VIRTUAL TRAINER

JEFERSON STEVEN GUEVARA SANCHEZ

MAICOL GARCIA PEREZ

TECNICO EN SISTEMAS

JHON GARCIA

INSTITUTO TECNISISTEMAS

PROGRAMACION

BOGOTA D.C.

2009

**FORTALEZAS**

* Mejoraría el estado físico de los atletas o lograría en una persona normal un deportista.
* Seria una herramienta vital, en la administración de un gimnasio, o de un entrenador.

**DEBILIDADES**

* Los organismos de cada persona, puesto que se tendría que lograr un estándar físico para así iniciar las rutinas recomendadas.

**LIMITACION DEL PROYECTO**

No posee limitaciones, puesto que el programa como tal establece rutinas físicas y dietas alimentarias para cualquier tipo de persona.

**CARACTERIZACION DEL PROYECTO**

Es un programa que va dirigido a los entrenadores de atletas mejor capacitados, donde lo utilizaran como una herramienta adicional sus prácticas recomendadas, sin embargo también los gimnasios lo podrán utilizar para controlar los clientes de una manera eficaz.

Por otro lado el programa arrojara recomendaciones físicas y nutricionales dependiendo del perfil físico de la persona, para así mejorar le estado tanto interno como externo físicamente.

**JUSTIFICACION**

El entrenador virtual se crea con el fin de promover el buen desarrollo del los ejercicios y la nutrición sobre los seres humanos.

**FINALIDAD**

El programa se creo con el fin de promover el buen estado físico para prolongar la vida del ser humano.

**OBJETVIO GENERAL**

Contribuir al mejoramiento del perfil físico de los seres humanos respecto a los estándares de salud.

**OBJETIVOS ESPECIFICOS**

* Proporcionar al entrenador una herramienta de ayuda que lo guie en sus rutinas de ejercicios
* Establecer una forma innovadora de realizar los ejercicios en los gimnasios
* Optimizar los estándares de alimentación en cuanto a un balance nutricional

**METODOLOGÍA**

Ya echo el programa se tiene planeado iniciar un campaña publicitaria donde con ayuda de volantes y de mas promociones (descuentos, dos por uno, etc.), lograr vender el producto y obtener un nuevo cliente.

**ALCANCE**

El alcance del proyecto no solamente serian los gimnasios sino se tiene proyectado que pudiese llegar a los colegios, consultorios médicos y académicos en los cuales se enseñe o practique algún deporte y cualquier otra acción que involucre el perfil físico de las persona.

**BENEFICIARIOS**

La aplicación es para todo tipo de personas, la cual va dirigida toda la población de entrenadores, donde el favorecido será el atleta que junto con las instrucciones del guía y las recomendaciones del “VIRTUAL TRAINER” complementara un desarrollo del perfil físico.

**GUIA DE MANEJO DE VIRTUAL TRAINER**

Nuestro programa “**VIRTUAL TRAINER”** es una aplicación muy fácil de manejar gracias a su sencillo menú el cual a continuación explicaremos como se maneja:

1. Al iniciar el programa nos pedirá una contraseña la cual viene al respaldo de la caja del software.
2. Después de ingresar la contraseña correcta se van a desplegar 3 opciones las cuales consisten en :

* Extras: nos ayudar con unas rutinas y ejercicios previamente programados, nos dará unos consejos y recomendaciones de enfermedades (Podemos añadir nuevos consejos, rutinas si así lo deseamos).
* Entrenador: Al dirigirnos a esta opción nos solicitara el numero de documento previamente registrado en la base de datos, si digitamos un numero correcto automáticamente el programa nos mostrara la ficha técnica de dicha persona, sus ejercicios, sus rutinas del día como también nos mostrara los que ya fueron superados

1. Usuarios: nos despliega una lista con varias opciones las cuales son:

* Consultar: Nos solicita el número de documento del usuario, para así mirar su ficha técnica.
* Nuevo: nos permite agregar un nuevo usuario a la base de datos pero primero hay que llenar el formulario de ingreso.
* Desactivar Usuario: esta opción nos permite desactivar algún usuario, el perfil no será eliminado.
* Activar Usuario: nos permite activar algún usuario previamente desactivado.

**FLUJOGRAMAS**

Contra “”

Contra

Leer contra

No

Existe contra

Si

Opciones

3.

1.

2.

EXTRAS

USUARIOS

ENTRENADOR

**1. ENTRENADOR**

DOCI “”

Si

DOCI

No

EXISTE DOCI

Buscar registro

Tomar nombre, peso, estatura, talla, edad

Nombre, ejercicios, dieta, recomendaciones

**2. USUARIOS**

Opción

1.

2.

3.

4.

ACTIVAR USUARIO

DESACTIVAR USUARIO

NUEVO

CONSULTAR

**2. 1 CONSULTAR**

DOCI “”

DOCI

No

EXISTE DOCI

Si

Buscar registro

NOM, APELLI, EDAD, PESO, TALLA, ESTATURA, ENFERMEDADES, DISCAPACIDADES