

**Gymanual**

Ejercicios

Conócenos

Contacto



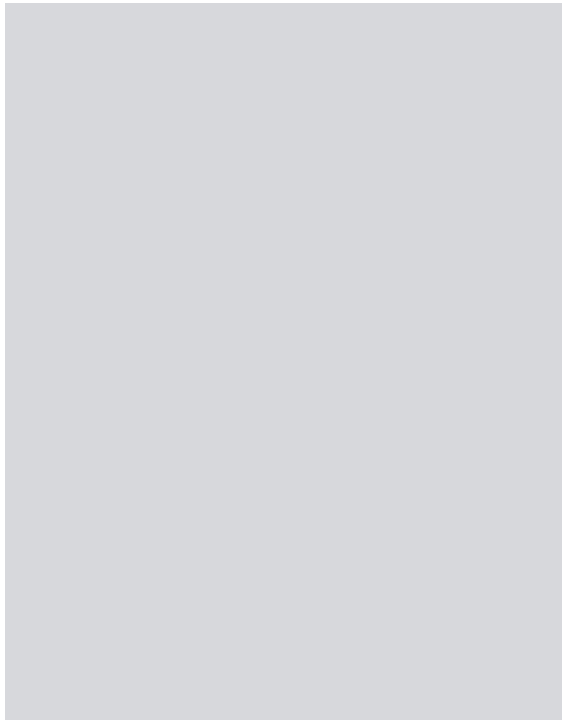
**¡Saca la mejor versión de ti mismo!**

Iniciar Sesión

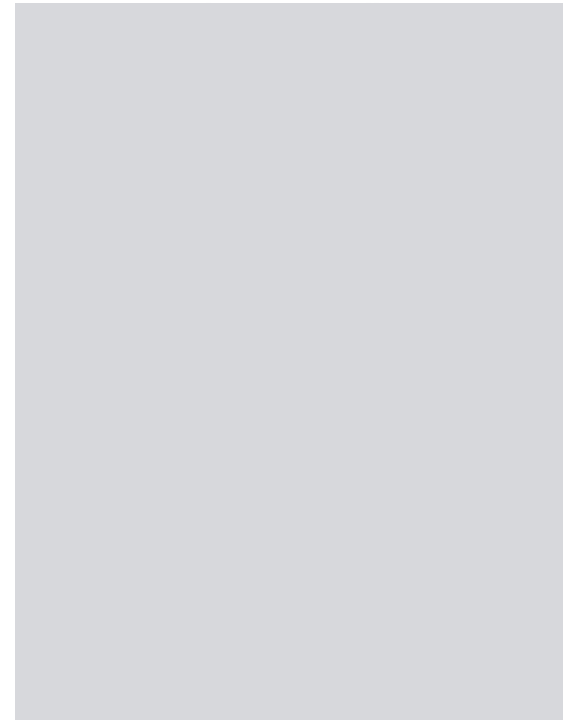
Registrarse

# ¿Qué ofrecemos?

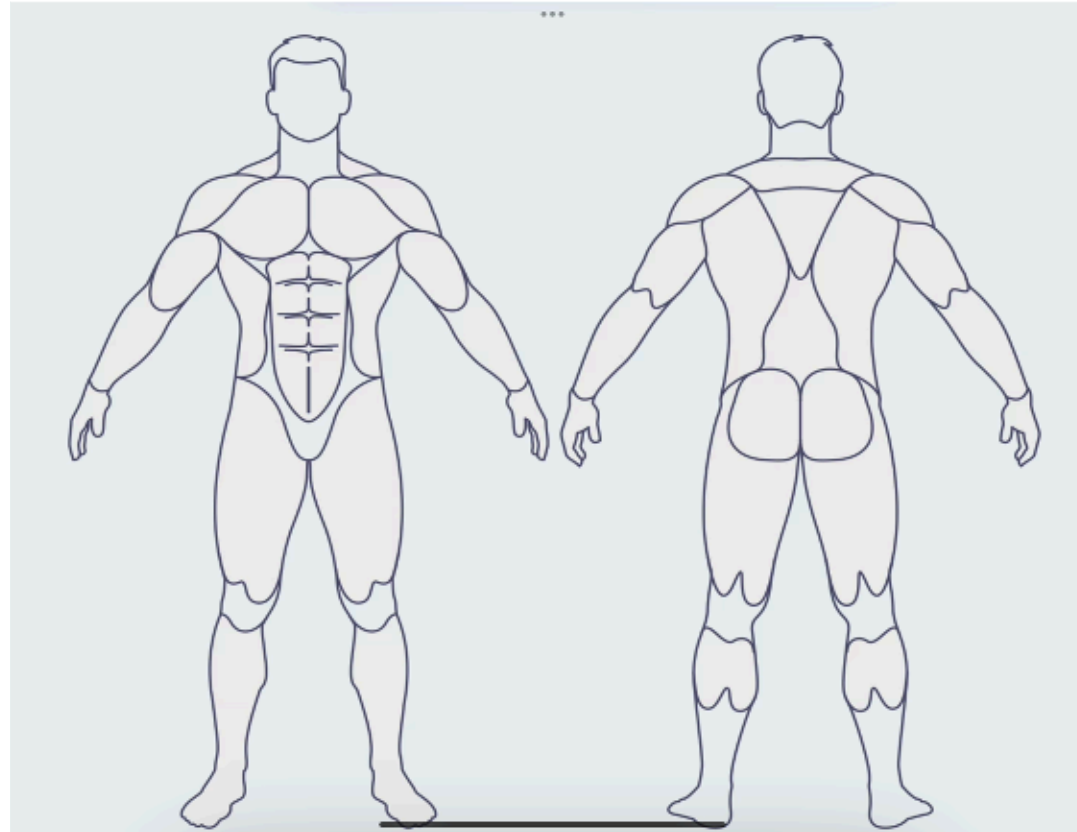
**Comunidad**



**Entrenamientos**



# Elige el músculo que quieres trabajar!



Gymanual

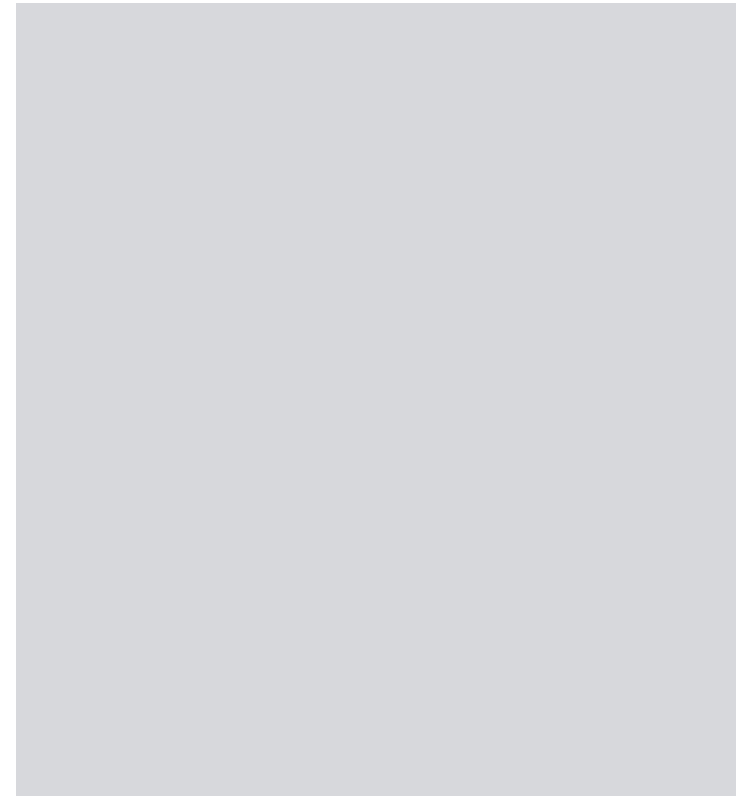
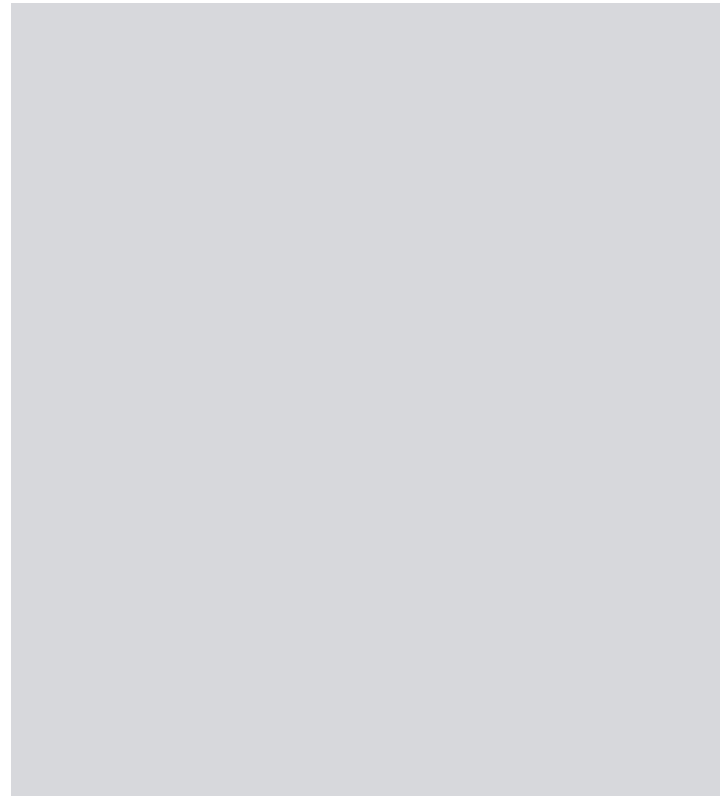
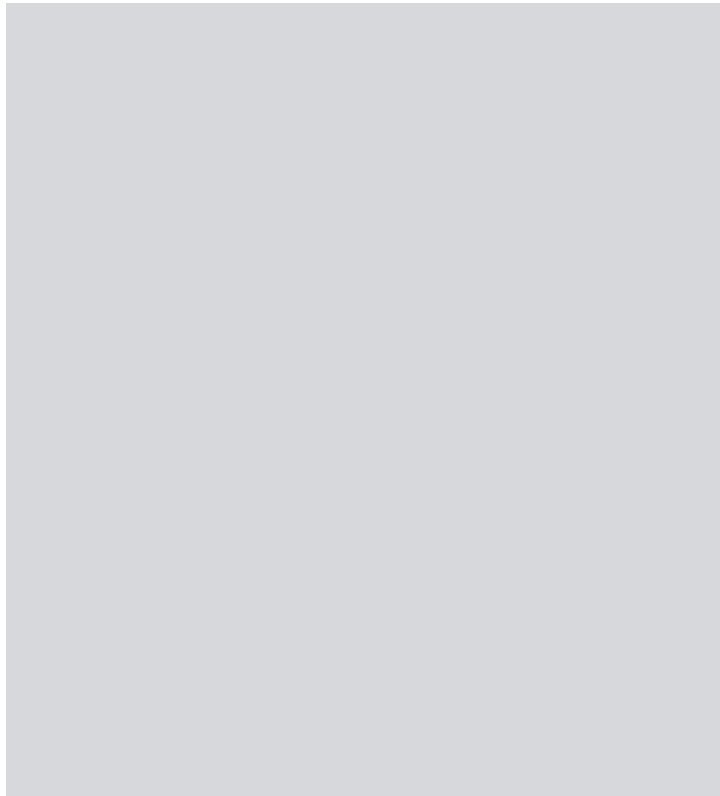
Ejercicios

**Conócenos**

Contacto



# Conoce al equipo



# Sobre nosotros

## Nuestra Misión

**Escribir texto  
correspondiente**

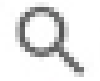


## Nuestra historia

**Escribir texto  
correspondiente**

**Sin importar cuál  
sea TU necesidad,  
podemos resolverla.**

Haz una consulta a través de  
[hola@sitioincreible.com](mailto:hola@sitioincreible.com).

[Gymanual](#)[Ejercicios](#)[Conócenos](#)[Contacto](#)

## Contacta con nosotros

Si tienes cualquier duda sobre la web, por favor, rellena este formulario y te responderemos lo antes posible. ¡Gracias!

Nombre \*

Correo electrónico \*

Teléfono \*

¿En qué podemos ayudarte? \*

\*Campos obligatorios

Enviar

# Registro

**Para crearse una cuenta rellene los siguientes campos:**

Correo electrónico \*

Contraseña \*

Repita la contraseña \*

Términos y condiciones

Finalizar



# Iniciar Sesión

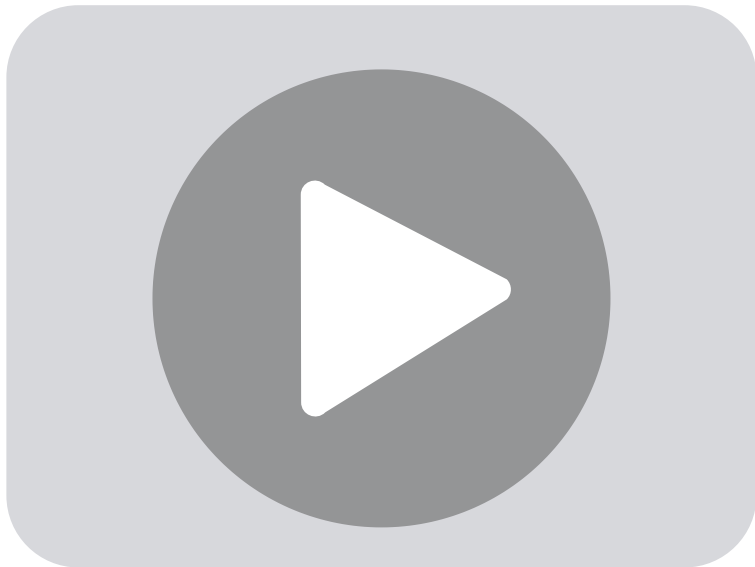
**Para iniciar sesión rellene los siguientes campos:**

Correo electrónico \*

Contraseña \*

Continuar

## Ejercicios (Nombre de dicho Ejercicio)



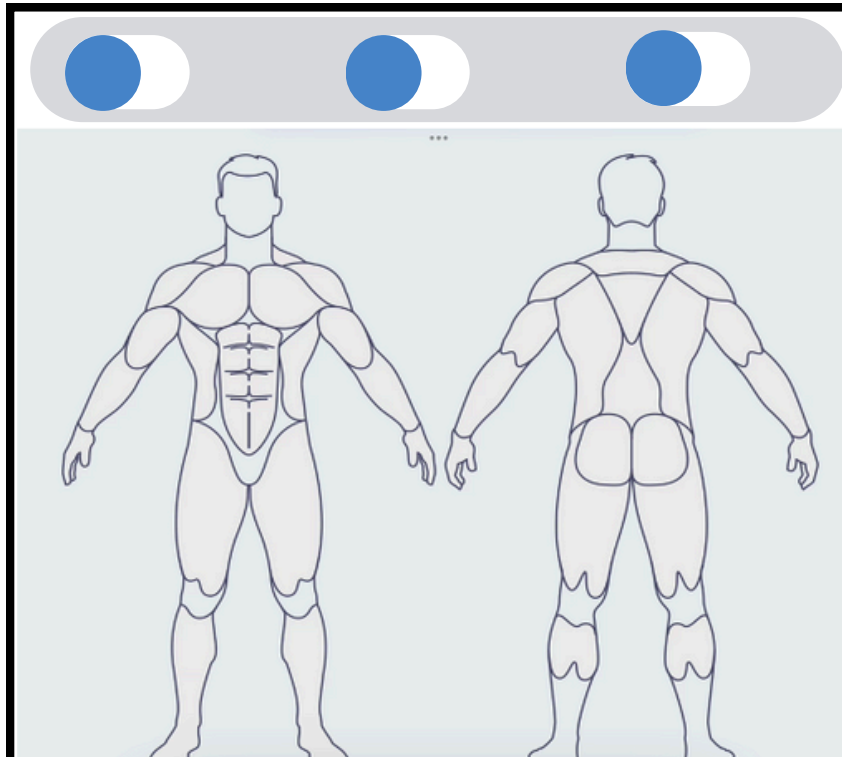
## Instrucciones:

1. **Instrucción 1:** explicación instrucción 1
2. **Instrucción 2:** explicación instrucción 2
3. **Instrucción 3:** explicación instrucción 3
4. **Instrucción 4:** explicación instrucción 4
5. **Instrucción 5:** explicación instrucción 5

# RESEÑAS



## Comentarios, Opiniones, reseñas



- [illegible]

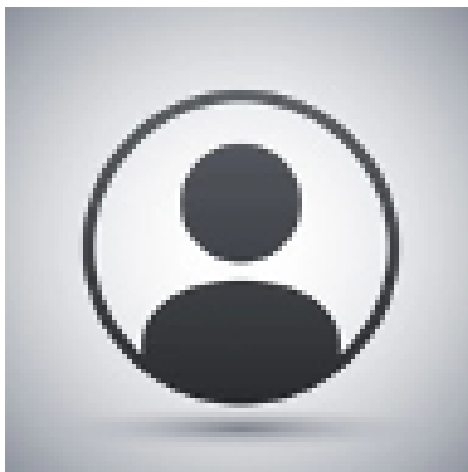
- [illegible]

Gymanual

Ejercicios

Conócenos

Contacto



Correo electrónico

rutinas

favoritos

Añadir post

Términos y condiciones

Cerrar cuenta

Gymanual

Ejercicios

Conócenos

Contacto



# Comunidad

Publicar  
ejercicio

Nombre usuario



Nombre usuario



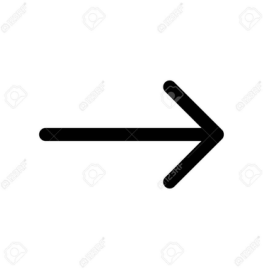
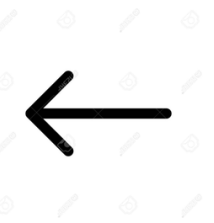
Nombre usuario



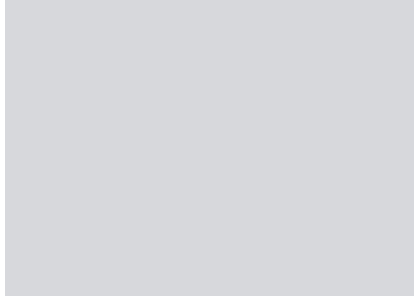
texto explicativo

texto explicativo

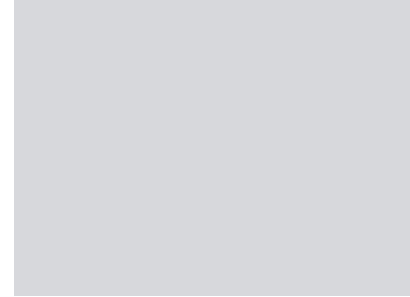
texto explicativo



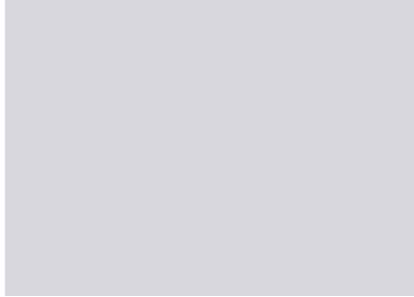
# Recomendaciones de ejercicios:



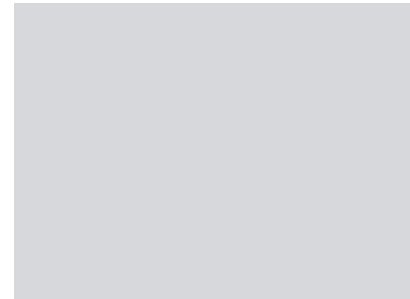
texto explicativo



texto explicativo



texto explicativo



texto explicativo



Gymanual

**Ejercicios**

Conócenos

Contacto



Categoría

# Ej publicado



Escritor

## Descripción

Comentarios



comentario



contestación



para que el usuario escriba



Gymanual

**Ejercicios**

Conócenos

Contacto



# Introduzca título del ejercicio

# Escriba una descripción

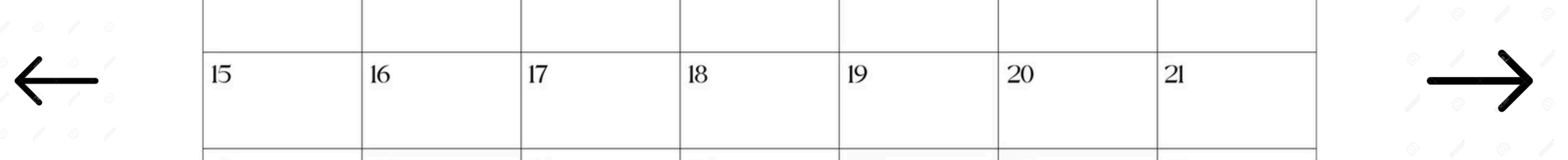
Añadir



Enero 2024

Rutinas

| LUNES               | MARTES              | MIÉRCOLES           | JUEVES              | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------|--------|---------|
| 1 rutina de ese dia | 2 rutina de ese dia | 3 rutina de ese dia | 4 rutina de ese dia | 5       | 6      | 7       |
| 8                   | 9                   | 10                  | 11                  | 12      | 13     | 14      |
| 15                  | 16                  | 17                  | 18                  | 19      | 20     | 21      |
| 22                  | 23                  | 24                  | 25                  | 26      | 27     | 28      |
| 29                  | 30                  | 31                  |                     |         |        |         |





## LUNES

1

ejercicio 1

ejercicio 2

ejercicio 3

ejercicio 4

Modificar



**Gymanual**

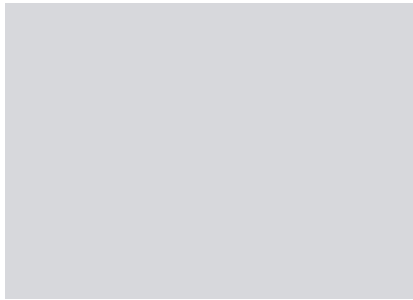
Ejercicios

Conócenos

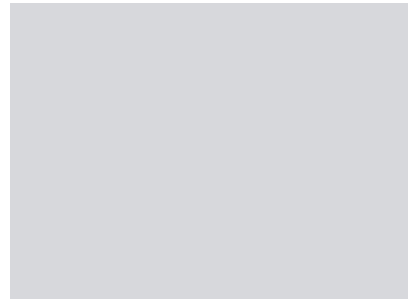
Contacto



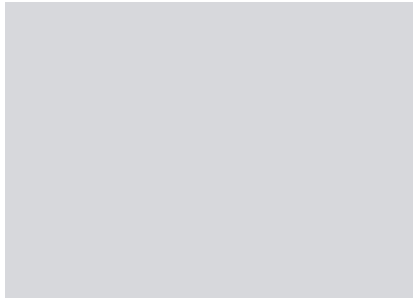
# Favoritos



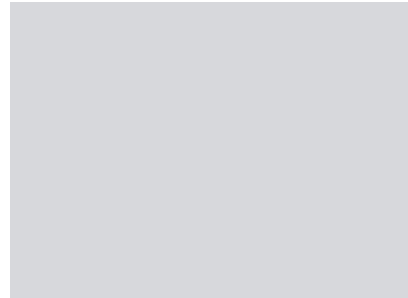
texto explicativo



texto explicativo



texto explicativo



texto explicativo



**Gymanual**

Ejercicios

Conócenos

Contacto



admin

**¡Saca la mejor versión de ti mismo!**

Iniciar Sesión

Registrarse

Gymanual

Ejercicios

Conócenos

Contacto



Correo electrónico

jorge

Ejercicios a supervisar  
Gestion de usuarios

Atención al cliente  
Términos y condiciones

Cerrar cuenta

# gestión de usuarios

¿Qué usuario buscas?

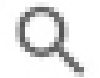
|                 | Permisos      | Ejs publicados | Usuarios baneados | Vídeos rechazados | Actividad |
|-----------------|---------------|----------------|-------------------|-------------------|-----------|
| jorge@gmail.com | Administrador | 2              | 1                 | 0                 | En línea  |

Gymanual

**Ejercicios**

Conócenos

Contacto



admin

Categoría

# Ej publicado x cualquiera



Escritor

## Descripción

Comentarios

Borrar

Ejercicios a supervisar

# Lista de ejercicios a validar

jorge@gmail.com

[ver aquí](#)



Gymanual

**Ejercicios**

Conócenos

Contacto



admin

# Ej a validar



## Descripción

Aceptar

Rechazar

# Atención al cliente

|                 |                 |          |
|-----------------|-----------------|----------|
| jorge@gmail.com | Mensaje acotado | ver todo |
| jorge@gmail.com | Mensaje acotado | ver todo |
| jorge@gmail.com | Mensaje acotado | ver todo |
| jorge@gmail.com | Mensaje acotado | ver todo |

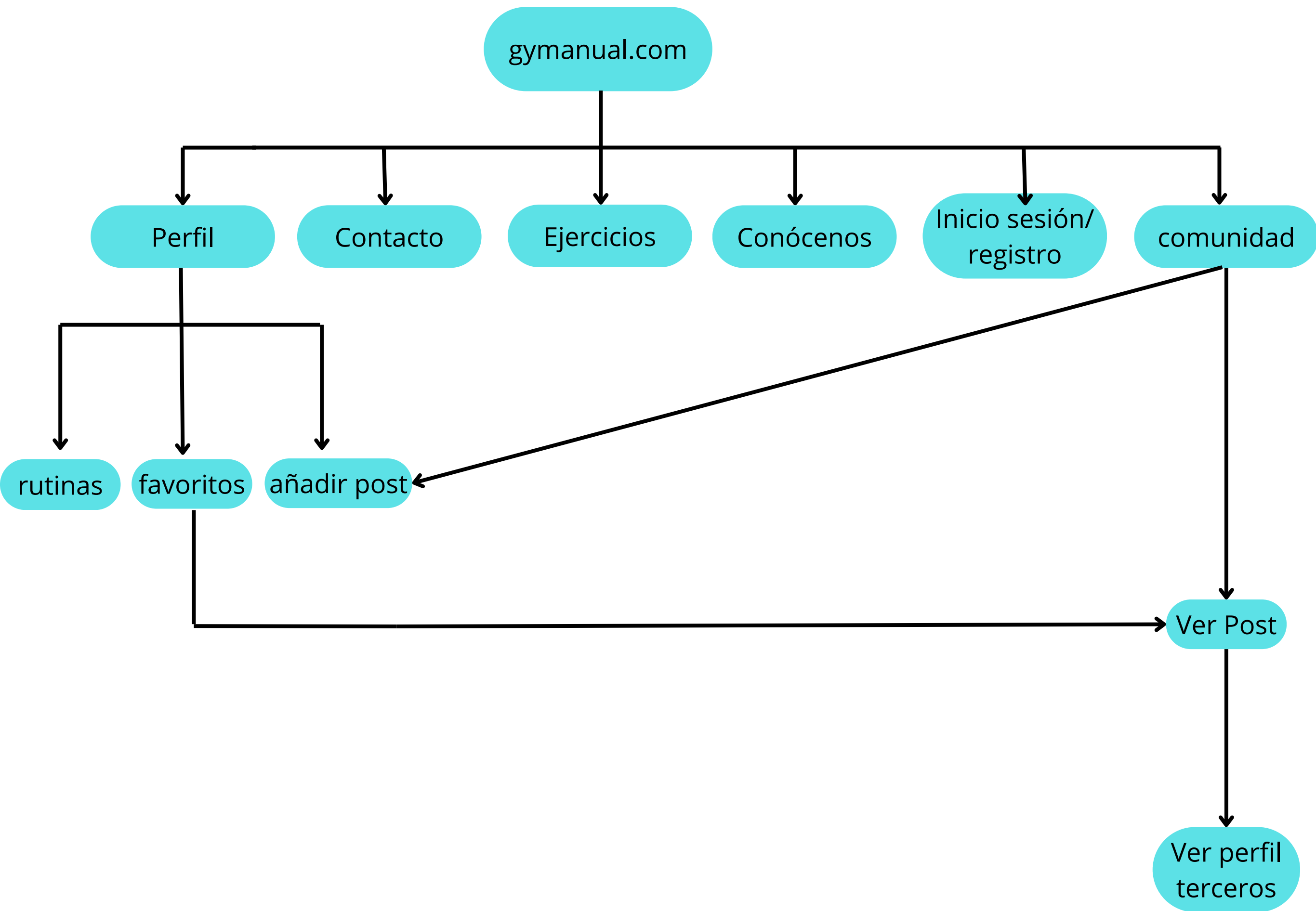
# Ver todo

admin

Escritor

El texto del párrafo

# Sitemap



# Arquitectura del Proyecto

La arquitectura de Gymanual está diseñada bajo el modelo Three-tier Architecture (Arquitectura de tres capas). Este enfoque permite estructurar el sistema en tres niveles principales: presentación, lógica de negocio y datos. Esta organización facilita la modularidad, escalabilidad y mantenimiento del proyecto a medida que evoluciona.

## **Capa de Presentación (Frontend)**

La capa de presentación es la responsable de la interacción directa con los usuarios finales. A través de esta interfaz gráfica, los usuarios pueden explorar y realizar diversas acciones en la plataforma, como visualizar ejercicios, registrarse, gestionar sus rutinas personalizadas, y mucho más.

Para el diseño de esta capa, se han utilizado tecnologías como:

HTML5, CSS3 y Bootstrap: Que proporcionan un diseño visual moderno y responsivo.

JavaScript: Para añadir interactividad y dinamismo en la experiencia del usuario.

EJS (Embedded JavaScript): Este motor de plantillas nos ha permitido reutilizar componentes comunes, como encabezados, menús y pies de página, en todas las vistas, optimizando tanto el desarrollo como el mantenimiento del código.

## **Capa de Lógica de Negocio (Backend)**

La capa de lógica de negocio actúa como el corazón del sistema, gestionando todas las reglas del negocio y operaciones centrales. Desde la autenticación de usuarios hasta la validación de datos y la lógica para gestionar ejercicios y rutinas personalizadas, esta capa asegura que las operaciones se lleven a cabo de forma eficiente y segura.

En este nivel, hemos utilizado:

Node.js con Express: Este framework ha sido clave para crear una API REST robusta que maneja la comunicación entre el frontend y la base de datos.

Middleware como http-errors: Para garantizar el manejo de errores, proporcionando respuestas claras y consistentes ante posibles fallos.

## **Capa de Datos (Base de Datos)**

La capa de datos se encarga del almacenamiento y persistencia de toda la información del sistema. En Gymanual, esta capa no solo guarda datos estructurados como información de usuarios, rutinas y ejercicios, sino que también permite la diferenciación clara entre los perfiles de usuario: invitado, registrado y administrador.

Para la gestión de esta capa, hemos implementado:

MySQL: Como base de datos relacional, ideal para gestionar la información estructurada de manera eficiente.

Sequelize (ORM): Este ORM nos ha permitido mapear las tablas de la base de datos a modelos en el backend, facilitando las consultas, validaciones y operaciones CRUD (Crear, Leer, Actualizar y Eliminar). Con Sequelize, hemos simplificado considerablemente las interacciones entre el backend y la base de datos, reduciendo errores y aumentando la productividad.

## **Flujo Básico de la Arquitectura**

El funcionamiento general del sistema sigue este flujo:

El usuario interactúa con la interfaz gráfica de la plataforma en el navegador (Frontend).

Cuando el usuario realiza una acción (por ejemplo, guardar una rutina o visualizar ejercicios), la solicitud se envía al servidor mediante la API REST del sistema (Backend).

El backend procesa la solicitud, aplicando las reglas del negocio y, si es necesario, se conecta con la base de datos para almacenar o recuperar información.

Finalmente, la información procesada se devuelve al frontend para ser mostrada al usuario.

## **Conclusión de la Arquitectura**

Gracias al uso de EJS, hemos reducido la duplicación de código en el frontend, manteniendo un diseño consistente y fácil de mantener.

Al separar el sistema en tres capas bien definidas, podemos escalar cualquier parte del proyecto de forma independiente, ya sea mejorando la interfaz gráfica, optimizando la lógica de negocio o incluso migrando la base de datos a un sistema más robusto.

Esta arquitectura modular permite localizar y solucionar errores rápidamente, ya que cada capa tiene una función bien definida y está desacoplada de las demás.

En definitiva, esta arquitectura no solo proporciona una base sólida para el sistema, sino que también garantiza una experiencia de usuario fluida y un desarrollo sostenible a largo plazo.