



# SPARTAN BOX

[Iniciar sesión](#)

DESAFIA TUS LIMITES  
CONQUISTA TUS METAS



# SPARTAN BOX

[Iniciar sesión](#)

DESAFIA TUS LIMITES  
CONQUISTA TUS METAS



## INICIAR SESIÓN



Iniciar sesión



## INICIAR SESIÓN



Iniciar sesión



## INICIAR SESIÓN



Identificación o  
contraseña requeridos

Iniciar sesión



## INICIAR SESIÓN



1081245684AAA



contrasena12345

[Iniciar sesión](#)



## INICIAR SESIÓN



1081245684AAA



contraseña12345

Identificación o  
contraseña erróneos

Iniciar sesión



## INICIAR SESIÓN



1081245684



contrasena12345

[Iniciar sesión](#)

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

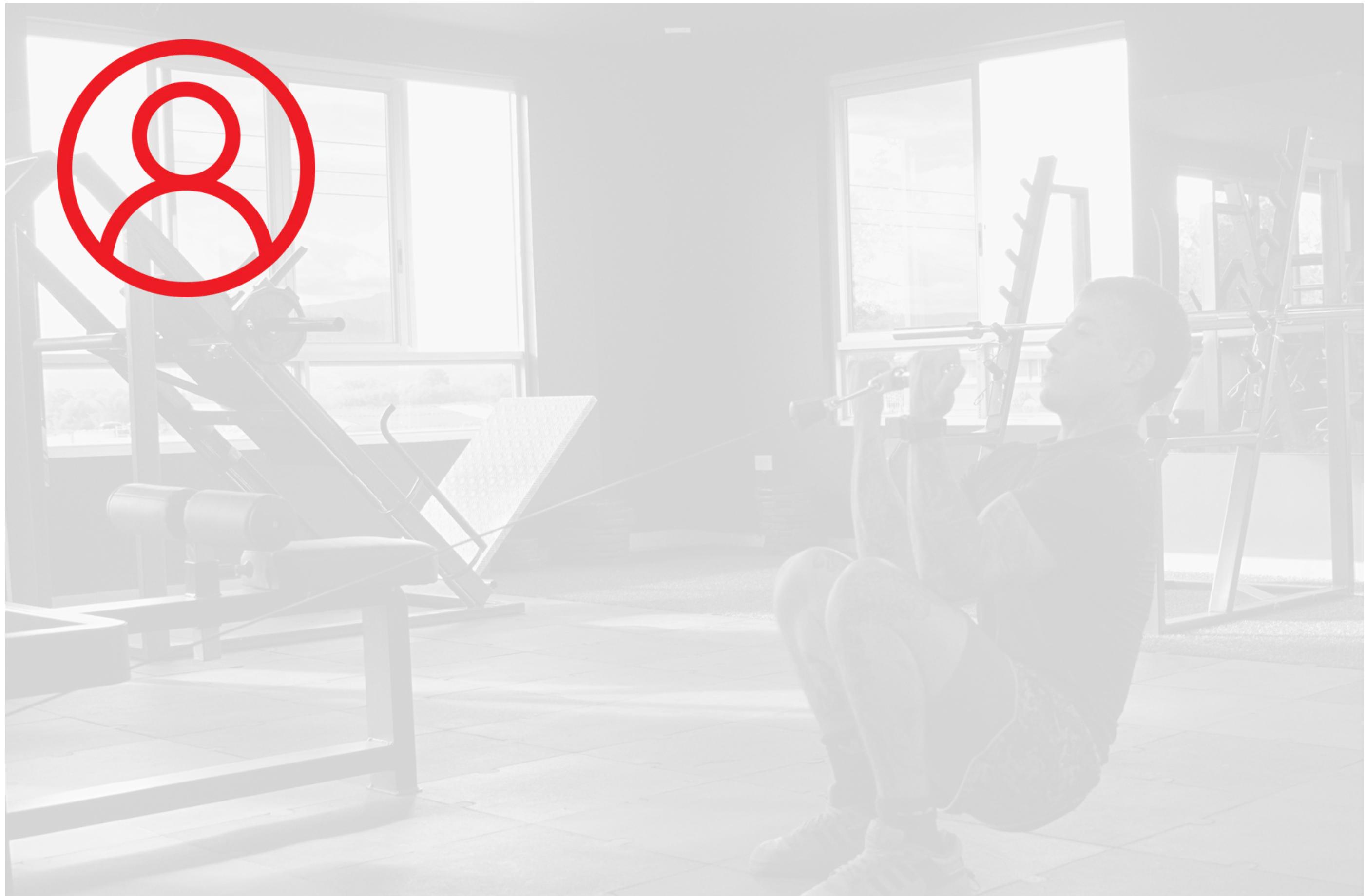
Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



# REGISTRAR CLIENTE



A large, semi-transparent red icon of a person's head and shoulders is positioned in the center-left of the form area.

**Nombre:**

**Identificación:**

**Teléfono:**

**Género:**

- Femenino
- Masculino
- No especificado

**Membresía:**

- General
- Premium

**Guardar**

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



# REGISTRAR CLIENTE



A large, semi-transparent red icon of a person's head and shoulders is positioned in the center-left of the form area.

**Nombre:**

**Identificación:**

**Teléfono:**

**Género:**

- Femenino
- Masculino
- No especificado

**Membresía:**

- General
- Premium

**Guardar**

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



# REGISTRAR CLIENTE

A registration form for a client. The form includes fields for Name, Identification, Phone, Gender (with options Femenino, Masculino, or No especificado), and Membership (with options General or Premium). There are also three informational icons on the right side of the form.

Nombre: \_\_\_\_\_

Identificación: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Membresía:

- General
- Premium

Por favor diligenciar los campos marcados como obligatorios

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



## REGISTRAR CLIENTE



Nombre:

Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación:

108124545aaaaa

Teléfono:

32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Membresía:

- General
- Premium

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



# REGISTRAR CLIENTE

A registration form for a client. The form includes fields for Name, Identification, Phone, Gender, and Membership, along with dropdown menus for selecting gender and membership type. A large red user icon is positioned above the form. A message at the bottom left says "Por favor verificar los campos diligenciados". A red "Guardar" button is located at the bottom right.

Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 108124545aaaaa

Teléfono: 32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Membresía:

- General
- Premium

Por favor verificar los campos diligenciados

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



### REGISTRAR CLIENTE



Nombre:

Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación:

108124545

Teléfono:

32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Membresía:

- General
- Premium

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



# REGISTRAR CLIENTE

A registration form for a new client. The form includes fields for Name, Identification, Phone, Gender, and Membership type. A placeholder message at the bottom prompts the user to select a membership type. A large red "Guardar" button is located in the bottom right corner.

Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 108124545

Teléfono: 32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Membresía:

- General
- Premium

Por favor seleccione un tipo de membresia

**Guardar**

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



### REGISTRAR CLIENTE



Nombre:

Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación:

108124545

Teléfono:

32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Membresía:

- General
- Premium

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



# REGISTRAR CLIENTE

A registration form for a new client. The form includes fields for Name, Identification, Phone, Gender, and Membership level. There is also a note indicating an existing client and a 'Guardar' (Save) button.

Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 108124545

Teléfono: 32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Membresía:

- General
- Premium

Cliente existente

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



# REGISTRAR CLIENTE

**Cliente**

Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 1081273472

Teléfono: 32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Membresía:

- General
- Premium

**Guardar**

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

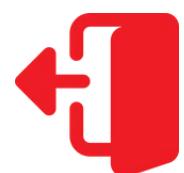
Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



Administrador



**Cliente general registrado**

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



# REGISTRAR CLIENTE

**Cliente**

**Nombre:** Paula Andrea Muñoz Delgado

**Identificación:** 1081273472

**Teléfono:** 32124545

**Género:**

- Femenino
- Masculino
- No especificado

**Membresía:**

- General
- Premium

**Continuar**

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



## ASIGNAR ENTRENADOR

ID Entrenador

ID Cliente Premium

Asignar

ID	Nombre	Objetivo
X	XXXX	XXX
X	XXX	XXXX

ID	Nombre	Área de especialidad	Clientes asignados
X	XXX	XXX	
X	XXX	XXX	

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

# ID Entrenador

For more information about the study, please contact Dr. John Smith at (555) 123-4567 or via email at [john.smith@researchinstitute.org](mailto:john.smith@researchinstitute.org).

# ID Cliente Premium

For more information about the study, please contact the study team at 1-800-258-4238 or visit [www.cancer.gov](http://www.cancer.gov).

## Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

# Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

# ID Entrenador

**Information**

Por favor ingresar  
los campos  
obligatorios

## Asignar

# ID Cliente Premium

**Information**

ID	Nombre	Entrenador Asignado

ID	Nombre	Área de especialidad

# ADMINISTRADOR

# Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

# ID Entrenador

1232112

# ID Cliente Premium

1231313

## Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

# Acceso a clientes

# Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

# ID Entrenador

1232112

## Entrenador no existente

# ID Cliente Premium

1231313

## Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

# Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

## ID Entrenador

1232112

## ID Cliente Premium

1231313

# Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

# ID Entrenador

1232112

# ID Cliente Premium

1231313

# Cliente no existente

# Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

ID	Nombre	Área de especialidad

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

ID Entrenador

1232112

## ID Cliente Premium

1231313

## Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

ID	Nombre	Área de especialidad

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

# Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

# ID Entrenador

1232112

## ID Cliente Premium

1231313

## Cliente no valido

# Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

## ID Entrenador

1232112

## ID Cliente Premium

1231313

## Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

ID	Nombre	Área de especialidad

# ADMINISTRADOR

# Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

# Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# ASIGNAR ENTRENADOR

ID Entrenador

1232112

## ID Cliente Premium

1231313

# Entrenador no disponible

# Asignar

ID	Nombre	Entrenador Asignado

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



## ASIGNAR ENTRENADOR

ID Entrenador

1081273470

ID Cliente Premium

11111

Asignar

ID	Nombre	Objetivo
X	XXXX	XXX
X	XXX	XXXX

ID	Nombre	Área de especialidad	Clientes asignados
X	XXX	XXX	
X	XXX	XXX	

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



**ASIGNAR ENTRENADOR 1081273470  
AL CLIENTE 1081273470**

Modificar

Confirmar



## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

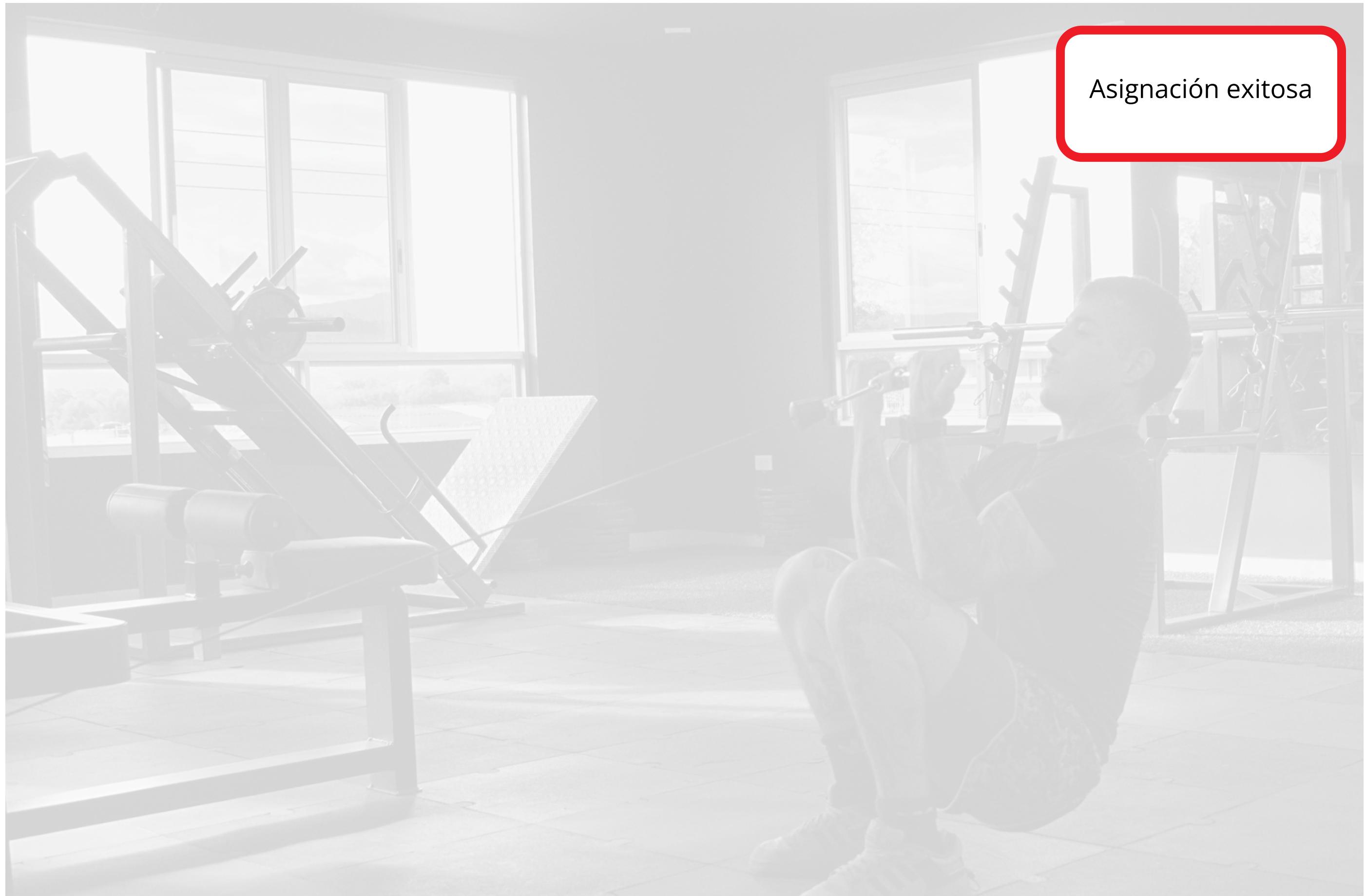
Lista de clientes

Acceso a clientes

Asignar Entrenadores

Registrar entrenador

Lista de entrenadores



Asignación exitosa

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

# Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

# Todos



Filtrar



# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



A red icon on the left shows a thick vertical bar with a horizontal arrow pointing to its left. To its right is another red icon of a house with a chimney.

# CLIENTES

Total encontrados: n

# Todos



## Todos

# Clientes Premium

## Clientes Generales

## Género Masculino

## Género Femenino

ópore no especificac

## Género no especificado

Filtrar

# ADMINISTRADOR

# Registrar cliente

## Lista de clientes

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

## Clientes Premium



Filtrar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

## Clientes Premium



Filtrar



# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

# Clientes Generales



Filtrar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

## Clientes Generales



## Filtrar



# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

# Género Masculino



## Filtrar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

# Género Masculino



Filtrar



# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

# Género Femenino



## Filtrar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

# Género Femenino



## Filtrar



# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

## Género no especificado



Filtrar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Total encontrados: n

## Género no especificado



## Filtrar



# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

# Lista de clientes

# Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

## Identificación

## Accéder

# ADMINISTRADOR

# Registrar cliente

# Lista de clientes

# Acceso a clientes

# Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

# Identificación

# Accéder

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

Por favor ingrese un ID valido

**Accéder**

# Identificación

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

# Lista de clientes

# Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

# Identificación

12121GGG

## Acceder

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

# Lista de clientes

# Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

# Identificación

12121GGG

## Cliente no existente

## Acceder

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

# Lista de clientes

# Acceso a clientes

## Asignar Entrenadores

## Registrar entrenador

## Lista de entrenadores



# CLIENTES

# Identificación

1081273471

## Acceder

# ADMINISTRADOR

Renovar membresía



Cliente



Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 1081273471

Teléfono: 32124545

Genero: Femenino

Membresía: Premium

Objetivo: Aumentar masa muscular

Días restantes de membresía: 0

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Lista de entrenadores



## REGISTRAR ENTRENADOR

Entrenador



Nombre:

Identificación:

Teléfono:

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Área de especialidad:



Salario:



Fecha de contratación:

Contraseña:

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Lista de entrenadores



## REGISTRAR ENTRENADOR

Entrenador



Nombre:

Identificación:

Teléfono:

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Área de especialidad:



Salario:



Fecha de contratación:

Contraseña:

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Lista de entrenadores



## REGISTRAR ENTRENADOR

Entrenador



Nombre:

Identificación:

Teléfono:

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Área de especialidad:

Salario:

Fecha de contratación:

Contraseña:



Guardar

Por favor diligenciar los campos  
marcados como obligatorios

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Lista de entrenadores



## REGISTRAR ENTRENADOR

Entrenador



Nombre:

Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación:

1081273470

Teléfono:

32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Área de especialidad:

Crossfit



Salario:

10000000

Fecha de contratación:

10/9/2003



Contraseña:

xxxxxxxx

[Guardar](#)

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Lista de entrenadores



## REGISTRAR ENTRENADOR

Entrenador



Nombre:

Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación:

1081273470

Teléfono:

32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Área de especialidad:

Crossfit



Salario:

10000000

Fecha de contratación:

10/9/2003



Contraseña:

xxxxxxxx

Entrenador existente

Guardar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Lista de entrenadores



## REGISTRAR ENTRENADOR

Entrenador



Nombre:

Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación:

1081273470

Teléfono:

32124545

Género:

- Femenino
- Masculino
- No especificado

Área de especialidad:

Crossfit



Salario:

10000000

Fecha de contratación:

10/9/2003



Contraseña:

xxxxxxxx

[Guardar](#)

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Lista de entrenadores



**Entrenador  
registrado**

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Listado de entrenadores

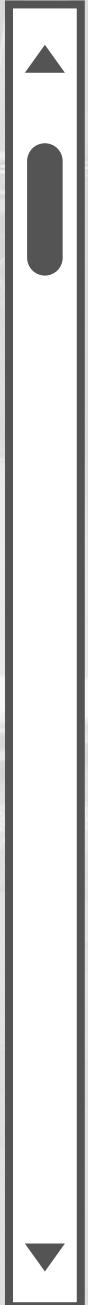


## ENTRENADORES

Identificación

Seleccionar

ID	Nombre	Teléfono	Género	AE	Salario	Fecha de contratación



# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Registrar entrenador

## Asignar Entrenadores

## Lista de entrenadores



# ENTRENADORES

# Identificación

# Seleccionar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Registrar entrenador

## Asignar Entrenadores

# Lista de entrenadores



# ENTRENADORES

## **Identificación**

Por favor diligenciar los  
campos marcados  
como obligatorios

# Seleccionar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

# Acceso a clientes

## Registrar entrenador

## Asignar Entrenadores

## Lista de entrenadores



# ENTRENADORES

# Identificación

1111ggggg

# Seleccionar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Registrar entrenador

## Asignar Entrenadores

# Lista de entrenadores



# ENTRENADORES

# Identificación

1111ggggg

# Entrenador no existente

## Seleccionar

# ADMINISTRADOR

## Registrar cliente

## Lista de clientes

## Acceso a clientes

## Registrar entrenador

## Asignar Entrenadores

## Lista de entrenadores



# ENTRENADORES

# Identificación

1081273473

## Seleccionar

## ADMINISTRADOR

Registrar cliente

Lista de clientes

Acceso a clientes

Registrar entrenador

Asignar Entrenadores

Listado de entrenadores



## ENTRENADOR



Entrenador

Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 1081273473

Teléfono: 32124545

Género: Femenino

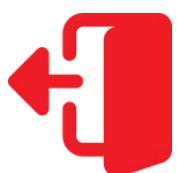
Área de especialidad: Crossfit

Salario: 10000000

Fecha de contratación: 10/09/2003

## ENTRENADOR

Clientes asignados



Entrenador



Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 1081273473

Teléfono: 32124545

Genero: Femenino

Área de especialidad: Crossfit

Salario: 10000000

Fecha de contratación: 10/09/2003



# ENTRENADOR

## Clientes asignados



# CLIENTES ASIGNADOS

# Identificación

## Seleccionar

# ENTRENADOR

## Clientes asignados



# CLIENTES ASIGNADOS

# Identificación

# Seleccionar

# ENTRENADOR

## Clientes asignados



# CLIENTES ASIGNADOS

# Identificación

10. **What is the primary purpose of the following statement?**



Por favor diligenciar los  
campos marcados  
como obligatorios

## Seleccionar

# ENTRENADOR

## Clientes asignados



# CLIENTES ASIGNADOS

# Identificación

12121GGG

## Seleccionar

# ENTRENADOR

## Clientes asignados



# CLIENTES ASIGNADOS

# Identificación

© 2019 Pearson Education, Inc.

## Cliente no existente

# Seleccionar

# ENTRENADOR

## Clientes asignados



# CLIENTES ASIGNADOS

## Identificación

1081273471

## Seleccionar

## ENTRENADOR

**1081273471**

Modificar PMF

PMF



Cliente



Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 1081273471

Teléfono: 32124545

Genero: Femenino

Membresía: General

Objetivo: Aumentar masa muscular

Días restantes de membresía: 30

# ENTRENADOR

1081273471

## Modificar PMF

PMF

## Progreso físico



# MODIFICAR PMF



Fecha de revisión:

## Añadir ejercicio

## Eliminar ejercicio

# Guardar

# **ENTRENADOR**

## **1081273471**

# Modificar PMF

PMF

## Progreso físico



# MODIFICAR PMF



**Fecha de revisión:**

## Añadir ejercicio

## Eliminar ejercicio

## Guardar

# **ENTRENADOR**

## **1081273471**

## Modificar PMF

PMF

# Progreso físico



# MODIFICAR PMF



Fecha de revisión:

## Ingrese los campos obligatorios

## Añadir ejercicio

## Eliminar ejercicio

Guardar

# **ENTRENADOR**

## **1081273471**

## Modificar PMF

PMF

## Progreso físico



# MODIFICAR PMF



Fecha de revisión:

01/01/2024



## Añadir ejercicio

## Eliminar ejercicio

## Guardar

ENTRENADOR

1081273471

[Modificar PMF](#)

[PMF](#)

[Progreso físico](#)



## MODIFICAR PMF



Fecha de revisión:

01/01/2024



[Añadir ejercicio](#)

[Eliminar ejercicio](#)

ID	Dia	Nombre	# Repeticiones	# Series

El plan de mejoramiento físico  
no tiene ejercicios

[Guardar](#)

**ENTRENADOR**  
**1081273471**

[Modificar PMF](#)

[PMF](#)

[Progreso físico](#)



## MODIFICAR PMF



Fecha de revisión:

01/01/2024



[Añadir ejercicio](#)

[Eliminar ejercicio](#)

ID	Dia	Nombre	# Repeticiones	# Series
X	X	X	X	X

[Guardar](#)

ENTRENADOR

1081273471

Modificar PMF

PMF

Progreso físico



## MODIFICAR PMF

Cancelar

Confirmar

ENTRENADOR

1081273471



## AÑADIR EJERCICIO

Ejercicio



Nombre:

Numero de repeticiones:

Numero de series:

Dia de la semana:



Guardar

ENTRENADOR

1081273471



## AÑADIR EJERCICIO

Ejercicio



Nombre:

Numero de repeticiones:

Numero de series:

Dia de la semana:



Guardar

ENTRENADOR

1081273471



## AÑADIR EJERCICIO

Ejercicio



Nombre:

Numero de repeticiones:

Numero de series:

Dia de la semana:



Guardar

Por favor diligenciar los campos  
marcados como obligatorios

ENTRENADOR

1081273471



## AÑADIR EJERCICIO

Ejercicio



Nombre:

Sentadillas con peso



Numero de repeticiones:

12

Numero de series:

EEE

Dia de la semana:

Lunes



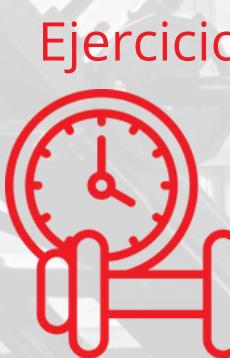
Guardar

ENTRENADOR

1081273471



## AÑADIR EJERCICIO



Ejercicio

Nombre:

Sentadillas con peso



Numero de repeticiones:

12

Numero de series:

EEE

Dia de la semana:

Lunes



Por favor, verificar los campos  
diligenciados

Guardar

ENTRENADOR

1081273471



## AÑADIR EJERCICIO

Ejercicio



Nombre:

Sentadillas con peso



Numero de repeticiones:

12

Numero de series:

4

Dia de la semana:

Lunes



Cancelar

Guardar

**ENTRENADOR  
1081273471**

## Modificar PMF

PMF

## Progreso físico



# MODIFICAR PMF



Fecha de revisión:

01/01/2024



## Añadir ejercicio

## Eliminar ejercicio

# Guardar

ENTRENADOR

1081273471

A grayscale background image of a modern gym interior featuring large windows, a squat rack, and a person working out.

ELIMINAR EJERCICIO

Identificación

i

Eliminar

A red rectangular input field with a thin red border. To its right is a red circular button containing a white lowercase 'i'. In the bottom right corner of the screen is a red rounded rectangular button with the word 'Eliminar' in white.

ENTRENADOR

1081273471



## ELIMINAR EJERCICIO

Identificación

Eliminar

ENTRENADOR

1081273471



**ELIMINAR EJERCICIO**

Identificación

**i**

Por favor, diligenciar los campos marcados como obligatorios

Eliminar

ENTRENADOR

1081273471



## ELIMINAR EJERCICIO

Identificación

1G

[Eliminar](#)

ENTRENADOR

1081273471



## ELIMINAR EJERCICIO

Identificación

1G

Ejercicio no existente

Eliminar

ENTRENADOR

1081273471



## ELIMINAR EJERCICIO

Identificación

111

[Eliminar](#)

ENTRENADOR

1081273471



## ELIMINAR EJERCICIO

1

Cancelar

Confirmar

# ENTRENADOR

1081273471

## Modificar PMF

PMF

## Progreso físico



# MODIFICAR PMF



**Fecha de revisión:**

01/01/2024



## Añadir ejercicio

## Eliminar ejercicio

# Guardar

## ENTRENADOR

**1081273471**

Realizar PMF

PMF

Progreso físico



Cliente



Nombre: Paula Andrea Muñoz Delgado

Identificación: 1081273471

Teléfono: 32124545

Genero: Femenino

Membresía: General

Objetivo: Aumentar masa muscular

Días restantes de membresía: 30

PMF modificado

**ENTRENADOR**

**1081273471**

[Modificar PMF](#)

[Ver PMF](#)

[Progreso físico](#)



**PMF**

PMF



Objetivo: Aumentar masa muscular

Ultima fecha de revisión: 01/01/2025

Dia	Nombre	# Repeticiones	# Series
X	X	X	X
X	X	X	X
X	X	X	X

