

## INICIAR TEMPORIZADOR DE DESCANSO

### ACTORES

Usuario final de la aplicación

### REQUISITO

RF\_20 = Al acabar un ejercicio, el usuario podrá empezar un temporizador que define la cantidad de tiempo de descanso entre ejercicios, para que el usuario tenga control de su tiempo.


### DESCRIPCIÓN

El sistema permite al usuario iniciar un temporizador una vez finaliza un ejercicio dentro de su rutina. El sistema debe ofrecer una interfaz donde el usuario pueda definir o aceptar el tiempo de descanso, iniciar la cuenta regresiva y notificar al usuario cuando el tiempo haya terminado.

### PRECONDICIONES

- El usuario debe haber iniciado sesión en la aplicación.
- El usuario debe tener una rutina activa y haber marcado un ejercicio como “completado”.

### FLUJO NORMAL

- 1) El usuario marca un ejercicio como completado mediante el ícono de confirmación .
- 2) El sistema inicia automáticamente un temporizador de descanso con una duración predeterminada de 1:30 minutos.
- 3) El sistema muestra en pantalla el temporizador de descanso y la cuenta regresiva del tiempo restante.
- 4) El usuario puede realizar una de las siguientes acciones:
  - a) Esperar al final del tiempo de descanso.
  - b) Saltar el descanso para continuar inmediatamente con el siguiente ejercicio.
- 5) Al llegar a cero, el sistema genera una notificación visual y/o sonora indicando el fin del descanso.
- 6) El flujo finaliza cuando el usuario:
  - a) Reconoce la notificación
  - b) Inicia el siguiente ejercicio.

### POSTCONDICIONES

- El sistema registra el inicio y fin del descanso en el historial de la rutina.
- El sistema actualiza el estado del ejercicio completado y prepara el siguiente ejercicio.

### NOTAS

- El temporizador puede pausarse o reiniciarse en cualquier momento.
- El tiempo predeterminado del temporizador puede ajustarse en las configuraciones generales de la aplicación.

## MOCKUP

1. Durante el ejercicio
  - a. Botón de aceptación de ejercicio finalizado.

Rutina en Curso  
Tiempo total: 0:09

Progreso0 de 4 ejercicios

Sentadillas1:301/4

3 series x 12 repeticiones @ 60kg

1Repeticiones12Peso (kg)60

2Repeticiones12Peso (kg)60

RepeticionesPeso (kg)

Ejercicios restantes:

SentadillasPress de bancaPeso muertoDominadas

2. Durante el descanso
  - a. Botón de saltar el descanso

Rutina en Curso  
Tiempo total: 0:39

Progreso0 de 4 ejercicios

Tiempo de descanso1:25Saltar

Descansa entre series

Sentadillas1:301/4

3 series x 12 repeticiones @ 60kg

✓Repeticiones12Peso (kg)60

2Repeticiones12Peso (kg)60

RepeticionesPeso (kg)

Ejercicios restantes:

SentadillasPress de bancaPeso muertoDominadas

