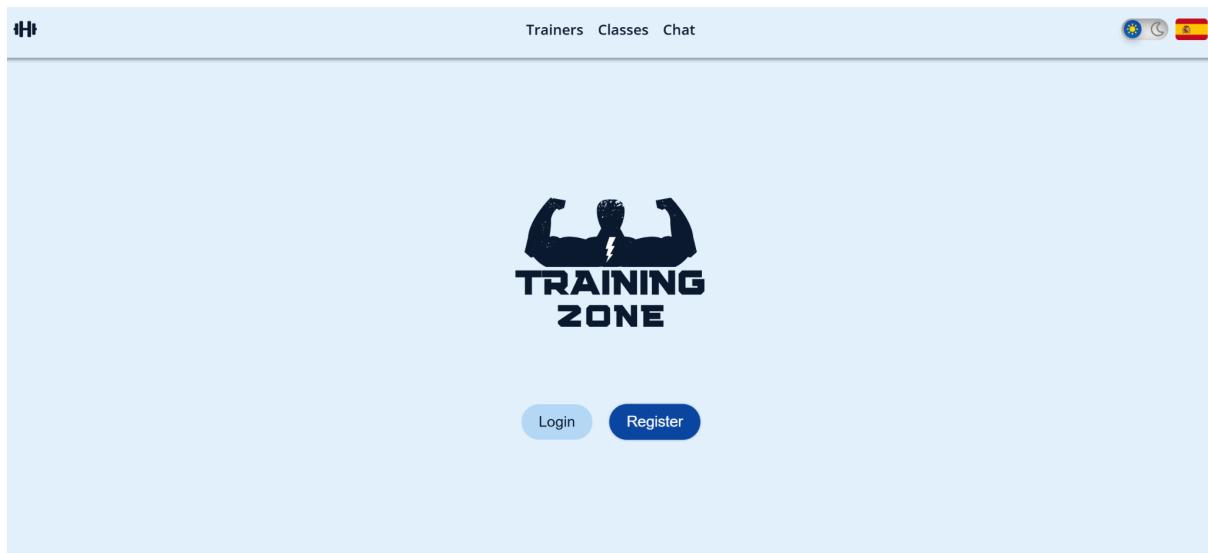


WEB

Nuestra home ofrece la posibilidad de hacer login o registrarse, además de en su segunda sección, tener acceso directo a los servicios de la web. Todo disfrutando de tema claro y oscuro, además de la posibilidad de cambiar de idioma.



WHAT SERVICES DO WE OFFER?

We are committed to providing the best sports service to our clients. Our services range from personal training to group workouts so our clients can reach their goals in the way that best suits them.

PERSONAL TRAINING

Achieve your goals efficiently with a trainer and personalized sessions.
[Learn more](#)

GROUP TRAINING

Group training helps you improve physically in a fun way.
[See description](#)

TRAINING PLAN

Get a custom plan powered by our AI system.
[Learn more](#)

La sección de entrenador y entrenador detalle ofrece la posibilidad de contactar con uno de los entrenadores del equipo, además de ver cuándo tienen clases disponibles y acceder a ellas.

OUR TRAINERS

Search trainer... All classes

ANA LÓPEZ
Spinning
[View Profile](#)

CARLOS PÉREZ
CrossFit
[View Profile](#)

MARÍA GARCÍA
[View Profile](#)

LUIS FERNÁNDEZ
[View Profile](#)

ELENA SÁNCHEZ
[View Profile](#)

1 5

CARLOS PÉREZ



junio de 2025

LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB	DOM
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	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	1	2	3	4	5	6

Select a highlighted day to view available classes.

DO YOU HAVE ANY QUESTIONS?

[Send Message](#)

El chat nos ofrece la posibilidad de contactar en tiempo real con los entrenadores

The screenshot shows a chat window with three participants:

- Ana López**: A female trainer with a profile picture of her working out. She has 1 unread message.
- Carlos Pérez**: A male user with a profile picture of him working out. He has 1 unread message.
- manu**: The current user, represented by a placeholder profile picture.

The conversation log is as follows:

- Ana López** (15:35): Ana, ¿puedo hacer cardio todos los días?
15:36
- manu** (18:09): Sí, pero varía la intensidad para evitar sobreentrenamiento.
15:36
- manu** (18:09): hola
18:09
- manu** (18:09): que takl
18:09

A message input field at the bottom says "Escribe un mensaje" with a blue send button.

El perfil de usuario permite manejar nuestros datos y cambiarlos.

The screenshot shows the user profile editing page. The user's current profile picture is displayed, and there is a placeholder for a new profile picture with a plus sign.

The form fields are:

- Nombre: manu
- Correo electrónico: manu@gmail.com
- Teléfono: 918273465
- Nueva contraseña (opcional)
- Confirmar nueva contraseña

A blue "Actualizar" (Update) button is located at the bottom of the form.

El administrador, además del perfil de usuario, tiene derechos para cambiar los roles de los usuarios y gestionar los horarios de las clases.

USERS ADMIN PAGE

Email	Role
ale@gmail.com	user ▾
manu@gmail.com	user ▾
ana.lopez@trainingzone.es	trainer ▾
carlos.perez@trainingzone.es	trainer ▾
maria.garcia@trainingzone.es	trainer ▾
luis.fernandez@trainingzone.es	trainer ▾
elena.sanchez@trainingzone.es	trainer ▾
diego.torres@trainingzone.es	trainer ▾

GESTIÓN DE HORARIOS

[Crear horario](#)

Id	Clase	Entrenador	Capacidad	Precio	Inicio	Fin	Acción
1	Spinning	Ana López	20	15.99 €	2025-06-22 10:30	2025-06-22 11:30	Editar Eliminar
2	CrossFit	Carlos Pérez	16	20 €	2025-06-23 11:30	2025-06-23 12:30	Editar Eliminar

Móvil

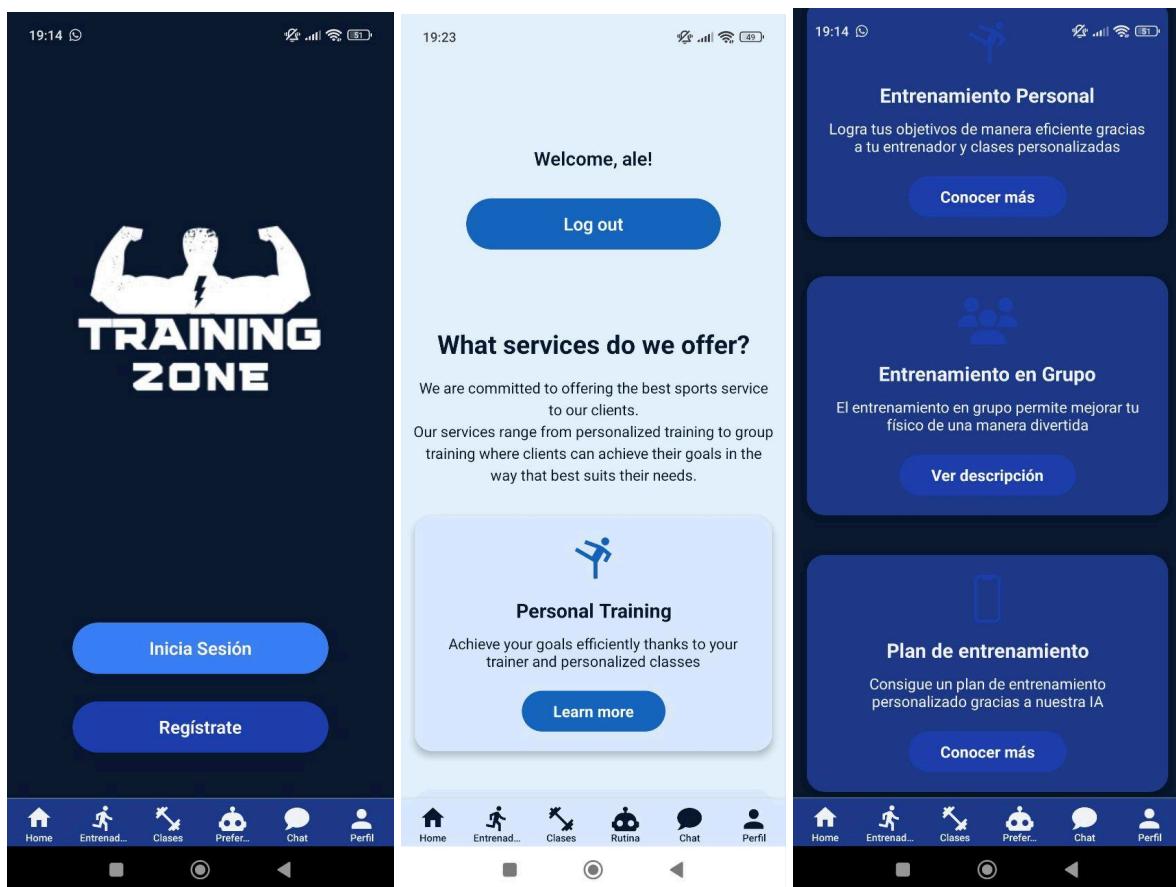
Se muestra una pantalla principal básica que explica un poco cómo funciona la aplicación y redirige a las vistas principales.

Si no hay sesión iniciada, la app la pedirá. Si ya hay sesión, aparece un mensaje de bienvenida con un botón para cerrar sesión.

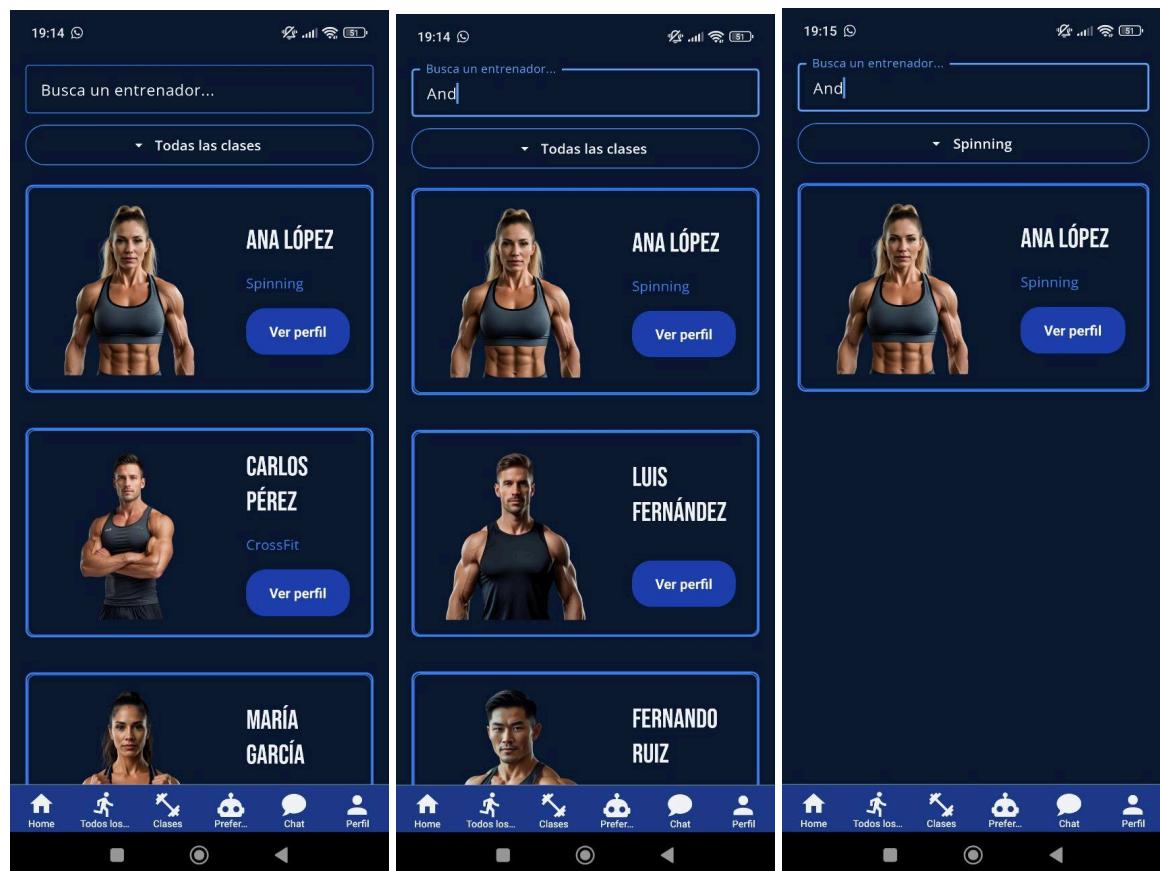
En los ajustes del sistema se puede cambiar el idioma y el tema de la aplicación.

Si elegimos español, la app se muestra en español; si no, se muestra en inglés.

Podemos acceder a todas las vistas disponibles a través de la barra de navegación en la parte inferior



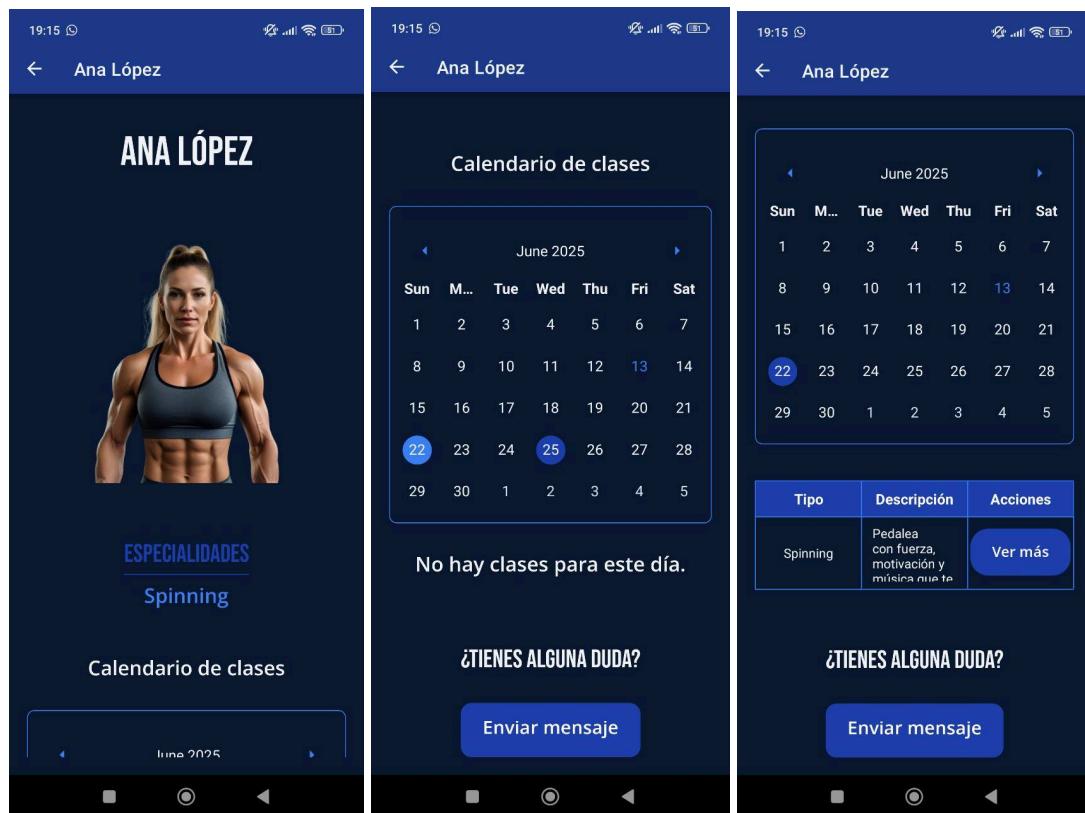
Podemos ver una pantalla con todos los entrenadores disponibles, mostrando algunos datos básicos de cada uno. Se pueden buscar tanto por nombre (con una búsqueda inteligente) como por el tipo de clase que ofrecen.



En la vista del entrenador individual, se pueden ver más detalles como su nombre, imagen, especialidades, entre otros.

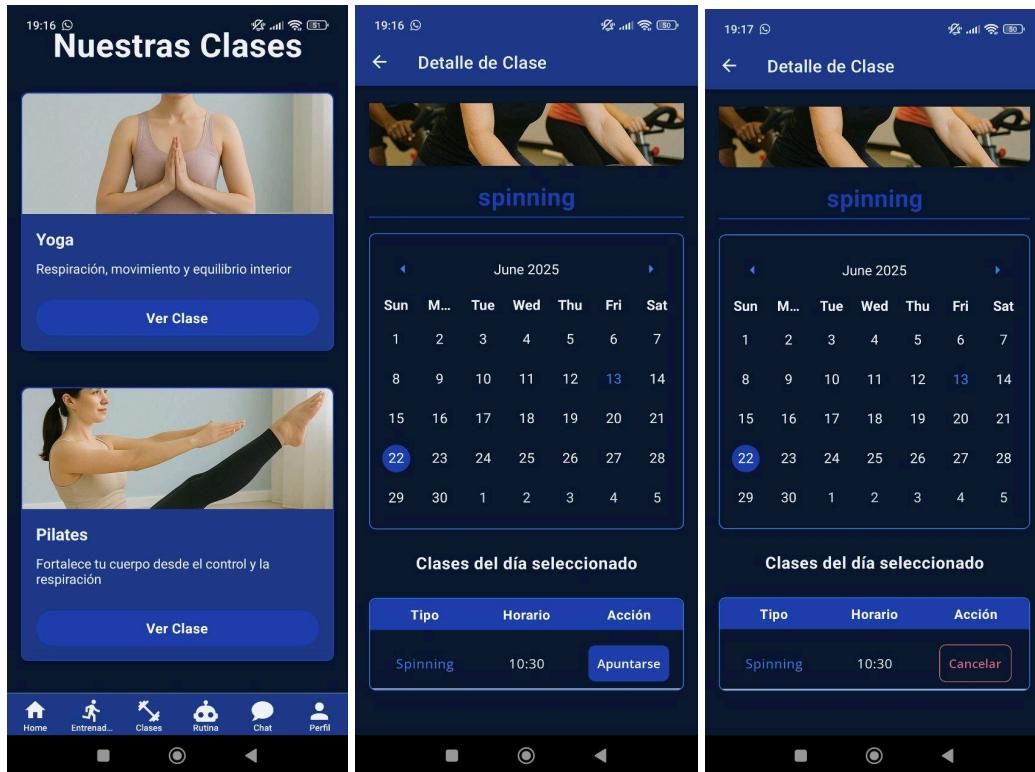
Implementa un calendario donde se marcan en azul claro los días en los que da clases. Al seleccionar un día, se muestran las clases disponibles, con información sobre cada una y la opción de ir directamente a la vista de la clase.

También hay un botón para chatear en tiempo real con el entrenador.



Hemos implementado un catálogo con todas nuestras clases.

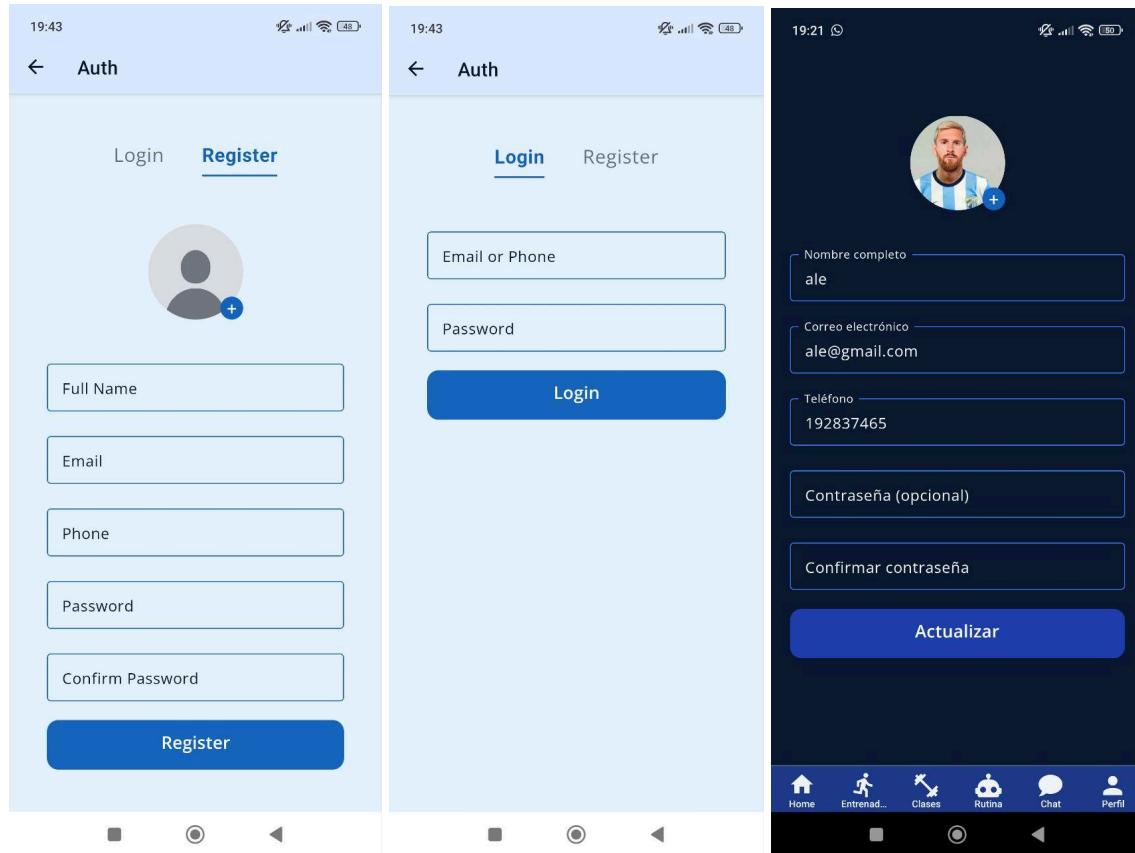
En cada clase se pueden ver los días en los que se imparte, el horario y la opción para apuntarse. Cada clase tiene un cupo limitado de personas; si ya está completo, no te podrás apuntar.



Podemos crear una cuenta introduciendo todos los datos del usuario y, de forma opcional, una imagen de perfil.

Es posible iniciar sesión tanto con el correo electrónico como con el número de teléfono.

También se pueden editar los datos del usuario desde su perfil. Si se cambia la contraseña, la sesión se cierra automáticamente y hay que volver a iniciar.



Hay un apartado donde se pueden ver todas las conversaciones del usuario.

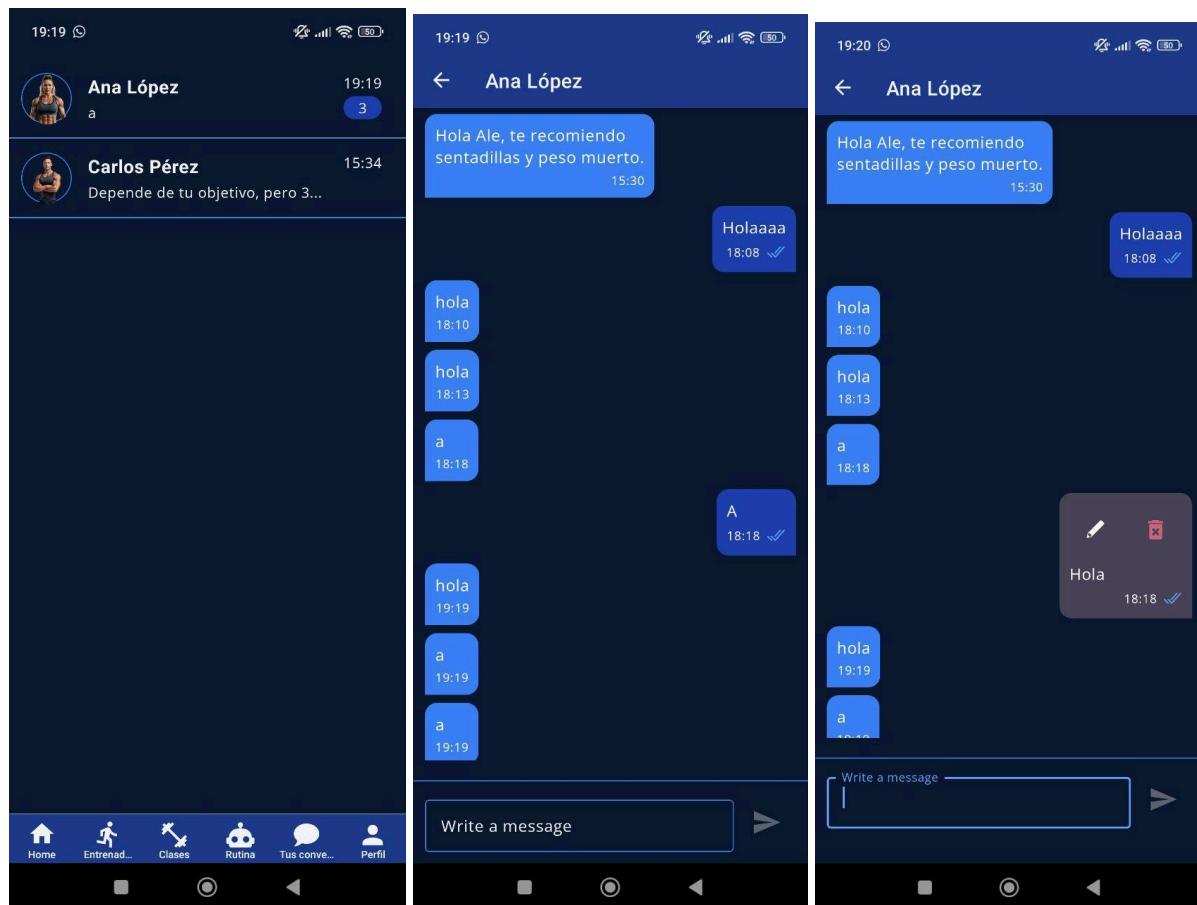
En cada una se muestran algunos datos del otro usuario, el último mensaje, la hora en que se envió y el número de mensajes sin leer.

En la vista de una conversación, aparece una lista de mensajes enviados, organizados por fecha y hora. Cada mensaje tiene un ícono que indica si fue leído o no.

Si dejamos pulsado un mensaje que enviamos, se resalta de color más oscuro y aparecen los iconos para editar o eliminar.

Si elegimos eliminar, se muestra un mensaje de advertencia y, si confirmamos, el mensaje se borra con una pequeña animación de desvanecimiento.

Si elegimos editar, el input se rellena con el contenido del mensaje para poder modificarlo.

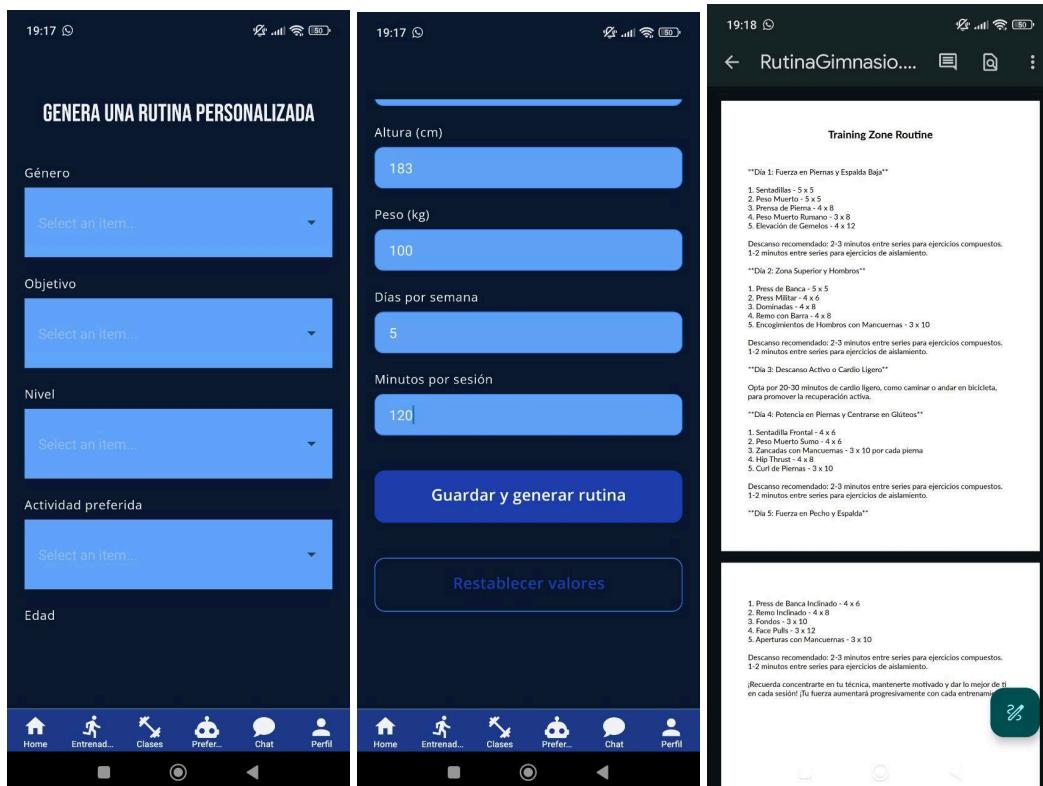


Hemos implementado una vista (solo disponible en la app) donde se puede crear una rutina de gimnasio personalizada a partir de los datos del usuario.

Estos datos son: género, edad, altura, peso, objetivo, nivel, días que quiere entrenar a la semana, tiempo de entrenamiento y tipo de actividad. Además, según el idioma del sistema, la rutina se genera en inglés o en español.

Al generar una rutina, los datos se guardan localmente en el dispositivo y permanecen aunque se reinicie la aplicación.

También hay un botón para resetear los valores a los predeterminados.



La rutina se genera usando el modelo GPT-4o de la API de pago de OpenAI. Se crea un prompt con los datos del usuario y la API devuelve un texto con la rutina personalizada.

Ese texto se convierte en un PDF para que el usuario pueda descargarlo.

```
1 referencia
public async Task<byte[]> GenerateRoutine(UserPreferences userPreferences)
{
    var model = "gpt-4o";
    var client = new ChatClient(model, _apiKey);
    var response = await client.CompleteChatAsync(BuildPrompt(userPreferences));
    return GeneratePdf(response.Value.Content[0].Text);
}
```

```
1 referencia
private byte[] GeneratePdf(string text)
{
    return Document.Create(container =>
    {
        container.Page(page =>
        {
            page.Margin(50);
            page.Content().Column(col =>
            {
                col.Item().PaddingBottom(50).Text("Training Zone Routine")
                    .FontSize(20)
                    .Bold()
                    .AlignCenter();
                col.Item().Text(text).FontSize(14);
            });
        });
    }).GeneratePdf();
}
```

```
1 referencia
private string BuildPrompt(UserPreferences userPreferences)
{
    var goalText = userPreferences.Goal switch
    {
        UserGoal.LoseWeight => "lose weight",
        UserGoal.BuildMuscle => "build muscle",
        UserGoal.ImproveEndurance => "improve endurance",
        UserGoal.MaintainHealth => "maintain overall health",
        UserGoal.GainStrength => "gain strength",
        _ => userPreferences.Goal.ToString()
    };

    return $"You are a certified personal trainer. Create a {userPreferences.DaysPerWeek} days per week gym workout routine for a {userPreferences.Level} experience level. Their main goal is to {goalText}, and they have a {userPreferences.Level.ToString().ToLower()} experience level. They prefer these training methods: {userPreferences.TrainingMethods}. The client has approximately {userPreferences.TimeToTrainMinutes} minutes available to train each day.

    Present the routine organized by day. For each day, provide a concise title indicating the muscle groups worked. Then, list the exercises for each day. At the end of each day, include recommended rest periods between sets in a brief sentence.

    Use simple, clear, and motivating language, avoiding technical jargon. Structure the routine to be easy to read and follow.

    Respond fully in {userPreferences.Language}.
    ";
}
```