

Manual de usuario de GymWare

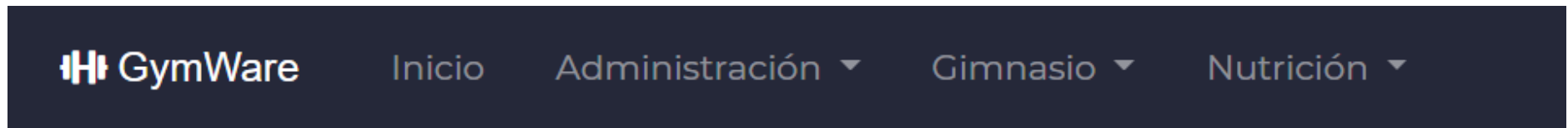
Contenidos

Manual de usuario de GymWare	1
Introducción	2
Sección GymWare	2
Sección Inicio.....	2
Sección Administración	3
Clientes.....	3
Asistencia	4
Membresía	4
Sección Gimnasio	6
Ejercicios	6
Rutinas	8
Rutinas para Clientes	9
Sección Nutrición	12
Comidas.....	12
Dietas	13
Dietas para Clientes.....	14

Introducción

En este manual se dará una breve introducción del uso diario del sistema.

Para comenzar es importante comprender que el punto que une todas las funcionalidades del sistema se encuentra en el header del sitio.



Sección GymWare

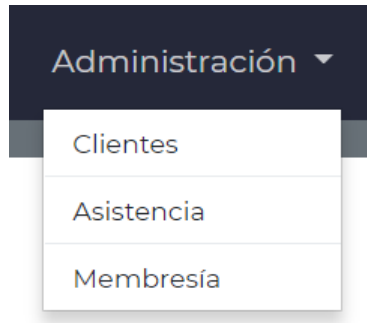
Al clicar en este botón, nos llevará a la página inicial de presentación.

Sección Inicio

Al clicar en este botón, iremos a la página inicial del panel de administración.

Sección Administración

Al hacer foco en este botón, se despliegan tres opciones: Clientes, Asistencia y Membresía.



Clientes

En esta pantalla podremos crear clientes. Debemos completar todos los datos y presionar “Aceptar”.

Alta cliente

DNI *	Nombre *	Apellido *	Fecha de Nacimiento 
Usuario *	Contraseña *	Mail *	Teléfono *
Dirección *	Peso Inicial *	Altura Inicial *	

Aceptar

Asistencia

En esta pantalla, se controlan las asistencias de los clientes a partir del ingreso de su DNI. Al ingresar se registra la asistencia y se muestra un mensaje de éxito. Caso contrario no registra y muestra un mensaje con la situación.

Control de Asistencia

DNI *

Aceptar

Membresía

En esta pantalla podemos dar de alta una membresía para un cliente. Todos los datos de ingreso son obligatorios. En base al plan elegido, el importe de pago se calcula automáticamente.

Control de Membresías

Cliente ▼

Tipo de Plan ▼

Cantidad meses *

Fecha de Pago 

Importe de Pago

0

Aceptar

Sección Gimnasio

Al hacer foco en este botón, se despliegan tres opciones: Ejercicios, Rutinas y Rutinas para Clientes.



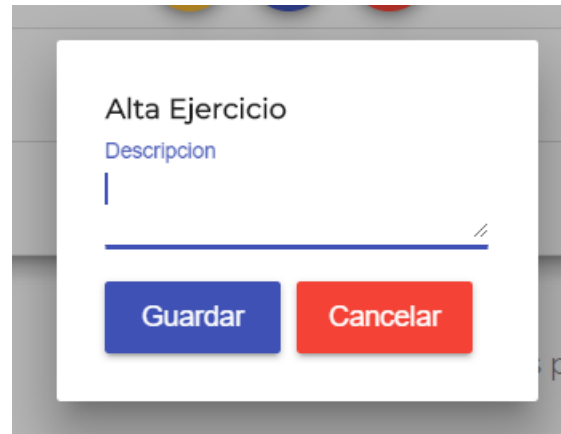
Ejercicios

En esta sección podemos manejar el alta, la baja y la modificación de los ejercicios.

Buscar

Descripcion	Acciones	
Flexiones de brazos	  	
Sentadillas	  	
Dominada	  	

Para dar de alta un ejercicio, hacemos click en el botón “más” que se encuentra en la esquina superior derecha.

A modal form titled "Alta Ejercicio" (Add Exercise) is displayed. It features a text input field labeled "Descripcion" (Description) with a blue underline. Below the input field are two buttons: a blue "Guardar" (Save) button and a red "Cancelar" (Cancel) button. The modal is centered on a blurred background of a web application interface.

Completamos el campo y luego clickeamos en guardar.

Para ver y modificar, presionamos en los iconos del ojo y el lápiz respectivamente. En este último, hacemos las modificaciones y presionamos guardar. Los cambios se verán reflejados instantáneamente en la tabla.

Para eliminar un ejercicio, presionamos en el tachito de basura y confirmamos la eliminación.

Rutinas

En esta sección podemos manejar el alta, la baja y la modificación de las rutinas. Veremos una tabla similar a ejercicios.

Para crear una nueva clickeamos en el signo más. Aquí dentro cargamos todos los datos. Tener en cuenta que se pueden cargar todos los ejercicios que se deseen completando cada uno y luego presionando en el signo más.

Una vez completado, presionamos guardar.

Alta Rutina

Crear rutina

Nombre

Tipo

EdadMin

EdadM...

☐ Hombre ☐ Mujer

Descripcion

Guardar

Agregar ejercicios

Ejercicios

Series

Repeticiones

+

ID	Descripcion	Series	Repeticiones	Acciones
----	-------------	--------	--------------	----------

Items per page: 5 0 of 0 |< < > >|

El mismo criterio de visualización, modificación y eliminación se cumplen para este contenedor.

Rutinas para Clientes

En esta sección, podemos definir una rutina para un cliente determinado.



Seleccionamos en la tabla de clientes al cual le vamos a asignar una rutina, por medio del botón check.






1 Cliente

2 Rutina

3 Periodo

4 Terminar



Nombre	Apellido	DNI	Acciones
Mauricio	Minio	39584761	
Andres	Malvestiti	39578647	

Items per page: 5  1 - 2 of 2    

Luego elegimos la rutina para ese cliente presionando el botón check.

1 Cliente Rutina 2 Periodo 3 Terminar 4

Buscar

Nombre	Tipo	Acciones
Running	Resistencia	
Hipertrofia	fuerza	

Items per page: 5

1 - 2 of 2

|< < > >|

Luego seleccionamos la fecha de inicio y la fecha de fin de la rutina y presionamos Next.

1 Cliente Rutina 2 Periodo 3 Terminar 4

Fecha inicio *

Fecha fin *



Back

Next

Para finalizar presionamos en Guardar.



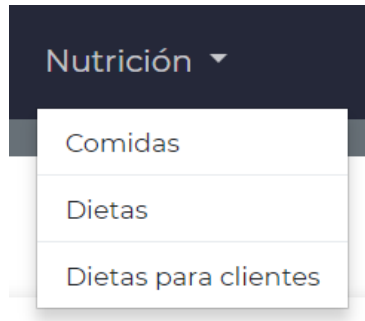
Definir rutina para cliente terminado.

Volver

Guardar

Sección Nutrición

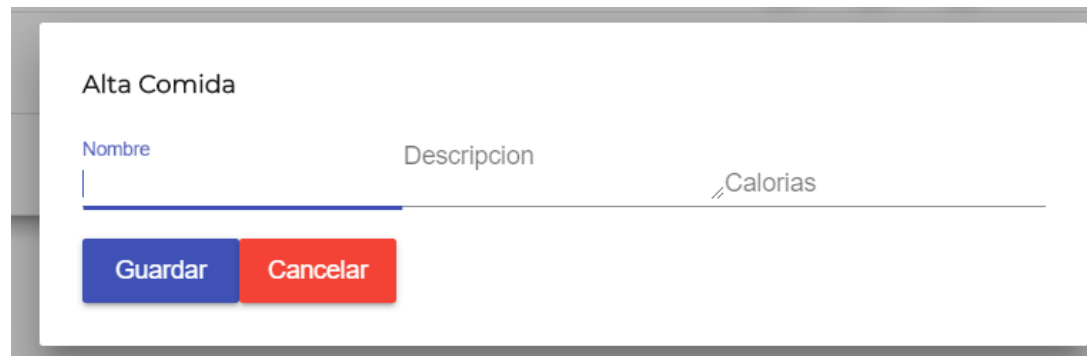
Al hacer foco en este botón, se despliegan tres opciones: Comidas, Dietas y Dietas para Clientes.



Comidas

En esta sección podemos manejar el alta, la baja y la modificación de las comidas. Veremos una tabla similar a las enunciadas previamente.

Para dar de alta una comida, hacemos click en el botón “más” que se encuentra en la esquina superior derecha.

A form titled 'Alta Comida' for adding a new food item. It contains three input fields: 'Nombre' (with a blue underline), 'Descripcion', and 'Calorias' (with a small icon). Below the fields are two buttons: 'Guardar' (blue) and 'Cancelar' (red).

Completamos los campos y luego clickeamos en guardar.

Para ver y modificar, presionamos en los iconos del ojo y el lápiz respectivamente. En este último, hacemos las modificaciones y presionamos guardar. Los cambios se verán reflejados instantáneamente en la tabla.

Para eliminar una comida, presionamos en el tachito de basura y confirmamos la eliminación.

Dietas

En esta sección podemos manejar el alta, la baja y la modificación de las dietas. Veremos una tabla similar a las enunciadas previamente.

Para crear una nueva clickeamos en el signo más. Aquí dentro cargamos todos los datos. Tener en cuenta que se pueden cargar todas las comidas que se deseen completando cada una y luego presionando en el signo más.

Una vez completado, presionamos guardar.

Alta Dieta

Crear dieta

Nombre

Descripci...

Guardar

Agregar comidas

Comidas

Días a la semana

Nombre	Calorias	Días a la semana	Acciones
--------	----------	------------------	----------

El mismo criterio de visualización, modificación y eliminación se cumplen para este contenedor.

Dietas para Clientes

En esta sección, podemos definir una dieta para un cliente determinado.

Seleccionamos en la tabla de clientes al cual le vamos a asignar una dieta, por medio del botón check.

1

Cliente

2



Dieta

3

Periodo

4



Terminar

Nombre	Apellido	DNI	Acciones
Mauricio	Minio	39584761	
Andres	Malvestiti	39578647	


Luego elegimos la dieta para ese cliente presionando el botón check.

1 Cliente ————— 2 Dieta ————— 3 Periodo ————— 4 Terminar

Buscar

Nombre	Tipo	Acciones	
Proteica	Rica en proteínas		

Luego seleccionamos la fecha de inicio y la fecha de fin de la dieta y presionamos Next.

1 Cliente —————  Dieta ————— 3 Periodo ————— 4 Terminar

Fecha inicio *  Fecha fin * 

Back

Next

Para finalizar presionamos en Guardar.



Definir dieta para cliente terminado.

Volver

Guardar