

PRACTICA 21

Capturas correcto funcionamiento

Para cualquier duda sobre el código, enlace github:

<https://github.com/GuilleRHV/Cliente/tree/main/data/ejerciciosCliente/practica21>

1. Calculadora de IMC- Índice de masa corporal.(imc.js)

RESULTADO Ej1

<16.00	Infrapeso(Delgadez severa)
16.00-16.99	Infrapeso (Delgadez moderada)
17.00-18,49	Infrapeso(Delgadez aceptable)
18.50-24.99	Peso normal
25.00-29.00	Sobrepeso
30.00-34.99	Obeso (Tipo I)
35.00-40.00	Obeso (Tipo II)
>40.00	Obeso (Tipo III)

Peso

78

Altura

1.70

Enviar

Diferente color según la opción elegida

<16.00	Infrapeso(Delgadez severa)
16.00-16.99	Infrapeso (Delgadez moderada)
17.00-18,49	Infrapeso(Delgadez aceptable)
18.50-24.99	Peso normal
25.00-29.00	Sobrepeso
30.00-34.99	Obeso (Tipo I)
35.00-40.00	Obeso (Tipo II)
>40.00	Obeso (Tipo III)

Peso

110

Altura

1.70

Enviar

2.Calculadora de FCM –Frecuencia Cardiaca Máxima- (fcm.js)

RESULTADO Ej2

Zona de recuperacion	60%-70%
Zona aerobica	70%-80%
Zona anaerobica	80%-90%
Línea roja	90%-100%

Sexo Hombre ▾ Edad

|

Enviar

Zona de recuperacion	60%-70%
Zona aerobica	70%-80%
Zona anaerobica	80%-90%
Linea roja	90%-100%

Sexo Hombre ▾ Edad

FCM: 198

Recuperacion: 119-139

Aerobica: 139-158

Anaerobica: 158-178

Linea roja: 178-198

Tu fcm es de 198

3. Horario del gimnasio (horario.js) y 4.Filtrado por actividad/fisioterapeuta. (Se complementan)

RESULTADO Ej 3 y 4

Actividades

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
7:00-9:00	pilates	pilates	pilates	pilates	pilates	pilates
9:00-11:00	pesas	pesas	pesas	pesas	pesas	pesas
11:00-13:00	spinning	spinning	spinning	spinning	spinning	spinning
13:00-15:00	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos
15:00-17:00	boxeo	boxeo	boxeo	boxeo	boxeo	boxeo
17:00-19:00	yoga	yoga	yoga	yoga	yoga	yoga
19:00-21:00	descanso	descanso	descanso	descanso	descanso	descanso
21:00-23:00	meditacion	meditacion	meditacion	meditacion	meditacion	meditacion

☐ pilates
☐ pesas
☐ spinning
☐ estiramientos
☐ boxeo
☐ yoga

Fisios

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
10:00-10:45	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea
10:45-11:30	Jose	Jose	Jose	Jose	Jose
11:30-12:15	Pedro	Pedro	Pedro	Pedro	Pedro
12:15-13:00	Laura	Laura	Laura	Laura	Laura
13:00-13:45	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea
17:00-17:45	Jose	Jose	Jose	Jose	Jose
17:45-18:30	Ivan	Ivan	Ivan	Ivan	Ivan
18:30-19:15	Ines	Ines	Ines	Ines	Ines
19:15-20:00	Pepe	Pepe	Pepe	Pepe	Pepe
20:00-20:45	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea

☐ Andrea
☐ Jose
☐ Pedro
☐ Laura
☐ Ivan
☐ Ines
☐ Pepe

Tras filtrar actividad/fisio

Actividades

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
7:00-9:00	pilates	pilates	pilates	pilates	pilates	pilates
9:00-11:00	pesas	pesas	pesas	pesas	pesas	pesas
11:00-13:00	spinning	spinning	spinning	spinning	spinning	spinning
13:00-15:00	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos	estiramientos
15:00-17:00	boxeo	boxeo	boxeo	boxeo	boxeo	boxeo
17:00-19:00	yoga	yoga	yoga	yoga	yoga	yoga
19:00-21:00	descanso	descanso	descanso	descanso	descanso	descanso
21:00-23:00	meditacion	meditacion	meditacion	meditacion	meditacion	meditacion

☐ pilates
☐ pesas
☐ spinning
☐ estiramientos
☐ boxeo
☒ yoga
☐ descanso

Fisios

	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
10:00-10:45	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea
10:45-11:30	Jose	Jose	Jose	Jose	Jose
11:30-12:15	Pedro	Pedro	Pedro	Pedro	Pedro
12:15-13:00	Laura	Laura	Laura	Laura	Laura
13:00-13:45	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea
17:00-17:45	Jose	Jose	Jose	Jose	Jose
17:45-18:30	Ivan	Ivan	Ivan	Ivan	Ivan
18:30-19:15	Ines	Ines	Ines	Ines	Ines
19:15-20:00	Pepe	Pepe	Pepe	Pepe	Pepe
20:00-20:45	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea	Andrea

☐ Andrea

☒ Jose

☐ Pedro

☐ Laura

☐ Ivan

☐ Ines

☐ Pepe

enviar

5. Password seguro.

RESULTADO Ej 5

← → ↺ 🏠

ejercicios.local/practica21/ejercicio5.html

Contraseña

Passwd12-

Enviar

Es valido

OK

