**Idea: Tema: Entrenador Personal Online**

**Características sobre el sitio:**

- Sección de aprendizaje de ejercicios zona inferior

**Funcionalidades:**

* **CRUD**
* **Feedback**

**Descripción:** El proyecto se centra en crear un sitio web dedicado a proporcionar un servicio de Entrenador Personal en línea. Este sitio ayudará a las personas a mantenerse en forma haciendo ejercicios de forma adecuada y llevar un estilo de vida saludable. Ofrecerá una amplia gama de recursos gráficos y ejercicios para que los usuarios puedan mejorar su condición física dentro de un gimnasio.

**Sección de Aprendizaje de Ejercicios:** En el sitio web habrá una sección dedicada al aprendizaje de diferentes ejercicios. Aquí, los usuarios podrán acceder a tutoriales detallados sobre cómo realizar una variedad de ejercicios de manera efectiva y segura.

**CRUD (Crear, Leer, Actualizar, Eliminar):** Los usuarios tendrán la capacidad de crear perfiles personales donde podrán registrar su información, objetivos de acondicionamiento físico y progreso. También podrán acceder y actualizar fácilmente sus registros y objetivos en cualquier momento.

**Feedback Personalizado:** Genera mensajes de retroalimentación personalizados según los registros de ejercicio. Por ejemplo, si un usuario ha estado realizando ejercicios regularmente, muestra un mensaje motivador. Si ha estado inactivo, proporciona consejos para volver a la rutina.

**Lista de objetivos adicionales (características secundarias):**

Planificación de rutinas de ejercicios personalizadas.

Calendario de seguimiento de entrenamientos.

Establecimiento de recordatorios y metas de ejercicios.

Videos específicos de acuerdo con músculos de la zona inferior que se pretenden entrenar extraídos de youtube u otras plataformas de video.

A screenshot of a computer

Description automatically generated A screenshot of a computer

Description automatically generated