

Memoria Aplicación: Entrenamiento

Índice

- 1. Descripción del proyecto..... 3
- 1.1 Software 3
- 1.2 Manual de instalación 3
- 1.3 Manual de usuario 4

1. Descripción del proyecto

Esta aplicación sirve para gestionar las rutinas de entrenamiento de los clientes de un gimnasio. De forma que el monitor pueda llevar a cabo un seguimiento de las rutinas que hacen sus clientes.

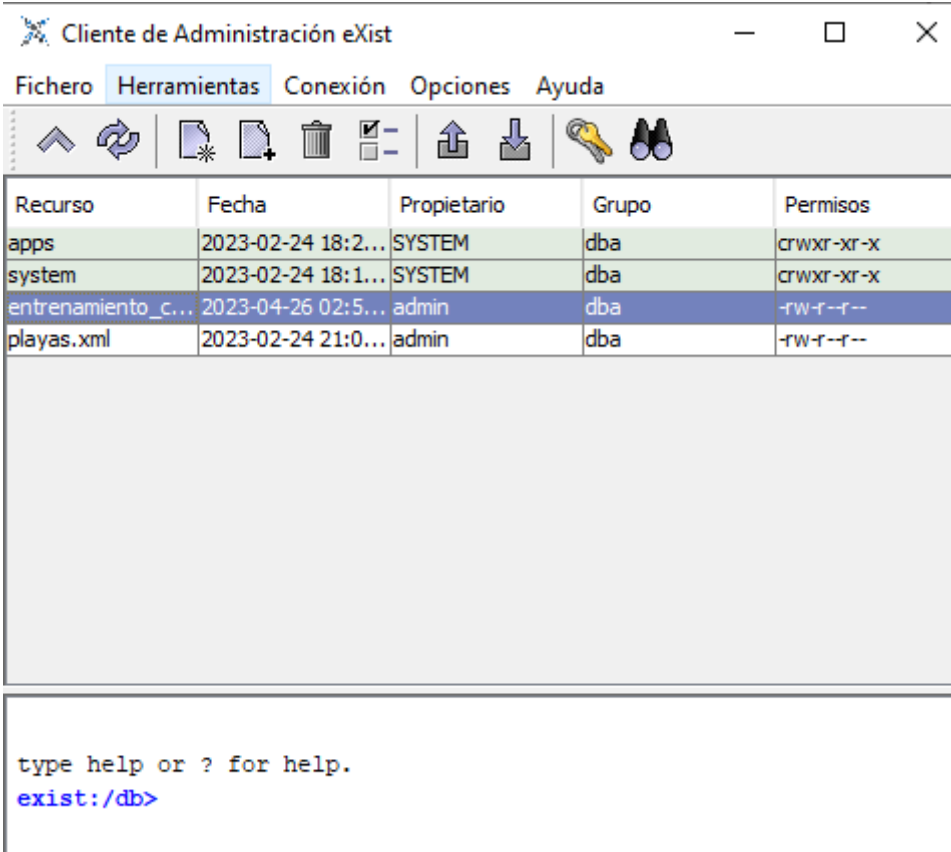
1.1 Software

En cuanto al software se ha usado Exist DB-Data base versión 6.2.0 en el que se encuentra la base de datos con los datos de los clientes.

Una base de datos MYSQL sobre un servidor XAMPP control Panes v 3.3.0 en el que se encuentran los datos de las rutinas personalizadas de los clientes.

1.2 Manual de instalación

Para la instalación del producto tendremos dos archivos para crear las bases de datos, por un lado, el xml , **entrenamiento_clientes.xml** con los clientes de la aplicación que habrá que dejarlo en la carpeta raíz del Exist:



The screenshot shows the 'Cliente de Administración eXist' window. It has a menu bar with 'Fichero', 'Herramientas', 'Conexión', 'Opciones', and 'Ayuda'. Below the menu is a toolbar with icons for navigation and file operations. The main area displays a table with the following data:

Recurso	Fecha	Propietario	Grupo	Permisos
apps	2023-02-24 18:2...	SYSTEM	dba	crwxr-xr-x
system	2023-02-24 18:1...	SYSTEM	dba	crwxr-xr-x
entrenamiento_c...	2023-04-26 02:5...	admin	dba	-rw-r--r--
playas.xml	2023-02-24 21:0...	admin	dba	-rw-r--r--

Below the table, there is a command prompt area with the text:

```
type help or ? for help.
exist:/db>
```

Por otro lado tendremos un script, **entraminetosSCRIPT.sql**, para crear la BBDD de clientes con algunos registros

Por último, está la carpeta con el proyecto NetBeans que usa la versión 17 y JDK 1.8, al resolver las dependencias para el conector del Exist en NetBeans 12.5 no las conseguía resolver, al cambiar al 17 conseguí conectarme a la BBDD.

Nombre	Estado	Fecha de modificación	Tipo	Tamaño
Gianfranco_Alvarez_Valencia	✓	27/04/2023 1:14	Carpeta de archivos	
entraminetosSCRIPT.sql	✓	26/04/2023 2:22	Archivo SQL	2 KB
entrenamiento_clientes.xml	✓	26/04/2023 2:55	Documento XML	1 KB

El usuario con el que se accede a la BBDD de MYSQL es root y psw root puerio 3306.

El usuario con el que se accede a la BBDD de Exist es admin psw root.

1.3 Manual de usuario

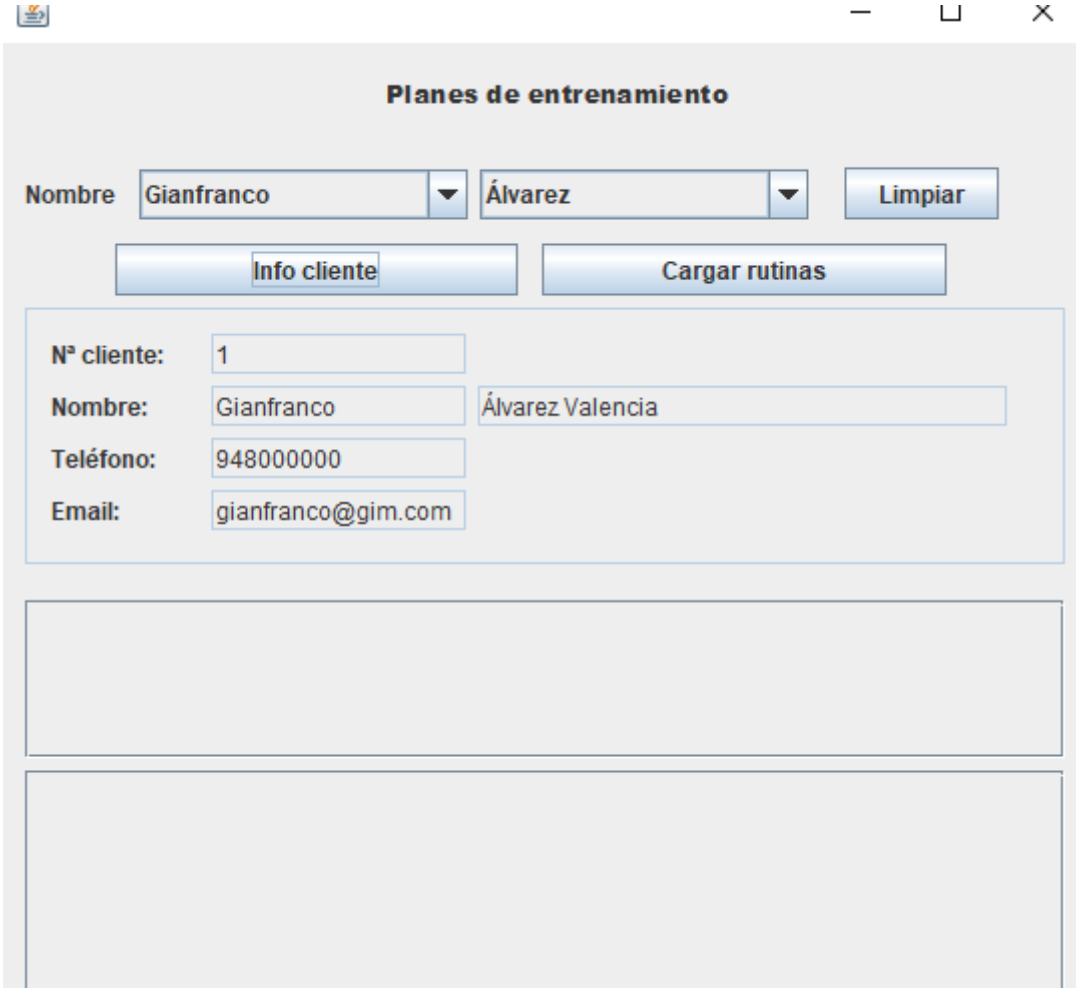
Al arrancar la aplicación se muestran desplegables con los clientes del gimnasio.

Conforme se van seleccionando distintos valores en la aplicación irán apareciendo botones y se actualizarán las tablas con los datos seleccionados.

Planes de entrenamiento

Nombre

Una vez seleccionado el nombre y el apellido de uno se podrán mostrar la información del cliente:



Planes de entrenamiento

Nombre

Nº cliente:

Nombre:

Teléfono:

Email:

Cargar las rutinas de este:



Planes de entrenamiento

Nombre

Gianfranco

▼

Álvarez

▼

Limpiar

Info cliente

Cargar rutinas

Nº cliente:

1

Nombre:

Gianfranco

Álvarez Valencia

Teléfono:

948000000


Email:

gianfranco@gim.com

Código	Frecuencia	
R1	3	▲
r10	2	≡
R2	3	▼
R8	6	

Añadir rutina

Si se selecciona una rutina se muestran los ejercicios de este si los tiene:

—⌵^

Planes de entrenamiento

Nombre

Nº cliente:

Nombre:

Teléfono:

Email:

Código	Frecuencia
R1	3
r10	2
R2	3
R3	3

Nombre	Grupo Muscular	Series	Repeticiones	Peso
Dominada neutra	TS	3	10	0
Dominada prona	TS	3	10	0
Dominada supi...	TS	3	10	0
Jalones	TS	3	12	50
Mancuernas	TS	3	10	18
zd	TS	2	3	3

Se puede añadir una rutina al cliente seleccionado:

Planes de entrenamiento

Nombre:

Nº cliente:

Nombre:

Teléfono:

Email:

Código
R1
r10
R2
R3

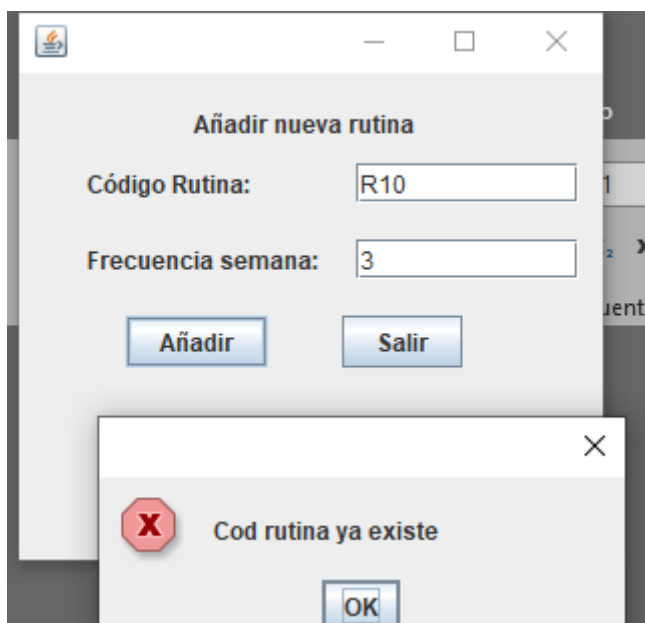
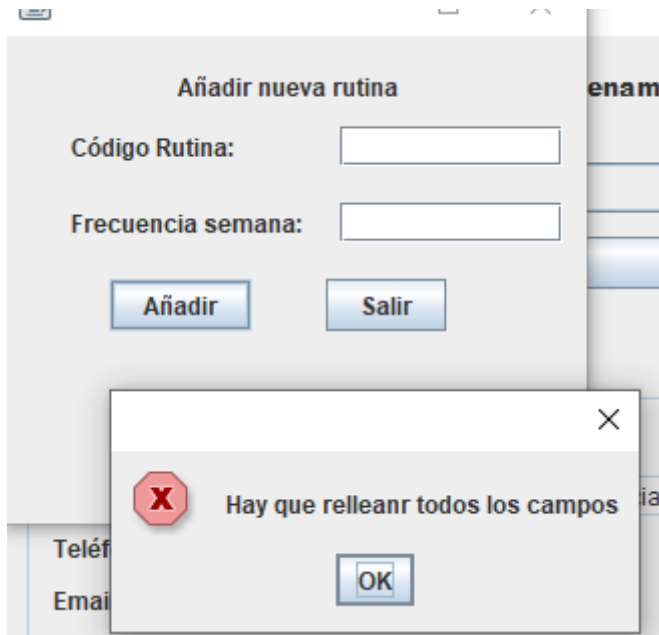
Nombre	Grupo Muscular
Dominada neutra	TS
Dominada prona	TS
Dominada supi...	TS
Jalones	TS
Mancuernas	TS
zd	TS

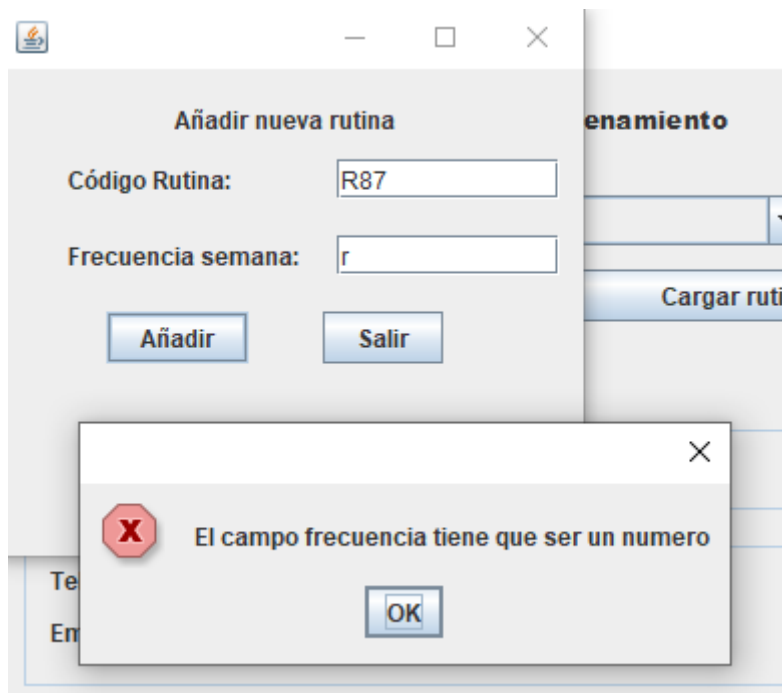
Añadir nueva rutina

Código Rutina:

Frecuencia semana:


El programa verifica que se introduzcan valores correctos en los campos:





Se puede agregar ejercicios a las rutinas:

En caso de que sea el primer ejercicio:



—

□

×

Planes de entrenamiento

Nombre

Gianfranco

▼

Álvarez

▼

Limpiar

Info cliente

Cargar rutinas

Nº cliente:

1

Nombre:

Gianfranco

Álvarez Valencia

Teléfono:

948000000

Email:


gianfranco@gim.com

Código	Frecuencia
r1	1
r10	2
R2	3
R8	8

Añadir rutina

Añadir ejercicio

Si se desea añadir otro a los ya existentes:

— □ ×

Planes de entrenamiento

Nombre

Nº cliente:

Nombre:

Teléfono:

Email:

Código	Frecuencia
r10	2
R2	3
R8	8

Nombre	Grupo Muscular	Series	Repeticiones	Peso
Dominada neutra	TS	3	4	40
Dominada prona	TS	3	4	40
Dominada supi...	TS	3	4	40
Mancuernas	TS	3	10	16

Añadir ejercicio

Nombre:

Grupo Muscular: TS ▼

Series:

Repeticiones:

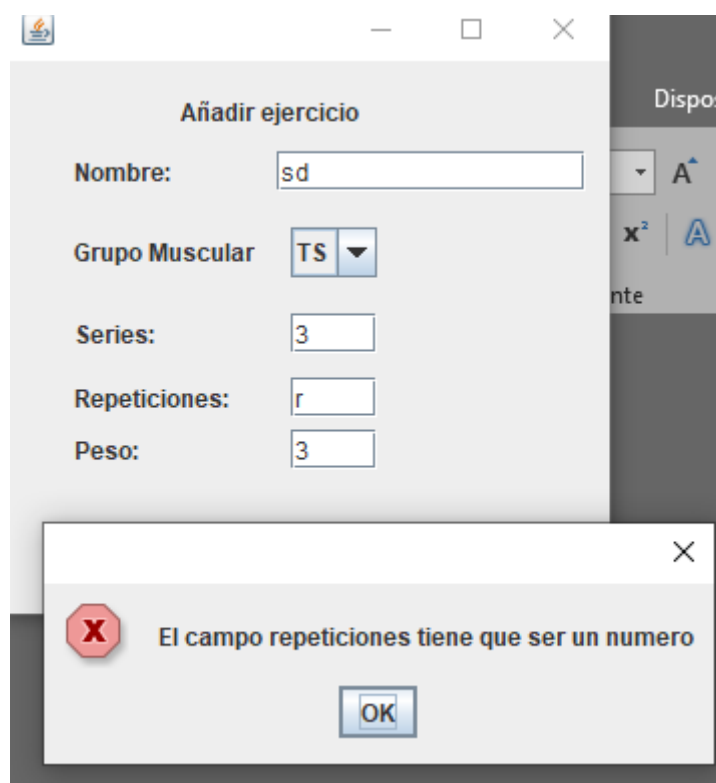
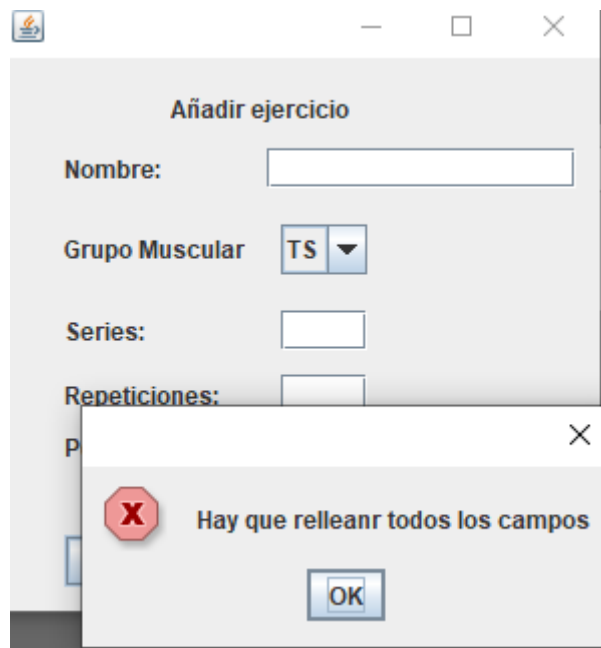
Peso:

Email: gianfranco@gim.com

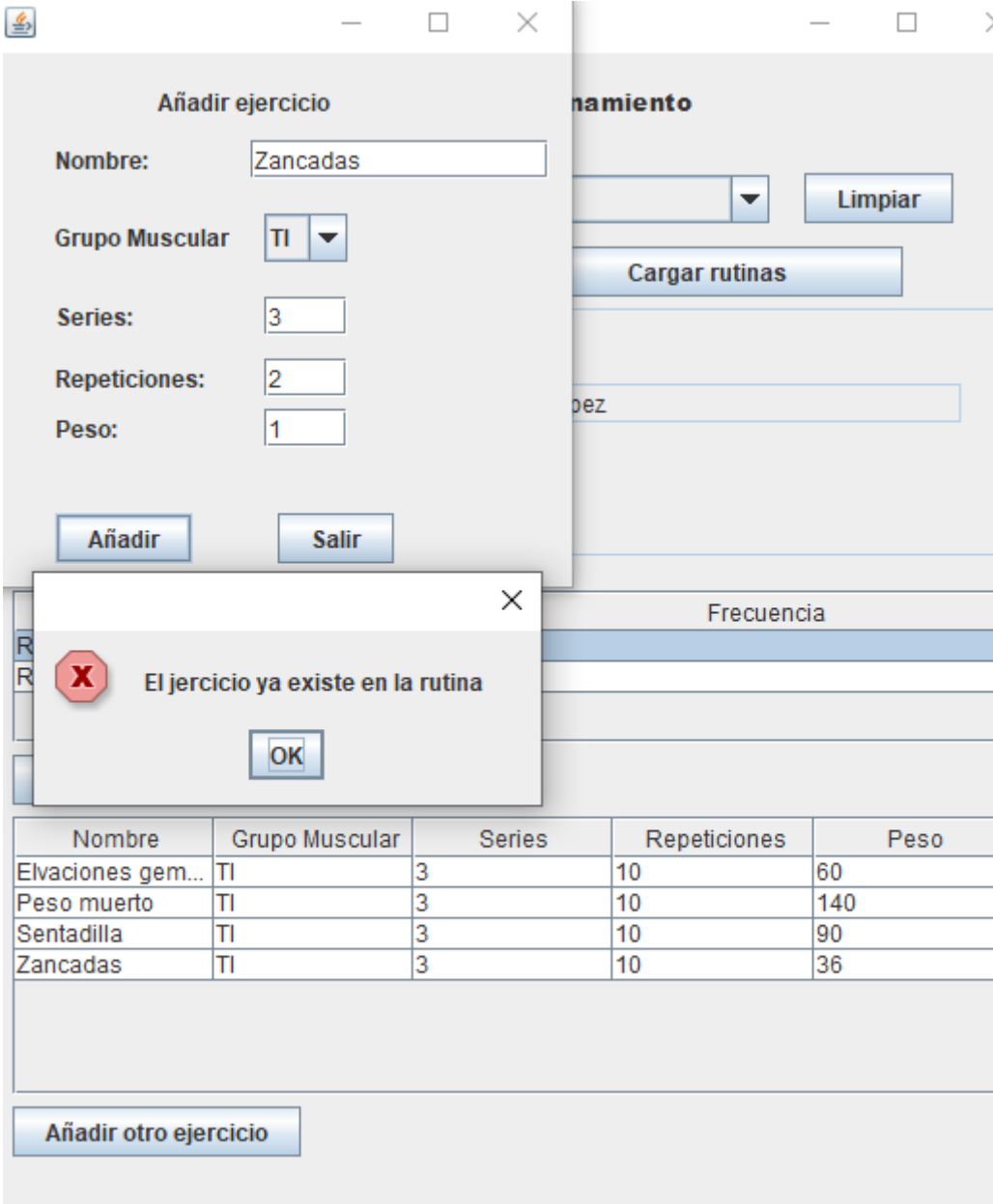
Código	Frecuencia
r10	2
R2	3
R8	8

Nombre	Grupo Muscular	Series	Repeticiones	Peso
Dominada neutra	TS	3	4	40
Dominada prona	TS	3	4	40
Dominada supi...	TS	3	4	40
Mancuernas	TS	3	10	16

El programa verifica que se respeten los valores que pueden tener los campos:



En caso de que ya exista el ejercicio en la rutina:



Añadir ejercicio

Nombre:

Grupo Muscular:

Series:

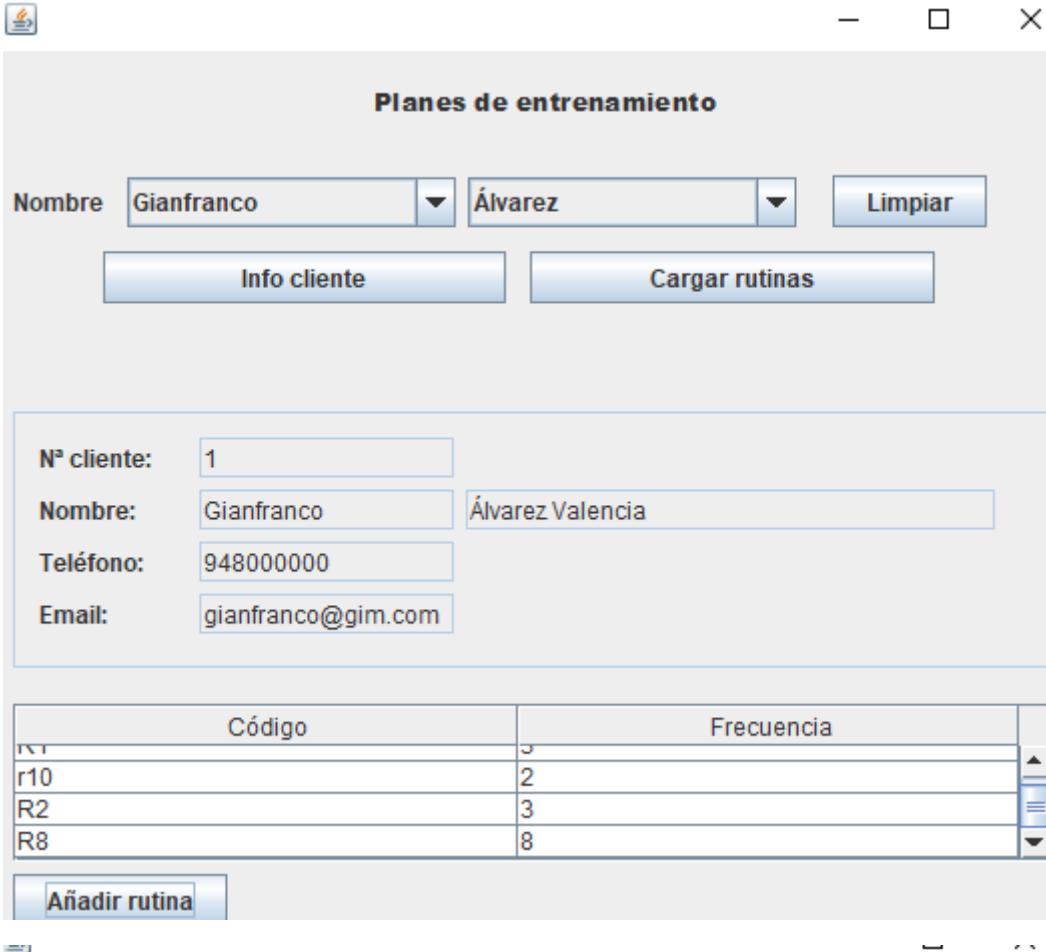
Repeticiones:

Peso:

El ejercicio ya existe en la rutina

Nombre	Grupo Muscular	Series	Repeticiones	Peso
Elvaciones gem...	TI	3	10	60
Peso muerto	TI	3	10	140
Sentadilla	TI	3	10	90
Zancadas	TI	3	10	36

Mediante el botón limpiar se puede empezar de 0 y pasar a otro cliente:



Planes de entrenamiento

Nombre:

Nº cliente:

Nombre:

Teléfono:

Email:

Código	Frecuencia
r10	2
R2	3
R8	8



Planes de entrenamiento

Nombre: