



# Implementación de una página web y registro de rutinas donde se promociona: **GymGanized**

*Manual de usuario*



## Universidad don bosco Lenguaje de marcado y Estilos

Autores:

Kevin Josue Aguilera Moreno  
Axel Gerardo Barahona López  
Rogers Daniel Deleón Escobar  
Alan Isaí Delgado Elías  
Juan Pablo Escobar Guzman

2023

---

# Manual de usuario

## ÍNDICE

<b>Índice</b>	<b>3</b>
<b>1. Introducción</b>	<b>4</b>
<b>2. Desarrollo del manual</b>	<b>5</b>
<b>2.1 Registro en el sitio web</b>	<b>5</b>
<b>    2.1.1 Ingreso al sitio web</b>	<b>5</b>
<b>    2.1.2 Registro</b>	<b>5</b>
<b>    2.1.3 Datos Personales</b>	<b>8</b>
<b>    2.1.4 Conocer la información de la pagina</b>	<b>9</b>

## 1. Introducción

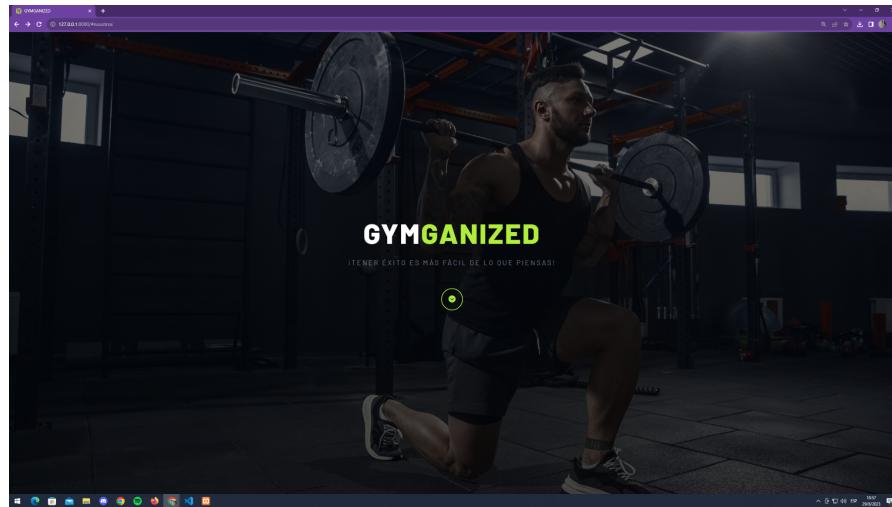
El sitio Web GymGanized, es una aplicación orientada a servicio de ejercitamiento corporal para el usuario que le permitirá aprender y crear sus propias rutinas confortable para su tiempo y espacio que necesita, pues la aplicación poseerá variedad de ejercicios que el usuario puede seleccionar para cada parte del cuerpo a ejercitar. Además de proporcionar información sobre la alimentación y otros hábitos que el usuario puede seguir.

Este manual pretende ser una herramienta para que el usuario en el sitio pueda navegar con una mayor facilidad por el sitio web.

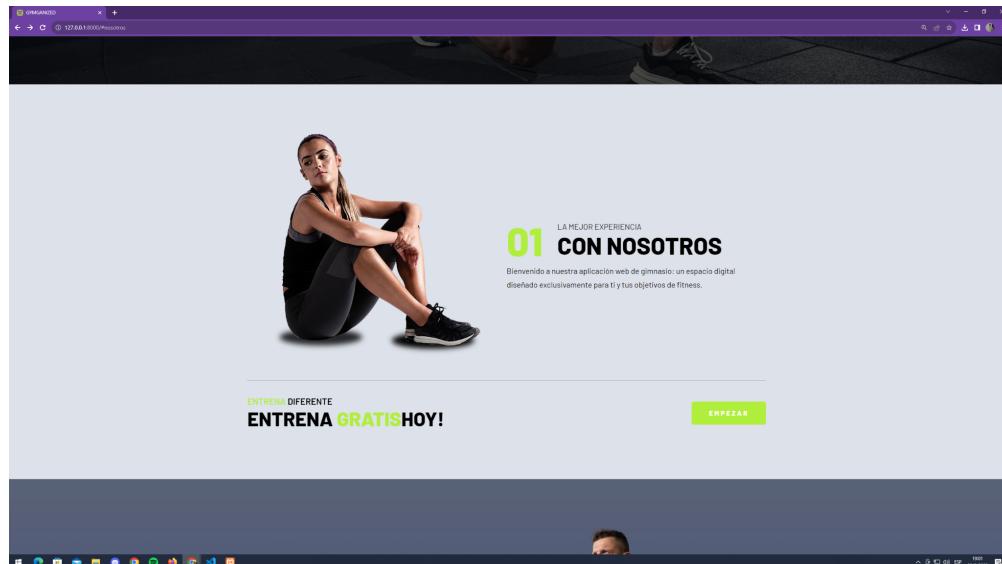
## 2. Desarrollo de el manual de usuario Página Web

### 2.1. Página de Bienvenida

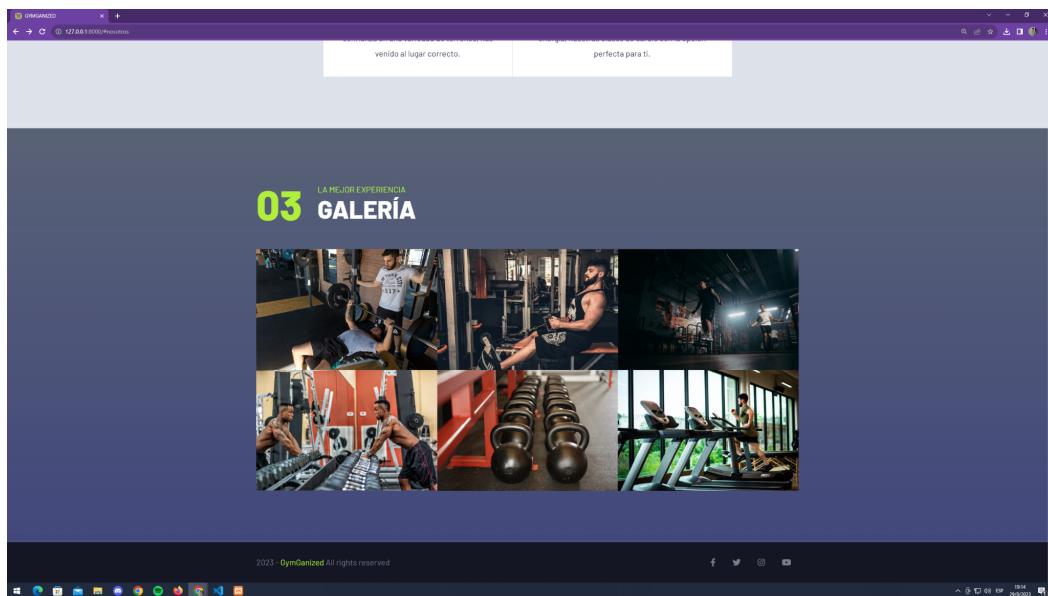
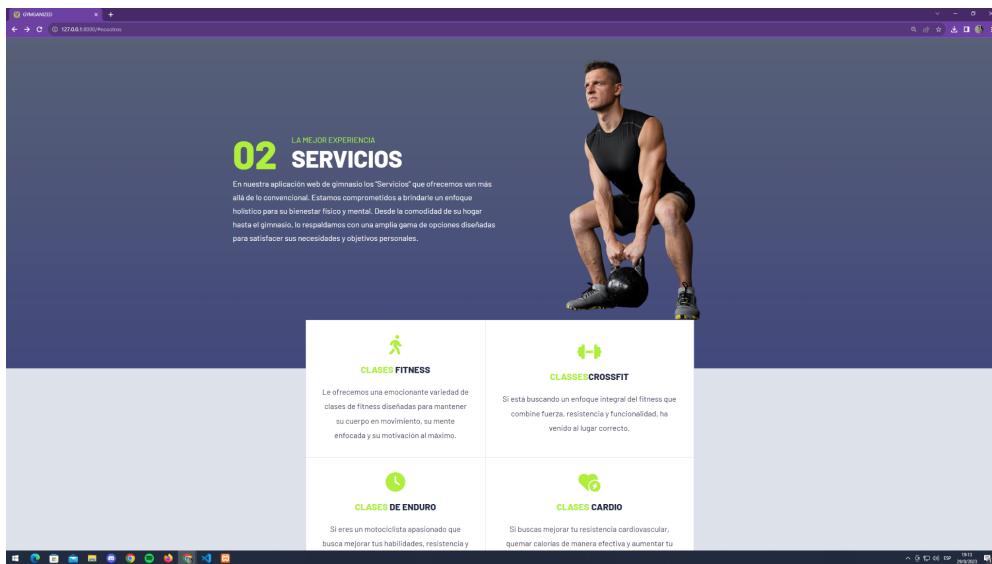
La página de bienvenida te da una cálida bienvenida que se divide en cuatro secciones. Empezando por una frase motivadora y un botón que te lleva a la siguiente sección.



En esta sección tienes el botón de empezar el cual lleva a los formularios de registro, aunque si decidimos bajar tendremos 2 pequeñas secciones más con información corta sobre la página web.

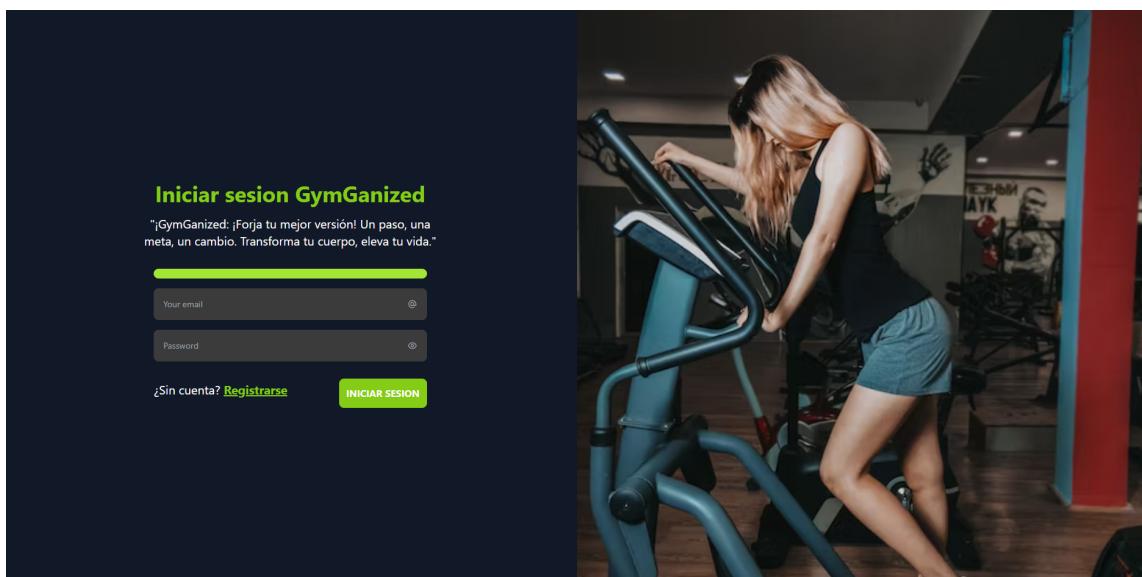
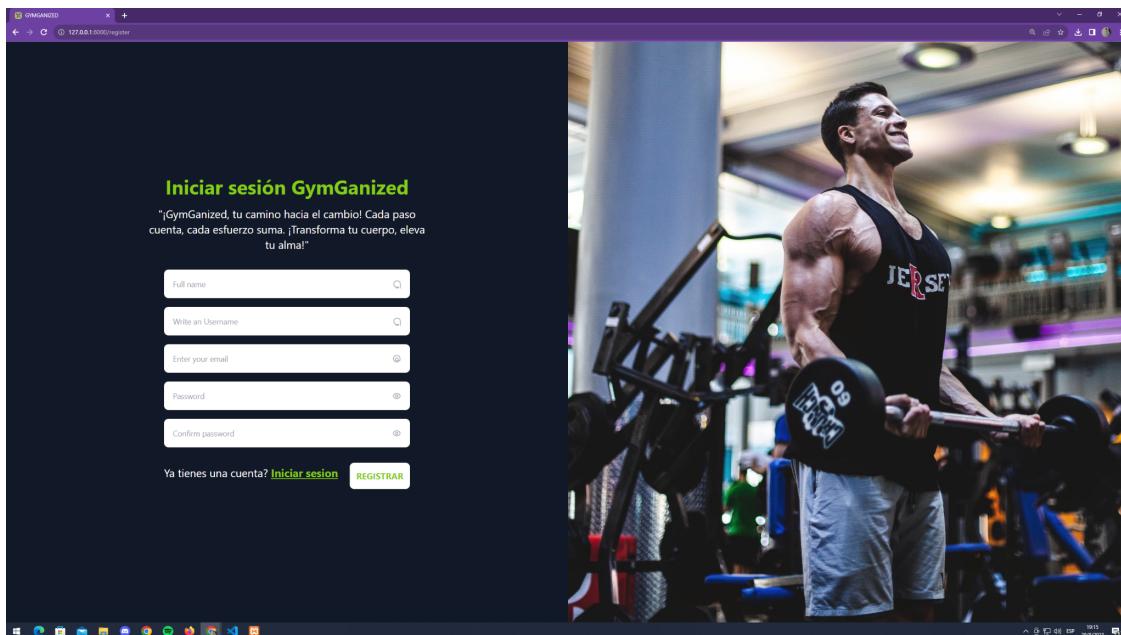


Si bajo más encontrará estas 2 secciones puramente informativas.

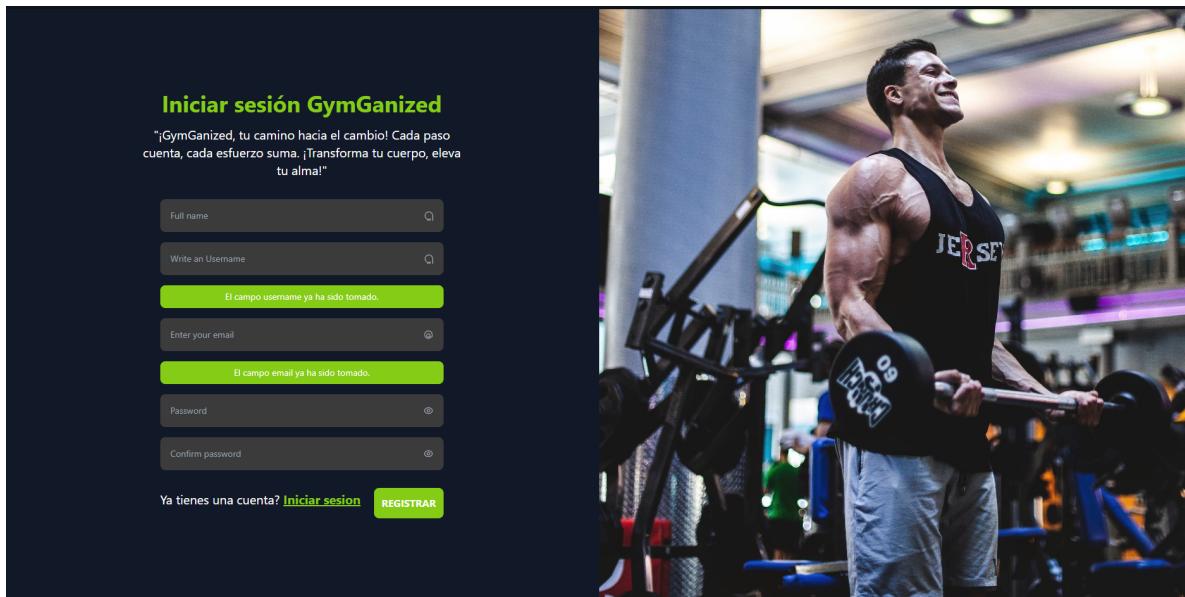


## 2.2. Formularios

Cuando ingresamos al formulario tenemos 2 opciones, si es un nuevo usuario puede ingresar todos sus datos para ingresar a la página web o por si al contrario ya tiene una cuenta puede tocar en iniciar sesión e ingresar sus datos en el formulario de Iniciar Sesión. Seguido a esto pasaremos al contenido principal de la página.



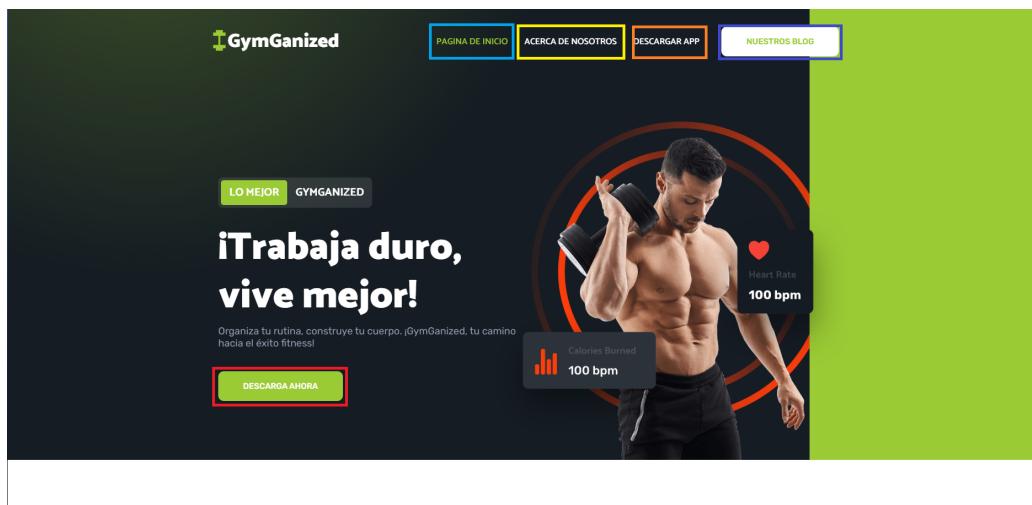
Al momento de registrarse si otro usuario ya está usando la cuenta de email que usted ingresó tendrá que usar una cuenta diferente.



### 2.3. Página Index

La página Index tiene al principio la barra de navegación y un botón de descarga, las hemos dividido en colores para explicar el funcionamiento de cada uno.

- Celeste: Redirecciona a la página Index
- Amarillo: Te redireccionara a la pagina Acerca de Nosotros
- Naranja y Rojo: Te redirecciona a la página de Descarga
- Azul : Te redirecciona a Nuestros Blog



Si seguimos bajando tendremos una página web que nos puede seguir redireccionando a los apartados ya mencionados anteriormente.

PAGINA DE INICIO ACERCA DE NOSOTROS DESCARGAR APP NUESTROS BLOG

MÁS ACERCA DE NOSOTROS

**iBienvenido a gymGanized!**

Joven mujer en pose de fitness con un anillo rojo alrededor de su cintura.

Joven mujer en pose de fitness con un anillo rojo alrededor de su cintura.

Joven hombre haciendo ejercicio en un gimnasio.

Kevin Aguilera Programador

ACERCA DE NOSOTROS

PAGINA DE INICIO ACERCA DE NOSOTROS DESCARGAR APP NUESTROS BLOG

Explora nuestro canal de youtube

VE AHORA

NUESTRAS RUTINAS

**iEntrena desde nuestra app!**

NUESTRAS RUTINAS

**iEntrena desde nuestra app!**

**Levantamiento de pesas**  
Desafía tus límites y alcanza tu máximo potencial con la rutina de levantamiento de pesas.  
Clase completa 45%

**Cardio y Fuerza**  
Combina el poder del cardio y la fuerza para mejorar tu condición física total en nuestra rutina dinámica.  
Clase completa 80%

**Meditación y Yoga**  
Encuentra la armonía interior y construye tu salud con nuestra rutina de meditación y yoga.  
Clase completa 10%

En la parte inferior derecha está un pequeño botón que si se presiona lo llevará hasta la parte superior de GymGanized.

The screenshot shows the GymGanized website's blog section. At the top, there is a navigation bar with links to 'PAGINA DE INICIO', 'ACERCA DE NOSOTROS', 'DESCARGAR APP', and 'NUESTROS BLOG'. Below the navigation bar, a green button says 'DESPERTA TU CURIOSIDAD'. A heading 'aprende más en nuestros blogs' is followed by three blog card examples:

- Mantén tu Cuerpo Hidratado y Vital** (21 AGOSTO 2023) - A woman drinking water from a bottle.
- DESCUBRIENDO LA IMPORTANCIA DE LAS RUTINAS DE EJERCICIO** (17 ENERO 2023) - A man doing pull-ups on a horizontal bar.
- COMPRENDIENDO EL VÍNCULO ENTRE EDAD Y PESO CORPORAL** (7 JULIO 2022) - A person's feet standing on a scale next to fruit.

Each blog card includes a 'LEER MÁS' link at the bottom right.

## 2.4. Acerca de Nosotros

En esta página brindamos información personal de los desarrolladores y la misión y visión que tenemos con el proyecto GymGanized.

The screenshot shows the 'About Us' page of the GymGanized website. At the top, there is a dark header with the 'HOGI' logo, 'PAGINA DE INICIO', 'ACERCA DE NOSOTROS', 'DESCARGAR APP', 'NUESTROS BLOG', and a user profile icon with the text 'ALPA2018'. Below the header, there is a large circular image of a shirtless muscular man holding dumbbells. To the right of the image, the text '¿Quienes somos nosotros?' is displayed in a large, bold, green font. Below this, a paragraph of text starts with '¡Bienvenido a GymGanized!'. The text continues to describe the mission and vision of the project.

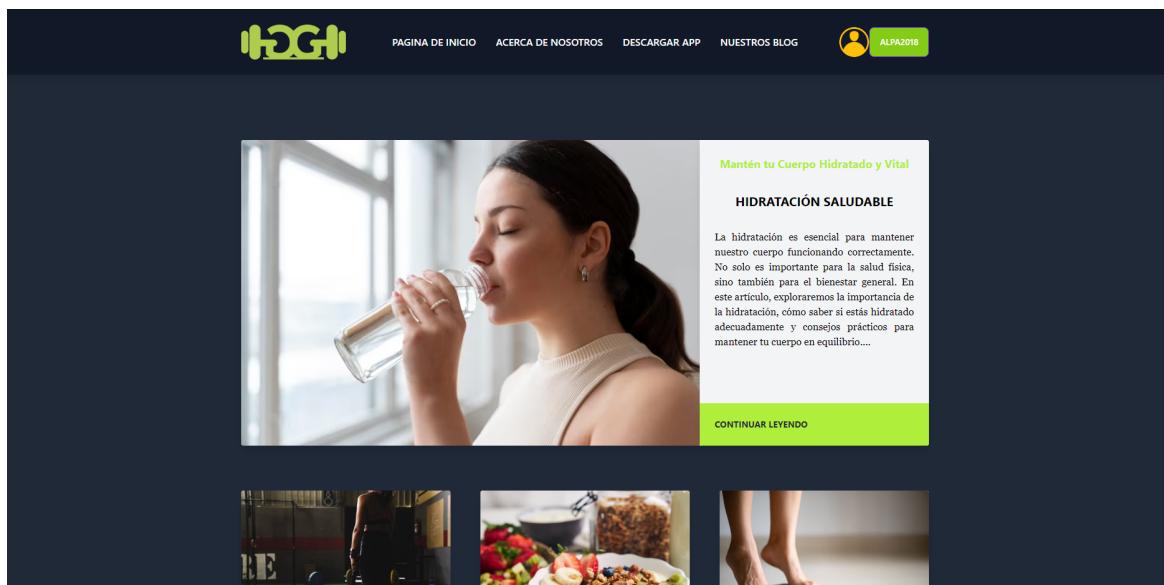
## 2.5. Descarga

En esta página solo hay un nuevo botón que es el de descarga en el cual podrá descargar la aplicación de GymGanized.



## 2.6. Central de Blogs

En la página central de blogs usted puede presionar cualquiera de las opciones que nosotros ofrecemos para leer información de ese tema.



Si sigue bajando encontrará más información sobre el tema que usted eligió. A la derecha tiene algunos anuncios que le redireccionará a la página de descarga y a las distintas redes sociales que GymGanized tiene.



## 2.7. Usuario y editar información

Al momento en que dejamos la página Index se agregó un nuevo botón verde a la parte superior derecha, el cual brinda los datos del usuario, si el usuario da click en ese botón se desplegará el menú presentado en la imagen.



En la parte superior se mostrará dos botones verde si el usuario da click sobre ellos se desplegará la información del usuario.



En la parte inferior tenemos un botón azul de configuración, el cual lo redireccionará a un formulario por si se quiere cambiar la información del usuario.



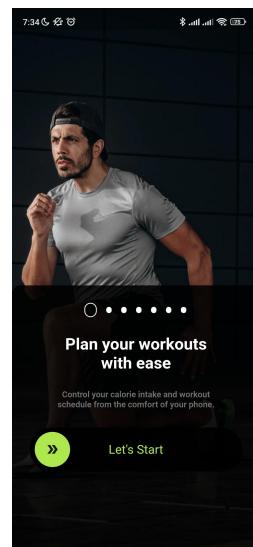
Debajo del botón de configuración tenemos cerrar sesión el cual sacará al usuario de la página.



### 3. Desarrollo de el manual de usuario Aplicación

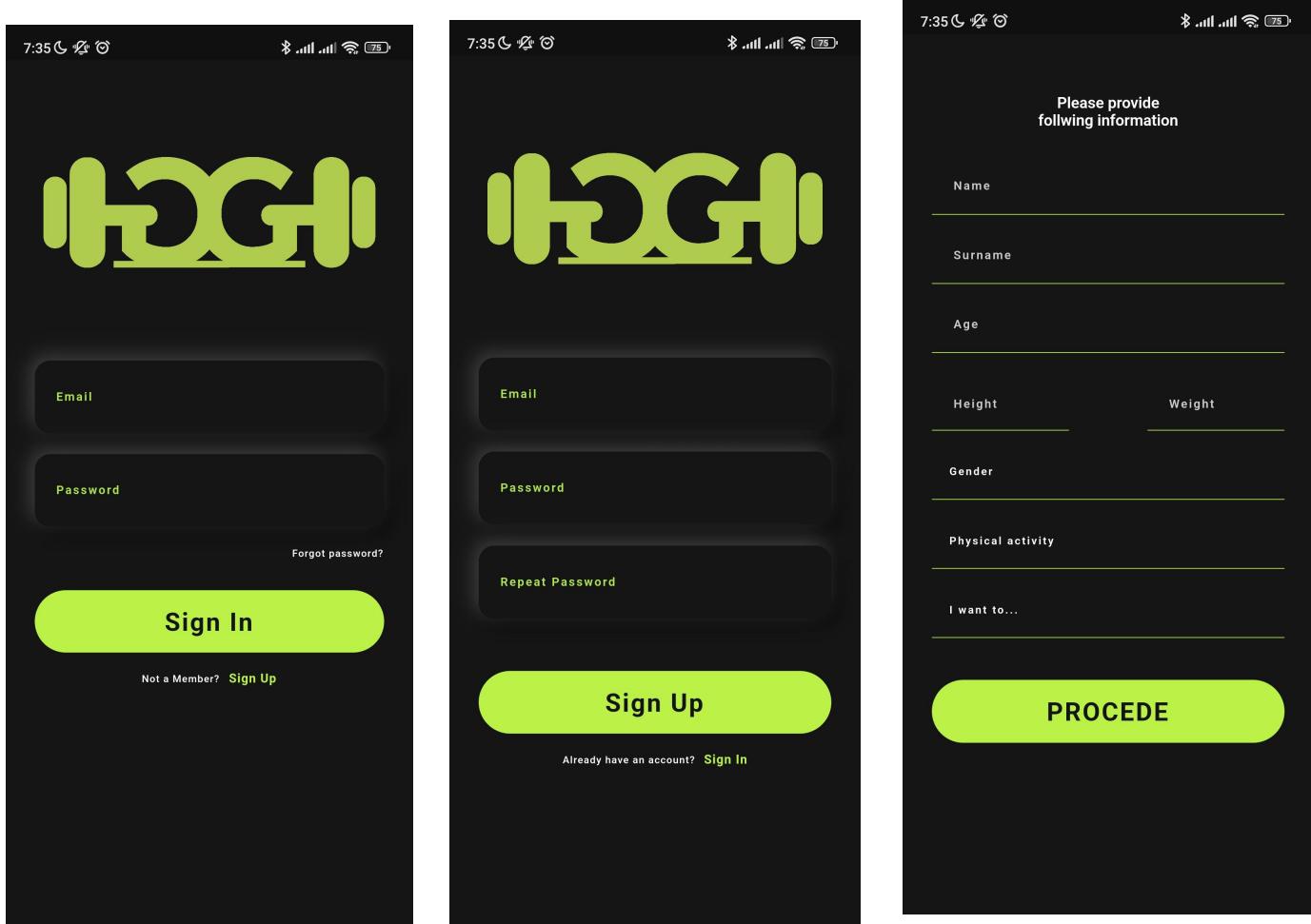
#### 3.1. Página de Bienvenida

La pantalla que le da la bienvenida tiene un botón en la parte inferior, arrastre ese botón de izquierda a derecha y le mostrará los formularios para registrarse.



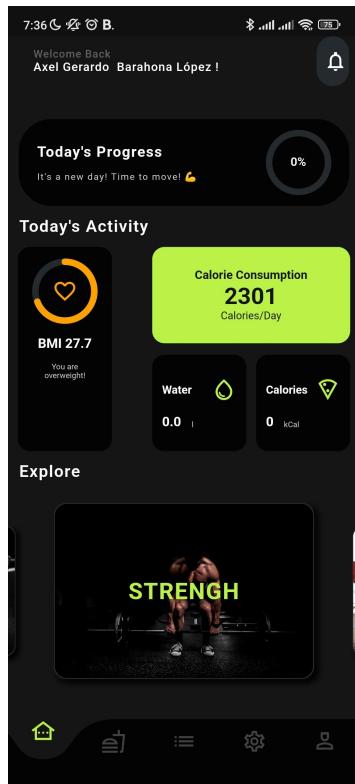
### 3.2. Formularios de Registro e Inicio de Sesión

Primero el formulario es el inicio de sesión en el cual el usuario ingresara los datos pedidos si el usuario ya tiene una cuenta, si el usuario, por el contrario, no tiene una cuenta puede presionar Registrarse que lo redireccionará a los formularios de Registrarse.



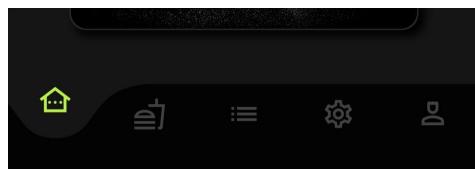
### 3.3. Index

En el index puede encontrar información sobre el usuario como lo es su Índice de Masa Muscular o si el usuario ya ejercitó el día de hoy.



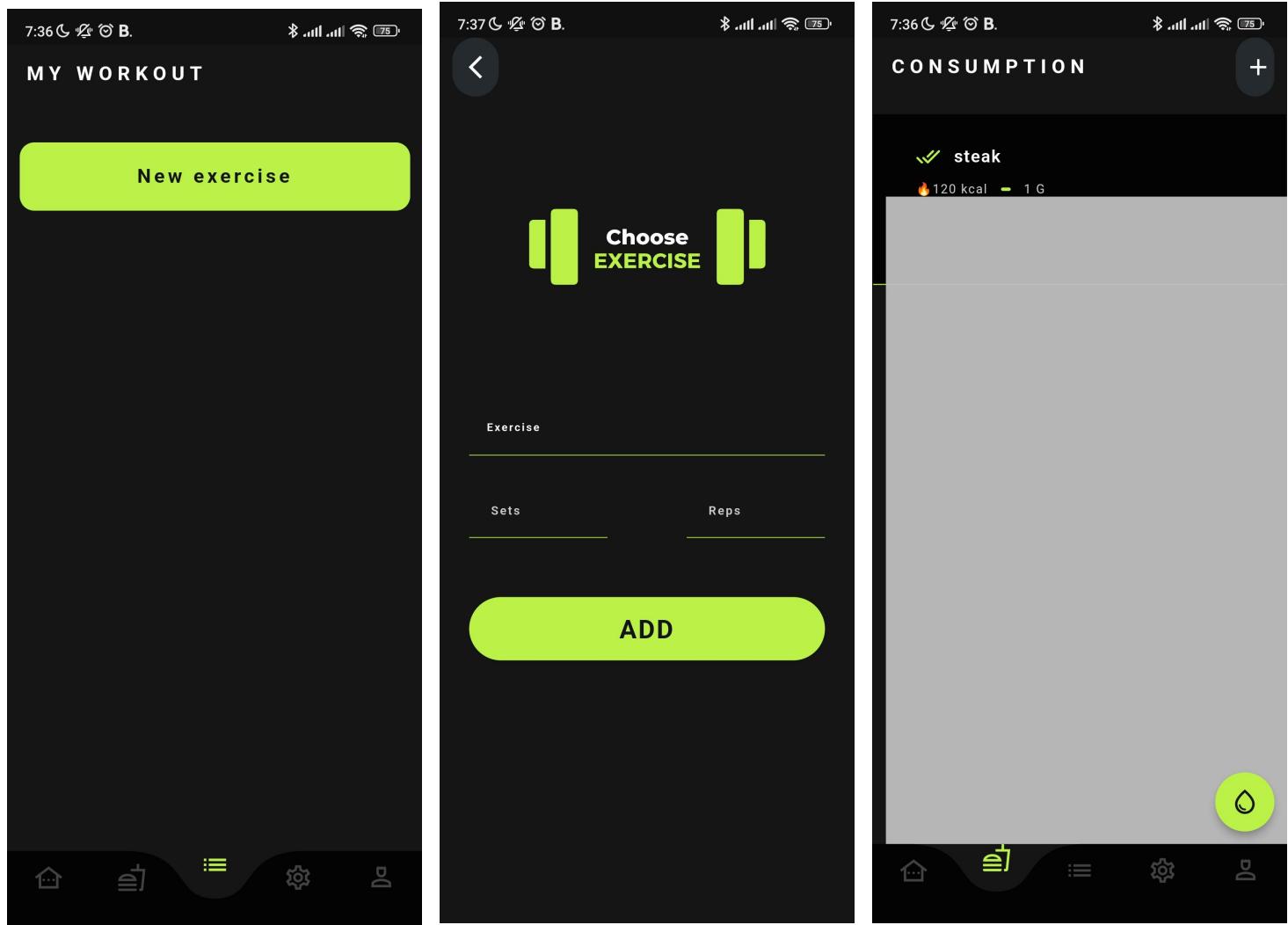
### 3.4. Barra de Navegación

La barra de navegación que se encuentra en la parte inferior posee 5 distintos botones. El primero le es el Index, el segundo le lleva a Agregar Comida, el tercero te lleva a Agregar Ejercicio, el cuarto lleva a los datos personales del usuario, el último le llevan a la información del cuerpo del usuario.



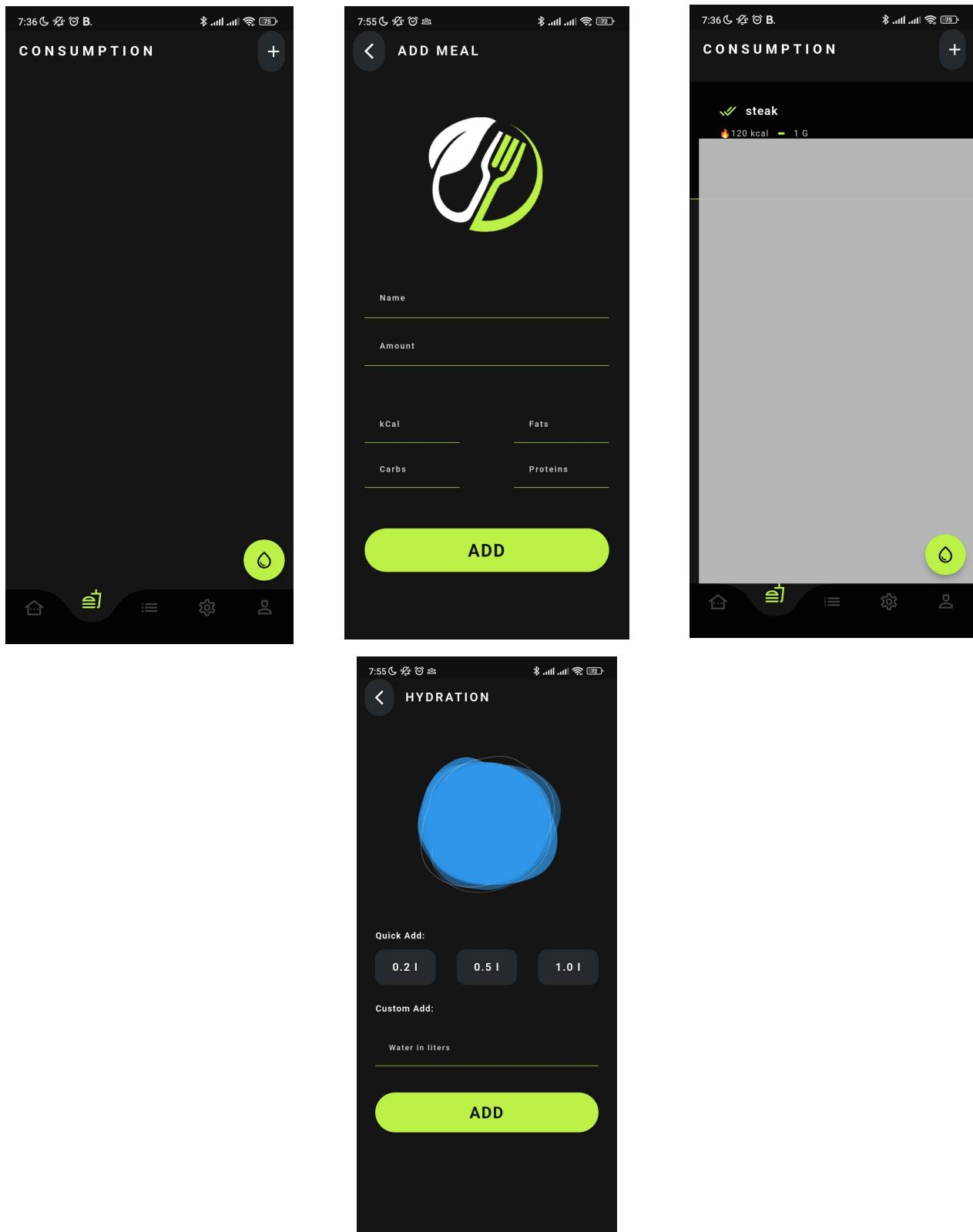
### 3.5. Agregar Ejercicios

Si el usuario va a empezar una rutina debe presionar el botón de nuevo ejercicio, le abrirá un formulario el cual el usuario debe llenar. Posteriormente en la página de ejercicios se agregara. Si el usuario terminó su set puede arrastrar hacia la derecha el ejercicio para marcarlo como completado o a puede arrastrar hacia la izquierda para eliminarlo.



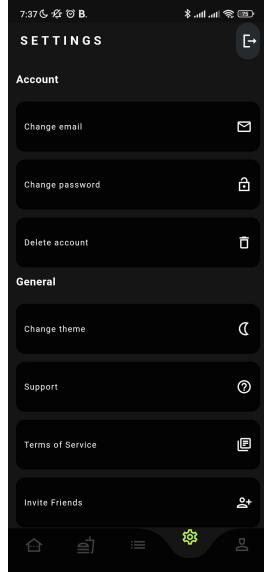
### 3.6. Agregar Comida

Para que el usuario mantenga registro de sus comidas puede presionar agregar y este llenara el formulario. También en la parte inferior puede agregar el consumo de agua.



### 3.7. Configuración

En este apartado se le da a la disponibilidad del usuario si quiere cambiar sus datos o desea cerrar sesión.



### 3.8. Cuerpo

En este apartado el usuario puede cambiar su peso en “editar” en la parte inferior. En la parte superior puede reajustar su tamaño. Y como se muestra en la imagen puede cambiar el tamaño de cada uno de los músculos por medio de un pequeño formulario.

