CARATULA

INDICE

Introducción

FITPOWER es una plataforma integral diseñada para mejorar la experiencia de los clientes en el ámbito del fitness. Este sistema avanzado permite a los clientes de FITPOWER acceder a sus perfiles personalizados, donde pueden consultar y registrar sus rutinas de ejercicio, planes de nutrición y seguimiento de progreso. Los entrenadores y nutricionistas, por su parte, tienen herramientas para asignar y ajustar estos planes según las necesidades individuales, ofreciendo un seguimiento continuo mediante el coaching dinámico. Además, la plataforma facilita la gestión de clases, asignación de entrenadores, y la comunicación en tiempo real, brindando un servicio altamente personalizado para ayudar a cada cliente a alcanzar sus objetivos de manera efectiva.

Escenario

FITPOWER es el gimnasio líder en la industria del fitness en América Latina, con presencia

en 15 países. FITPOWER desea ampliar su oferta para incluir un avanzado sistema de seguimiento

personalizado de clientes, que abarca rutinas de ejercicio, planes de nutrición y progresos

individuales. Actualmente, FITPOWER ofrece una variedad de clases y entrenamientos

personalizados, pero quiere mejorar la experiencia del cliente mediante una plataforma integrada

que permita un seguimiento detallado y continuo de sus actividades y logros.

Este nuevo desafío implica desarrollar y adaptar nuestras herramientas tecnológicas para

gestionar la información de manera efectiva. La plataforma debe permitir a los entrenadores y

nutricionistas crear y ajustar planes personalizados, así como realizar un seguimiento en tiempo

real de los progresos de cada cliente.

La experiencia que FITPOWER quiere brindar es la siguiente: Un usuario (cliente) debería

poder acceder a su perfil personal a través de nuestra app o sitio web. Al ingresar, podría ver su

plan de entrenamiento y nutrición, registrar sus actividades diarias y realizar un seguimiento de su

progreso. Los clientes podrán recibir retroalimentación en tiempo real, ajustar sus rutinas y

comunicarse fácilmente con sus entrenadores y nutricionistas.

Los entrenadores (personal trainers) y nutricionistas de FITPOWER podrán asignar y

modificar rutinas y planes de alimentación de acuerdo con las necesidades individuales de cada

cliente. Además, podrán monitorear el progreso del cliente, realizar ajustes necesarios y

proporcionar orientación específica para alcanzar sus objetivos.

FITPOWER tiene varios gimnasios y centros de entrenamiento en diferentes regiones, lo

que permite a los clientes acceder a sus servicios desde cualquier lugar. Sin embargo, para

simplificar la gestión, toda la información del cliente se centraliza en una única plataforma,

permitiendo un seguimiento continuo y coherente.

A medida que los clientes realizan sus entrenamientos y siguen sus planes de nutrición,

sus progresos y logros se registran automáticamente en la plataforma. Un colaborador del

gimnasio (entrenador) puede revisar esta información y ofrecer recomendaciones personalizadas.

Este proceso de seguimiento continuo se conoce como coaching dinámico.

Una vez que los entrenadores y nutricionistas han revisado la información del cliente,

pueden ajustar los planes y rutinas según sea necesario para asegurar que los clientes estén en

el camino correcto para alcanzar sus metas. Este sistema no solo mejora la efectividad del

entrenamiento y la nutrición, sino que también fortalece la relación entre los clientes y el equipo

de FITPOWER.

Finalmente, la plataforma integrada permite a FITPOWER ofrecer una experiencia de

fitness más completa y personalizada, asegurando que cada cliente reciba el apoyo y las

herramientas necesarias para lograr un estilo de vida saludable y alcanzar sus objetivos de

manera efectiva.

**1- Gestión de Clientes y Gestión de Rutinas de Ejercicio**

**A- Gestión de Clientes:**

Permitir la gestión de un perfil para cada cliente con información personal, objetivos,

estado físico inicial y asignación a un gimnasio específico.

**B- Gestión de Rutinas de Ejercicio:**

Herramienta para que los entrenadores puedan crear y asignar rutinas

personalizadas basadas en los objetivos y necesidades de cada cliente. Incluye la

selección de ejercicios, series, repeticiones y tiempos de descanso.

**C- Registro de Progreso (Diario de Entrenamiento) :**

Aplicación o sección dentro de la plataforma donde los clientes pueden registrar sus

entrenamientos diarios, incluyendo los ejercicios realizados, repeticiones, series,

peso utilizado y observaciones sobre la rutina asignada

**2- Gestión de Planes de Nutrición**

**A- Asignación de Planes de Nutrición:**

Herramienta para que los nutricionistas creen y asignen planes de alimentación

personalizados, adaptados a los objetivos y necesidades específicas de cada

cliente.

**B-Seguimiento de Consumo Nutricional (Diario de Nutrición):**

Sección donde los clientes registran su ingesta diaria de alimentos, permitiendo a los

nutricionistas revisar y ajustar los planes según sea necesario.

**3- Evaluación y Ajuste de Planes**

**A- Evaluación del Progreso:**

Funcionalidad para que entrenadores y nutricionistas evalúen el progreso de los

clientes mediante gráficos y métricas clave, ajustando planes de ejercicio y nutrición

según los resultados.

**B- Notificaciones de Ajustes:**

Sistema que notifica a los clientes cuando se han realizado ajustes en sus planes de

entrenamiento o nutrición, incluyendo recomendaciones específicas.

**4- Gestión de Información y Comunicación**

**A- Historial del Cliente:**

Registro completo de todas las actividades, rutinas, planes de nutrición y

evaluaciones del cliente, accesible tanto para el cliente como para el entrenador y

nutricionista.

**5- Monitoreo y Optimización**

**A-Detección de Estancamiento (Algoritmo de Monitoreo):**

Herramienta que analiza el progreso del cliente y detecta posibles estancamientos,

sugiriendo intervenciones específicas.

**B- Informe de Rendimiento:**

Herramienta para generar informes detallados sobre el rendimiento y progreso del

cliente, que pueden ser compartidos con el cliente en sesiones de evaluación

periódica.