

Página Principal

Botón {Ejercicio, Dietas, Calendario, Perfil}

Nombre
Talla Peso



Met.Bcs 2545
Kcalcomidas 500

Kcalconsumidas 1200
Objetivo: Perder 150

Ejercicio

NombreEjercicio

Aeróbico/Aeróbico...

Tiempo: 10mins 
Tiempo: 30mins 

Dietas

Día

HC 50% Protei 20% grasa 10%

Kcal/diaria 1700/2100

Calendario

Mes

	Cardio		
		Fuerza	
Ejer.			

Perfil

 Nombre
↳ Avatar/Foto

DATOS

Objetivo