

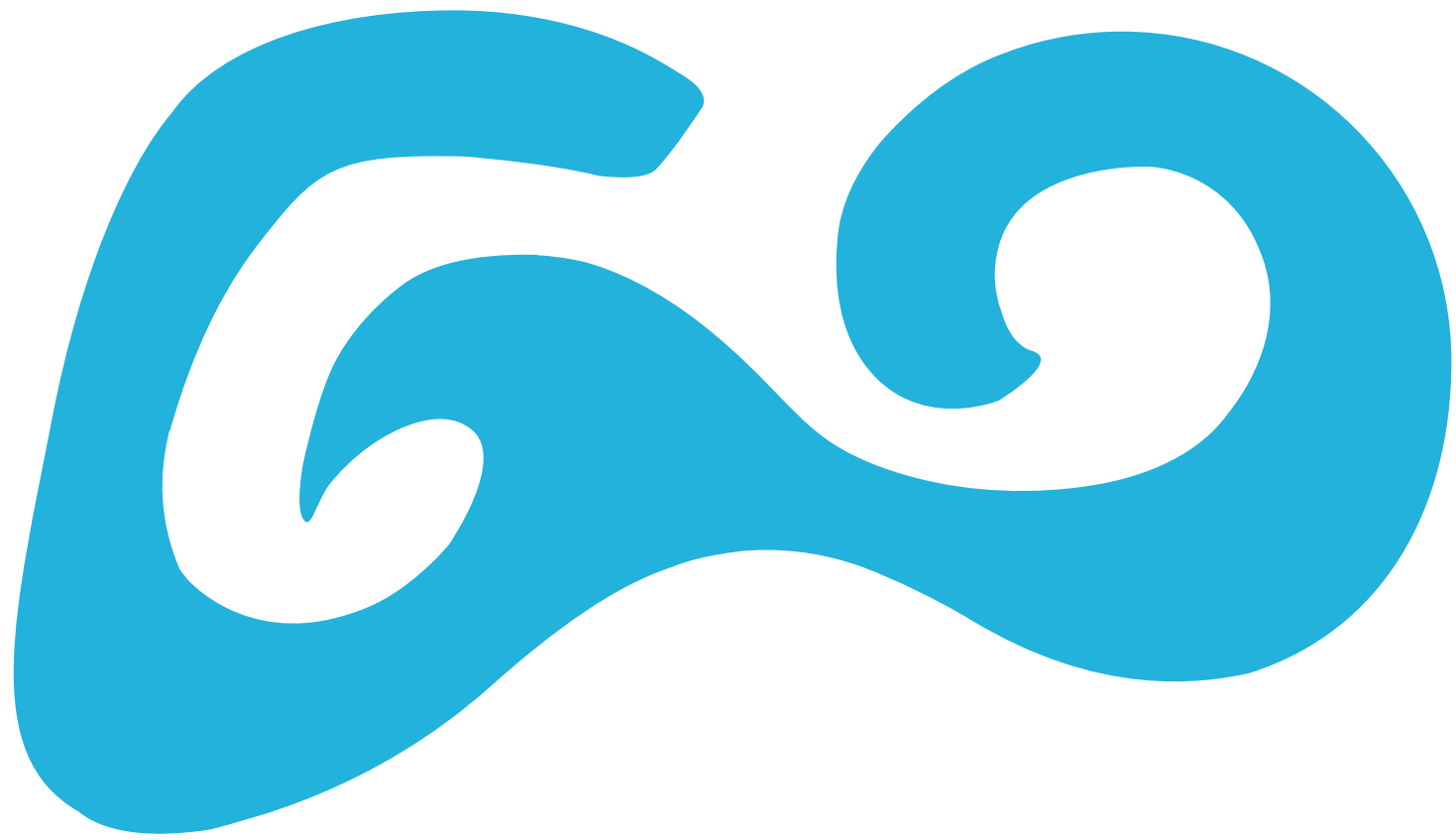
Correo

Contraseña

Iniciar Sesión

[Crear una cuenta](#)
[¿Olvidaste tu contraseña?](#)





Correo

Contraseña

Confirmar contraseña

Crear





Usuario

Edad

Teléfono

¿Qué tan activo eres?



Inactivo

Si tu vida se trata de estar paseando te por el transporte publico, estar todo el día sentado en el trabajo y cuando por fin tienes tiempo libre no lo utilizas para hacer ejercicio.

¡¡Da el primer paso para subir de nivel!!

Ligeramente activo

Si eres de los que a veces les toca hacer un poco de todo (caminas, subes bajas escaleras y manipulas objetos) y que en los momentos libres aprovechas para hacer hacer ejercicio en baja intensidad.

¡¡Vamos otro nivel te esta esperando!!

Moderadamente activo

En este nivel estarán las personas que regulaente caminan a casa, que están atentas a su alrededor y cuando utiliza su tiempo libre es para hacer ejercicio moderadamente.

¡Felicitaciones!, puedes seguir subiendo de nivel

Muy activo

Las personas que prácticamente “Están en todo lado” siempre se están moviendo en el trabajo, en el hogar y que aparte hacen ejercicio de intensidad frecuentemente.

¿Estas list@ para llegar al siguiente nivel?

Sumamente activo

ste nivel es y para aquellos que a nivel competitivo realizan ejercicio en altos volúmenes

Misión completada, el siguiente nivel lo propones tú, ¡¡No te detengas!!



Usuario

Edad

Teléfono

¿Qué tan activo eres?

Inactivo

Si tu vida se trata de estar paseando te por todo el día sentado en el trabajo y cuando p lo utilizas para hacer ejercicio.
¡¡Da el primer paso para subir de nivel!!

Ligeramente activo

Si eres de los que a veces les toca hacer un bajas escaleras y manipulas objetos) y que e vechas para hacer hacer ejercicio en baja intensidad.
¡¡Vamos otro nivel te esta esperando!!

Moderadamente activo

En este nivel estarán las personas que regulaente caminan a casa, que están atentas a su alrededor y cuando utiliza su tiempo libre es para hacer ejercicio moderadamente.
¡Felicitaciones!, puedes seguir subiendo de nivel

Muy activo

Las personas que prácticamente “Están en todo lado” siempre se están moviendo en el trabajo, en el hogar y que aparte hacen ejercicio de inten-cidad frecuentemente.
¿Estas list@ para llegar al siguiente nivel?

Sumamente activo

ste nivel es y para aquellos que a nivel competitivo realizan ejercicio en altos volúmenes
Misión completada, el siguiente nivel lo propones tú, ¡¡No te detengas!!

▼

☒ Inactivo

☐ Ligeramente activo

☐ Moderadamente activo

☐ Muy activo

☐ Sumamente activo



¿Qué relación tienes con el Poli? ▼	
Estudiante	<input checked="" type="radio"/>
Profesor	<input type="radio"/>
Colaborador	<input type="radio"/>
Visitante	<input type="radio"/>
Ninguno	<input type="radio"/>

Seleccionar una meta diaria

☐ 50 a 100 pasos

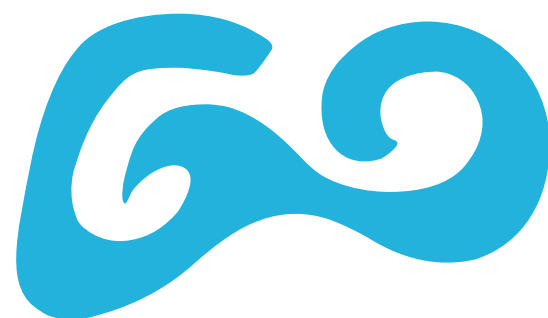
☐ 100 a 800 pasos

☐ 800 a 1500 pasos

☒ 1500 a 3000 pasos

☐ 3000 a 8000 pasos

Completar Registro



80 cal
quemadas



Meta diaria 1800 m

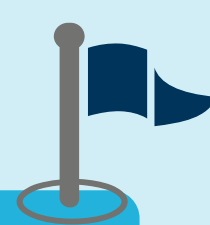
0m



980m



1800m





Nombre de Usuario



Pasos



Noticias

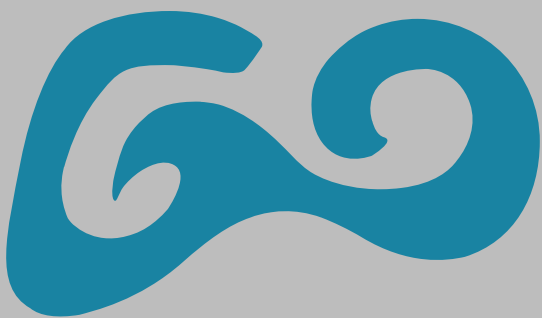


Ranking



Compartir

Cerrar Sesión



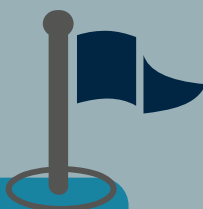
4

S



00 m

1800m





Ranking



Nombre
1.520
pasos

2



Nombre
1.634
pasos

1



Nombre
1.216
pasos

3



Nombre de Usuario



900



Nombre de Usuario



870



Nombre de Usuario



865



Nombre de Usuario



839



Nombre de Usuario



812



Nombre de Usuario



790



Nombre de Usuario



756



Nombre de Usuario



741



Ranking



Nombre
1.520
pasos

2



Nombre
1.634
pasos

1



Nombre
1.216
pasos

3



Nombre de Usuario



900



Nombre de Usuario



870



Nombre de Usuario



865



Nombre de Usuario



839



Nombre de Usuario



812



Nombre de Usuario



790



Nombre de Usuario



756



Nombre de Usuario

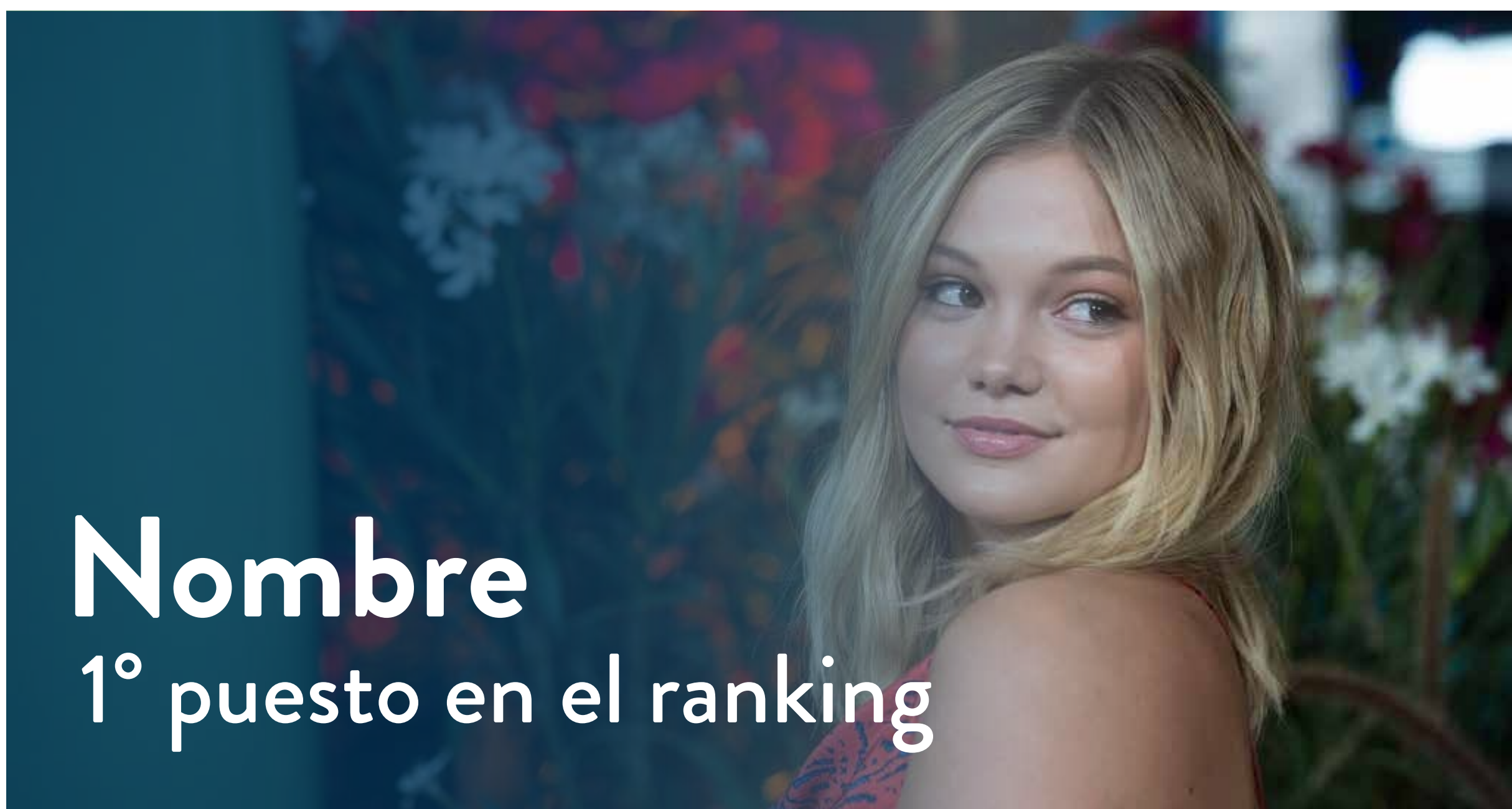


741



Caminata Nacional

7 de mayo



Nombre
1° puesto en el ranking



Reto de la semana
¡llega a 10000 pasos!