipal de Deporte Terapéutico “Citius, Longaevus, Fortius” durante la temporada 2023/2024.

1. Características técnicas de los cursos municipales de “Yoga para personas mayores de 50 años”

1.1. Objetivo general:

Desarrollar un proyecto accesible de clases municipales de Yoga, prioritariamente en su rama “Hatha-Yoga”, que garantice la inclusión generalizada de ciertos elementos potenciadores de su efecto terapéutico y de una orientación socio-sanitaria para una parte de sus personas destinatarias.

1.2. Duración:

Las labores previas del contrato en cuanto a la planificación y ejecución del procedimiento de inscripciones, así como la difusión/captación se realizarán durante el mes de septiembre de cada temporada. Durante la temporada 2023-2024 este periodo comenzará el 11 de septiembre de 2023.

En cuanto a la docencia de las actividades, su temporalidad general abarca del 1 de octubre de cada año – salvo que coincidiera en un domingo o festivo que se pasará al siguiente día hábil– hasta mediados de junio del año siguiente. Durante la temporada 2023-2024 este periodo será del 2 de octubre de 2023 al 14 de junio de 2024.

Con la suficiente antelación al inicio de cada temporada, el Ayuntamiento de Pamplona autorizará el correspondiente calendario oficial, a partir de la propuesta de la empresa adjudicataria. Este calendario deberá cumplir los siguientes requisitos para su elaboración:

1. Los días lectivos serán siempre de lunes a viernes de cada semana, garantizando la programación de la mayor cantidad de oferta posible sin superar las **2.000 horas de clase por temporada**. Asimismo, se establecerá un máximo de **165 días lectivos por temporada**. Tales valores serán de aplicación general salvo por la no realización de determinados grupos ofertados al no llegar el número de personas inscritas a la ratio mínima prevista en el presente pliego para su efectiva realización.
2. Respetar los horarios generales de apertura y cierre general de cada uno de los espacios en los que se realice.
3. Respetar los periodos de tiempo reservados para otro tipo de actividades que pudieran tener prioridad de uso sobre los cursos de Yoga, de acuerdo con las instrucciones que a tal efecto determine el Ayuntamiento.



4. Se planificarán grupos de actividad de 3 días a la semana con 60 minutos de duración por día y de 2 días a la semana con 90 minutos de duración por día, en función de las demandas expresadas de las personas participantes y la disponibilidad horaria de los espacios. Como mínimo, cada temporada se ofertarán obligatoriamente veintidós grupos de actividad, no superando el máximo de horas por temporada indicado en el punto primero de este apartado.

A modo orientativo, durante la temporada 2022-2023 se ofertaron veintidós grupos de actividad con la siguiente distribución:

- a. **Grupos de 3 horas semanales:** a) 14 grupos (2 sesiones semanales de 90 min), y b) 4 grupos (3 sesiones semanales de 60 min).
- b. **Grupos de 2 horas semanales:** 4 grupos de 2 sesiones semanales de 60 min.

1.3. Lugares de realización:

Con la suficiente antelación al inicio de los cursos, y a partir de la propuesta de la empresa adjudicataria, el Ayuntamiento de Pamplona autorizará cada temporada la relación de todos los espacios en los que ejecutar el presente contrato, pudiendo quitar o incrementar nuevos espacios de una temporada para otra, según las demandas o necesidades cambiantes.

En principio, los espacios de referencia para la temporada 2023-2024 serán los siguientes:

- Polideportivo municipal Ezcaba.
- Polideportivo municipal Rochapea.
- Polideportivo municipal Arrosadía.
- Civivox Mendillorri.
- Civivox Iturrama.
- Centro Comunitario Antzara.
- Centro San Juan Bosco (antiguo Civivox).
- Complejo Deportivo Municipal Aranzadi.
- Complejo Deportivo Municipal-Aquavox San Jorge.

1.4. Sobre los participantes:

1.4.1. Edad y sexo: personas de cualquier sexo con edad igual o superior a 50 años. En el mes de enero de cada temporada, las plazas libres en determinados grupos podrían cubrirse excepcionalmente por personas de 49 años.

1.4.2. Preferencia para personas empadronadas: en el caso de que la demanda superara a las plazas disponibles en un determinado grupo, tendrán preferencia las personas empadronadas en Pamplona. Esta preferencia deberá controlarse y asegurarse desde el propio sistema de inscripción previsto en el punto 1.6 del presente pliego.

1.4.3. Ratio por grupo: la ratio mínima de aplicación general por cada grupo será de 15 personas. Cualquier grupo con una ratio por debajo de dicha cantidad no será realizado, reajustándose la facturación como corresponda al número de horas efectivamente realizadas respecto de la oferta



programada. La ratio máxima por cada grupo de actividad se calculará a razón de 4m²/persona de espacio deportivo útil hasta un máximo de 35 personas.

La aplicación de esta ratio máxima tendrá un carácter general, estableciéndose los siguientes tres supuestos extraordinarios de ampliación en cinco plazas más (es decir, 40 personas en total como ratio por grupo), siempre que lo permita la capacidad del espacio deportivo útil y previa autorización municipal:

- **1^{er} supuesto:** los grupos de actividad de los tres barrios con mayores índices de envejecimiento de la ciudad de acuerdo con la estadística oficial de cada año.
- **2^o supuesto:** a aplicar únicamente desde enero de cada temporada, en los grupos de actividad con una tasa más baja de asistencia regular de las personas inscritas de esa temporada en curso.
- **3^{er} supuesto:** los grupos de actividad donde la demanda de personas en lista de espera sea igual o superior a quince personas.

1.4.4. Obligación de aseguramientos: El Ayuntamiento de Pamplona regulará los seguros obligatorios mínimos que se deberán disponer por parte de la empresa adjudicataria y que estén dirigidos a las personas participantes. Tales seguros quedarán automáticamente incorporados en los costes del presente contrato. Asimismo, el Ayuntamiento de Pamplona deberá autorizar expresamente la incorporación de otros seguros añadidos a los anteriores que se faciliten o se coordinen a través de la empresa adjudicataria. Estos seguros tendrán un carácter voluntario para las personas participantes, no supondrán limitación alguna para su inscripción en el proyecto de clases de Yoga, y en ningún caso supondrán un gasto incorporable a los costes del presente contrato.

1.4.5. Reserva de plazas para necesidades municipales: para necesidades socio-sanitarias de la población pamplonesa y del personal municipal, el Ayuntamiento de Pamplona podrá reservar cada temporada determinadas plazas en cada grupo de entre los ofertados. El Ayuntamiento de Pamplona comunicará, con la suficiente antelación al inicio del periodo de inscripciones correspondiente, las posibles plazas a reservar.

1.5. Sobre el precio o cuota de los cursos:

El precio o cuota de los cursos a aplicar a cada una de las personas participantes en los cursos municipales de Yoga así como la obligatoriedad de determinados descuentos seguirá necesariamente lo previsto en la “*Norma reguladora de precios públicos por entrada, inscripción o matrícula en cursos y actividades de carácter educativo, cultural, deportivo, social o de promoción a la salud organizados por el Ayuntamiento de Pamplona o sus organismos autónomos*” o norma que pudiera sustituirla o actualizarla de un año para otro.

Las cuotas de inscripción que se recauden cada temporada por la empresa adjudicataria se ingresarán íntegramente en la cuenta que designe el Ayuntamiento de Pamplona, debiendo presentarse el desglose estadístico exhaustivo de cuotas satisfechas en cada grupo y espacio de actividad.



1.6. Sobre el sistema de inscripción:

La empresa adjudicataria será la responsable de disponer y gestionar el sistema de inscripción. Este sistema deberá cumplir los siguientes requisitos:

1. Permitirá la inscripción tanto telemática – que será prioritaria- como presencial. Debido al perfil de las personas participantes – muchas de las cuales tendrían conocimientos insuficientes para el manejo de los sistemas de inscripción y de pago telemáticos-, deberá garantizarse que toda aquella persona que expresamente solicite ser atendida presencialmente, lo pueda realizar sin ningún tipo de aglomeración y con diligencia en igualdad de condiciones que cualquier otra persona.
2. Cuando determinadas inscripciones requieran de una atención presencial en espacios municipales se asegurará que las mismas no entorpezcan el normal funcionamiento de la actividad de dichos espacios (aglomeraciones, circulación en pasillos, ruidos, alteración del orden, etcétera). Además, el personal de atención telefónica dispuesto por la empresa adjudicataria deberá ampliarse en los periodos de inscripción para atender correctamente la atención de dudas, el traslado de información, y la realización de pagos telefónicos.
3. En aquellos grupos en los que la demanda supere a las plazas disponibles se realizará un sorteo con la mayor diligencia posible, garantizando una eficaz, transparente y multi-canal comunicación del procedimiento del sorteo y los resultados del mismo a las personas participantes y al Ayuntamiento de Pamplona.
4. Garantizar el cumplimiento de toda la normativa aplicable en relación con la protección de datos de carácter personal.
5. La obtención de datos de las inscripciones durante cada año seguirá el contenido y las pautas indicadas en el Anexo “Datos para la Ficha de Inscripción”.
6. El plazo de inscripciones estará abierto permanentemente, mientras dure la ejecución de cada curso de Yoga, en tanto haya plazas disponibles. Ahora bien, con carácter general, existirán dos periodos de lanzamiento expreso por parte de la empresa adjudicataria de la correspondiente campaña de difusión e inscripciones: una al inicio de la temporada (septiembre-octubre) y otra al inicio de cada año (diciembre-enero).
7. La empresa adjudicataria no podrá admitir en los cursos a otras personas distintas a las inscritas en ellos.
8. Se facilitarán periodos de jornadas de puertas abiertas, sin coste para las personas interesadas ni para el Ayuntamiento de Pamplona, que permitan el conocimiento y la prueba de la actividad a cualquier persona no inscrita como una forma de captación. La forma de regular estas jornadas de puertas abiertas será propuesta por la empresa adjudicataria cada temporada y será autorizada por el Ayuntamiento de Pamplona.

1.7. Potenciación del efecto terapéutico de las clases de Yoga: las clases de Yoga ya producen, en sí mismas, un efecto beneficioso para la salud de las personas que lo realizan. Sin embargo, con el propósito de potenciar dicho efecto se deberán implementar las siguientes medidas:



1.7.1. Medida 1: Proyecto de Desarrollo de la Estrategia Ejercicio Físico Cuantificado y Recompensado (EFCR) que persiga que las personas inscritas alcancen las recomendaciones de las “Directrices de la OMS sobre Actividad Física y Hábitos Sedentarios (2020)”

El Proyecto EFCR se considera, a efectos de este contrato, al documento o conjunto de documentos tomados como una unidad sobre los que se diseñará y se implementará la mencionada estrategia, en directa relación con las actuaciones obligatorias que comprenden el objeto del presente contrato. El propósito general de la implementación de esta estrategia es el de motivar, alentar, fidelizar y mejorar la adherencia a la práctica deportiva municipal externalizada en el contrato por parte de las personas inscritas en las clases de Yoga. Para el mencionado propósito, el desarrollo de la estrategia deberá tener en cuenta dos (2) partes claramente diferenciadas:

- En primer lugar, deberá diseñar nuevos medios y/o emplear medios ya existentes (tecnológicos, Apps, formularios impresos u otros, pasaportes *ViviFrail*, cartillas de fidelidad, etcétera) que permitan el registro y la cuantificación objetiva del ejercicio físico realizado por cada persona inscrita en el programa en un determinado periodo, teniendo en cuenta como tal, tanto el ejercicio físico de las específicas clases de Yoga, como aquel ejercicio derivado de recomendaciones sobre estilos de vida activos que ayudará, en determinados casos, a alcanzar y seguir las recomendaciones previstas en las “Directrices de la OMS sobre Actividad Física y Hábitos Sedentarios” (2020).
- En segundo lugar, asociar a determinados objetivos o metas, en cuanto a cantidad de ejercicio físico realizado en un determinado periodo, la obtención de recompensas, premios, o algún tipo de beneficio (económico u otros). Ello implicará no solo la previsión de todo lo que obtendrán las personas inscritas en los cursos de Yoga con determinados logros conseguidos, sino también el diseño de las campañas que los difundan y promocionen.

Uno de los objetivos fundamentales asociados a las mencionadas recompensas o premios será el que las clases de Yoga se deberían convertir en el núcleo fundamental de actividad – no excluyente del posible complemento de otras actividades con un contenido y supervisión diferente- para conseguir entre las personas inscritas: **a)** 300 minutos semanales de ejercicio físico moderado aeróbico, o bien 150 minutos semanales de ejercicio físico aeróbico vigoroso, o una combinación de ambos – siempre en sesiones mínimas de 10 minutos-; y **b)** un mínimo de dos sesiones semanales de fuerza, equilibrio y movilidad que afecten al mayor número de grupos musculares.

Las empresas que liciten para el contrato deberán presentar una versión abreviada (de una extensión aproximada no mayor a 10 hojas ni inferior a 5 hojas) de su Proyecto de desarrollo de la estrategia EFCR. Las pautas obligatorias para su realización se recogen a continuación:

- Deberá incorporar, y ser desarrollado suficientemente de contenido, los siguientes apartados: a) breve explicación del Proyecto, b) objetivos, c) establecer las acciones y/o actividades para el desarrollo de tales objetivos teniendo en cuenta las dos partes de desarrollo mencionadas anteriormente, d) cronología temporal de las acciones anteriores durante los años de duración del contrato, e) recursos utilizados (humanos, económicos, y espaciales/materiales), f) difusión del proyecto; y g) mecanismos de evaluación y supervisión de resultados y cumplimiento de objetivos.



- El Proyecto deberá ser realizado e implementado, sin ningún coste añadido para el Ayuntamiento de Pamplona ni para las personas inscritas en el proyecto, durante todos los años de ejecución del contrato. Cada año, deberá ser revisado y actualizado.
- En la obtención de recompensas se valorará especialmente que se utilicen, entre otros recursos posibles, los recursos que se acuerden por la entidad adjudicataria con los comercios locales.

1.7.2. Adaptaciones metodológicas pro-salud de las sesiones de Yoga

Sin suponer una alternación sustancial de los contenidos, técnicas y métodos docentes de una sesión de “Hatha-Yoga”, la empresa que finalmente quede adjudicataria del proceso de licitación, deberá presentar en un plazo no superior a un mes desde el inicio del contrato, un proyecto de adaptaciones metodológicas pro-salud de las sesiones de Yoga, en línea con las directrices generales establecidas en el “proyecto-memoria general” presentado con la oferta de licitación. Dicho proyecto deberá seguir las pautas que determine el Ayuntamiento de Pamplona y podrá requerir, sin un coste añadido en los costes del presente contrato, las siguientes medidas:

- Suministro de tests validados científicamente para un análisis cuantitativo de la condición física de las personas inscritas (concretamente, el *Test de Rikli & Jones* u otros semejantes).
- Realización de cursos de formación por parte del Centro de Estudios y Medicina del Deporte orientados a la docencia de programas deportivos dirigidos a la tercera edad, u otros semejantes emitidos por cualquier Administración Pública.
- Incluir ejercicios analíticos complementarios, de duración limitada, en determinadas sesiones semanales para trabajar la capacidad física de la fuerza.
- Dar recomendaciones pautadas para que las personas inscritas alcancen diariamente, más allá de las clases de Yoga, un mínimo de 8.000 pasos.
- Otras medidas a propuesta de la empresa finalmente adjudicataria.

1.8. Instrucciones específicas para el personal docente de las clases de Yoga:

- Respetar en todo momento la puntualidad en el inicio y en la finalización de las clases.
- Cuando, por causa de fuerza mayor, algún miembro del personal docente no pueda prestar el servicio lo comunicará a la empresa con la mayor urgencia para su inmediato reemplazo.
- El personal docente impartirá las clases únicamente al alumnado inscrito, no permitiendo la asistencia a quienes no se encuentren registrados en los listados de los grupos programados y participantes admitidos, salvo en los periodos extraordinarios y puntuales de “jornadas de puertas abiertas”.
- Dar aviso de cualquier anomalía o desperfecto que aprecie, bien sea en la instalación donde se desarrollen las clases o en el equipamiento a utilizar.
- Comunicar a la mayor brevedad posible cualquier incidencia o cambio que se produzca y que afecte a la ejecución de las clases.
- Ofrecer a las personas inscritas un trato amable y de colaboración en las cuestiones que les sean planteadas.



1.9. Sobre los derechos de autor en composiciones musicales con o sin letra

Si la empresa adjudicataria utilizara para las clases de Yoga determinadas composiciones musicales, con o sin letra, que pudieran estar acogidas a derechos de autor con obligación de resarcimiento económico de acuerdo con la Ley de Propiedad Intelectual; será responsabilidad de la misma compensar económicamente a dichos autores o, en su caso, al de las posibles entidades a las que hubieran encomendado la gestión de tales derechos. En ningún caso, la ejecución del presente contrato supondrá obligatoriamente la utilización de composiciones musicales, con o sin letra, con derechos de autor con obligación de resarcimiento económico.



2. Actuaciones obligatorias que comprenden el objeto del contrato durante su vigencia, incluyendo posibles prórrogas

2.1. Proyecto-memoria general

Elaboración del proyecto-memoria global de los cursos de Yoga en el que deberán abordarse obligatoriamente, como mínimo, los siguientes apartados: objetivos, contenidos docentes, personal implicado en la gestión e impartición de clases y protocolo para altas/bajas, sistema de inscripciones, metodología docente, materiales utilizados, calendario con los días y horarios por cada espacio, seguros, medidas de potenciación del efecto terapéutico de las clases (incluyendo estrategia EFRCR) y sistema de evaluación del programa.

2.2. Medidas potenciación efecto terapéutico en las clases

Desarrollar las medidas de potenciación del efecto terapéutico de las clases de Yoga previstas en el apartado 1.7 del presente pliego.

2.3. Sistema de inscripciones

Gestión íntegra del sistema de inscripciones de acuerdo con los requisitos que les afecten entre los recogidos en el apartado 1 de características técnicas de los cursos de Yoga del presente pliego. Las cuotas de inscripción que se ingresen cada temporada deberán ser transferidas al Ayuntamiento de Pamplona en dos momentos de cada temporada: uno, durante el primer mes de inicio de la temporada (octubre de cada año) y otro, durante el último mes antes de finalizar la temporada (mayo-junio de cada año).

2.4. Calendario

Elaboración del calendario de grupos, horarios y lugares de impartición de acuerdo con lo previsto en el apartado 1.2 y 1.3 del presente pliego.

2.5. Control organizativo

Sistema de control de la asistencia en cada clase, control de aforo, e implementación de cualquier otra medida que pudiera imponerse por la autoridad sanitaria competente y/o por los entes titulares o gestores de las instalaciones relacionado con la específica organización de la actividad deportiva objeto del contrato

2.6. Sobre los seguros

Contratación de los siguientes seguros:

- Obligatorios: **a)** un seguro de responsabilidad civil ante terceros que cubra a la empresa adjudicataria en el desarrollo de las prestaciones objeto del presente contrato y con una cobertura mínima de 300.000 €; y **b)** un seguro individual de accidentes para cada una de las personas participantes en los cursos de Yoga que cubra los riesgos de invalidez y



muerte por importe mínimo de 12.000 € en ambos casos. El coste de estos seguros no supondrá incremento alguno a las personas participantes en la cuota de inscripción.

- Otras coberturas no obligatorias: será posible la incorporación de otras coberturas aseguradoras a las personas participantes que complementen o mejoren las anteriores siempre que: **a)** se realicen con el previo visto bueno municipal, **b)** no sean de obligatoria disposición para que las personas participantes puedan inscribirse y participar en los cursos, y **c)** no supongan gasto alguno imputable por parte de la empresa adjudicataria al presente contrato mientras dure el mismo. Los ámbitos de cobertura de estos seguros no obligatorios estarán destinados esencialmente a posibles daños por lesiones deportivas y a una atención más rápida en pruebas/consultas de diagnóstico médicas.

2.7. Sobre el sistema de información permanente

Elaboración y aplicación de un sistema de información permanente y eficaz hacia las personas inscritas sobre todo aquello relacionado con el buen funcionamiento de las clases de Yoga.

2.8. Sobre los medios humanos

Disponer de los medios humanos suficientes y necesarios para la correcta ejecución del presente contrato, acreditando el cumplimiento de lo requerido, entre otras normas de aplicación, por parte del convenio colectivo de las empresas y las entidades privadas gestoras de servicios y equipamientos deportivos propiedad de otras entidades en Navarra y la Ley Foral 18/2019, de 4 de abril, sobre acceso y ejercicio de las profesiones del deporte en Navarra.

El personal docente deberá seguir las instrucciones determinadas en el apartado 1.8 del presente pliego y cumplir con los requisitos formativos que pudieran derivar de las adaptaciones pro-salud de las clases prevista en el apartado 1.7.2.

Será obligación de la empresa adjudicataria la comunicación, al menos al inicio de cada temporada, de las personas que efectivamente van a participar en la ejecución del contrato, así como los posibles cambios que pudieran producirse en las mismas a lo largo de cada temporada.

Finalmente, dentro de la memoria final prevista en el apartado 2.10, la empresa adjudicataria deberá trasladar anualmente la relación de personas que han sido contratadas con la obligación de subrogación, actualizando todos los datos de este personal mientras dure el contrato.

2.9. Sobre el material deportivo

El material deportivo de uso personal será dispuesto por las personas participantes en su totalidad.

En el caso de material de uso personal del propio personal de la adjudicataria, será obligación empresarial tanto su disposición como su reposición cuando esté defectuoso, deteriorado o desgastado.



La empresa adjudicataria será la responsable del buen uso de las instalaciones que se utilicen durante sus clases, debiendo dejar las salas, a la finalización de cada clase, en las mismas condiciones que al inicio de la actividad.

2.10. Evaluación

2.10.1. Sistema de evaluación para conocer: **a)** el nivel de satisfacción de las personas inscritas; **b)** el grado de participación durante cada temporada que esté desagregado por sexo y edad; y **c)** los resultados terapéuticos de las medidas incorporadas para potenciar el efecto terapéutico de las clases (Apdo. 1.7 del presente pliego).

2.10.2. Elaboración de una memoria final, como máximo durante los tres meses siguientes al finalizar cada temporada, en donde se reflejen fundamentalmente los siguientes contenidos:

- Calendario final de días y horarios de clase por cada espacio.
- Resultados del sistema de evaluación previstos en el punto anterior. Se anexarán los originales de las encuestas o cuestionarios que hubieran podido ser respondidos por las personas participantes.
- La actualización de la tabla de subrogación presentada para licitar de acuerdo con lo indicado en el apartado 2.8 así como la relación de personas que efectivamente han participado en la ejecución del contrato, con indicación de su edad, tipo, nivel, jornada, salario y convenio aplicable.
- En el caso de haberse acogido, durante la licitación, al criterio de “Formación de la plantilla que ejecutará el contrato” se deberán aportar los correspondientes certificados expedidos por la entidad formadora, con indicación de la relación nominal de personas, la actividad formativa y su duración.
- Sugerencias de mejoras o cambios para la siguiente temporada.

2.11. Persona de interlocución

Nombrar a una persona responsable del proyecto de cursos que actuará como interlocutora válida con los servicios técnico-deportivos municipales.