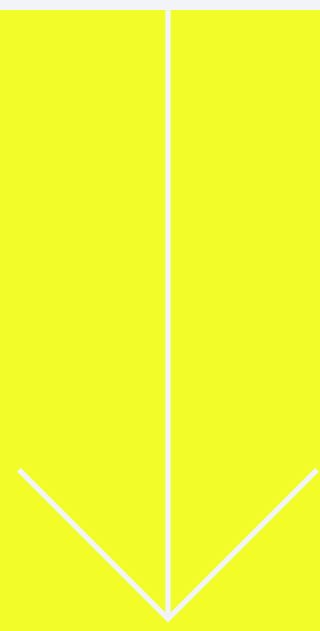


CONOCE MI
plataforma



MÁS QUE **DAR PLAY**
ES UNA PLATAFORMA
DE ORGANIZACIÓN Y
APRENDIZAJE SOBRE
ENTRENAMIENTO.

¡NUNCA FUÉ TAN FÁCIL!

D

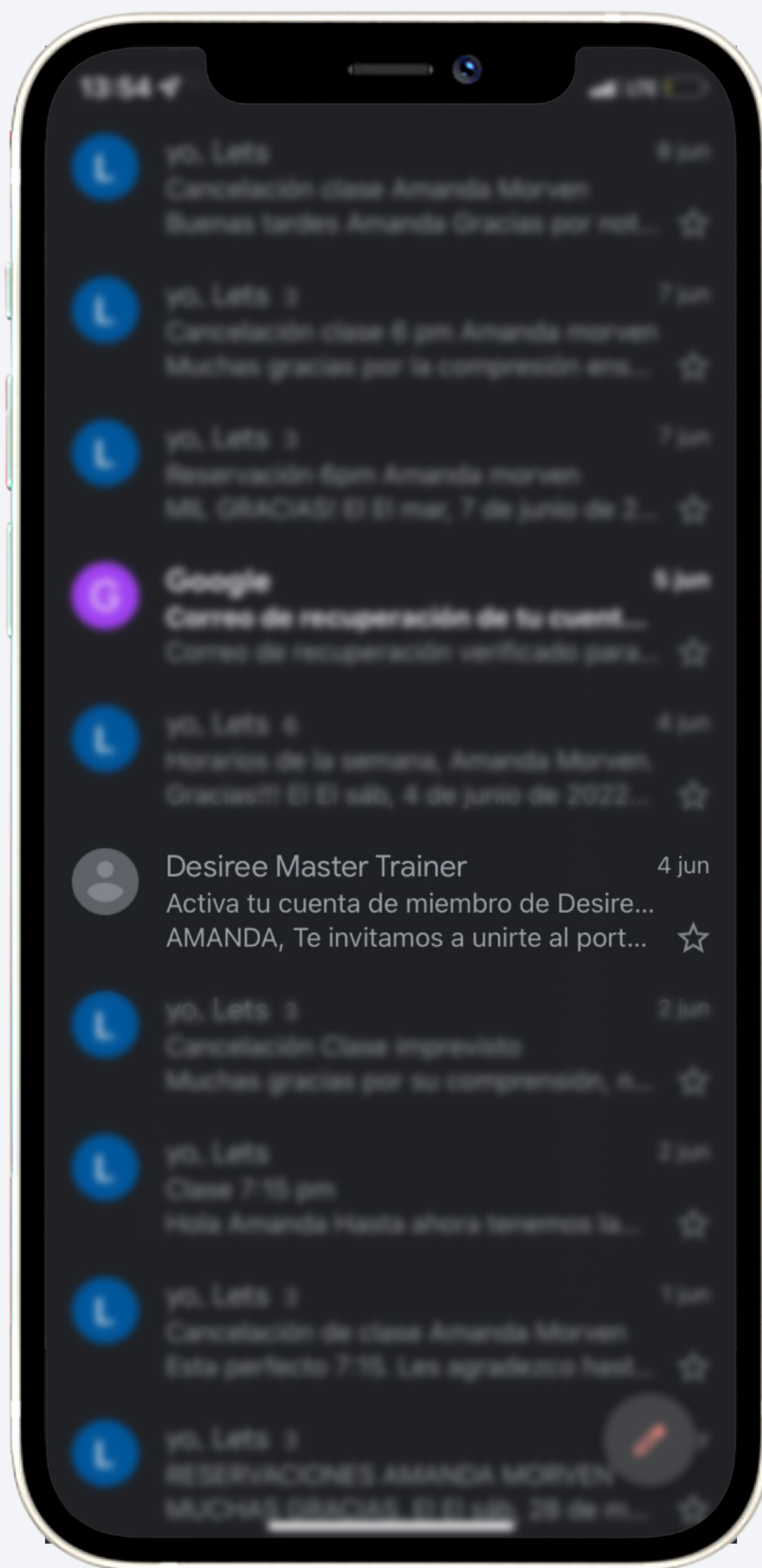
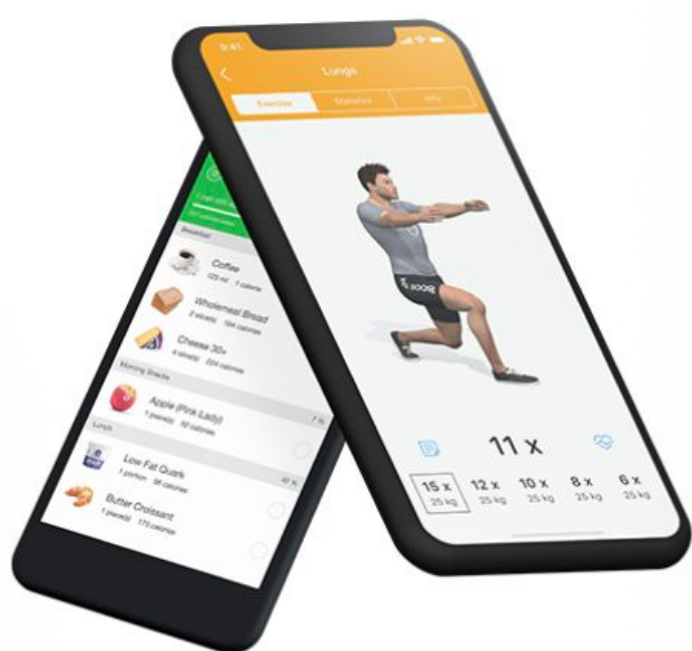
PASOS PARA ACCEDER

PASO 1

TE LLEGARÁ UN MAIL DE INVITACIÓN A MI PLATAFORMA, TENDRÁS QUE DARLE CLICK AL LINK QUE VIENE EN EL Y TE LLEVARÁ A LA DESCARGA DE LA APLICACIÓN.

Descarga nuestra aplicación para tu teléfono móvil

Descarga una de nuestras aplicaciones móviles para Android o iOS con los botones de abajo. Simplemente inicia sesión en la aplicación y comienza una vida más saludable y en forma.



PASO 2

AL DARLE CLICK AL LINK TE APARECERÁ ESTE ANUNCIO PARA DESCARGAR MI APLICACIÓN EN LA APP STORE O GOOGLE PLAY.

PASO 3

DESCARGA LA
APLICACIÓN
VIRTUAGYM.



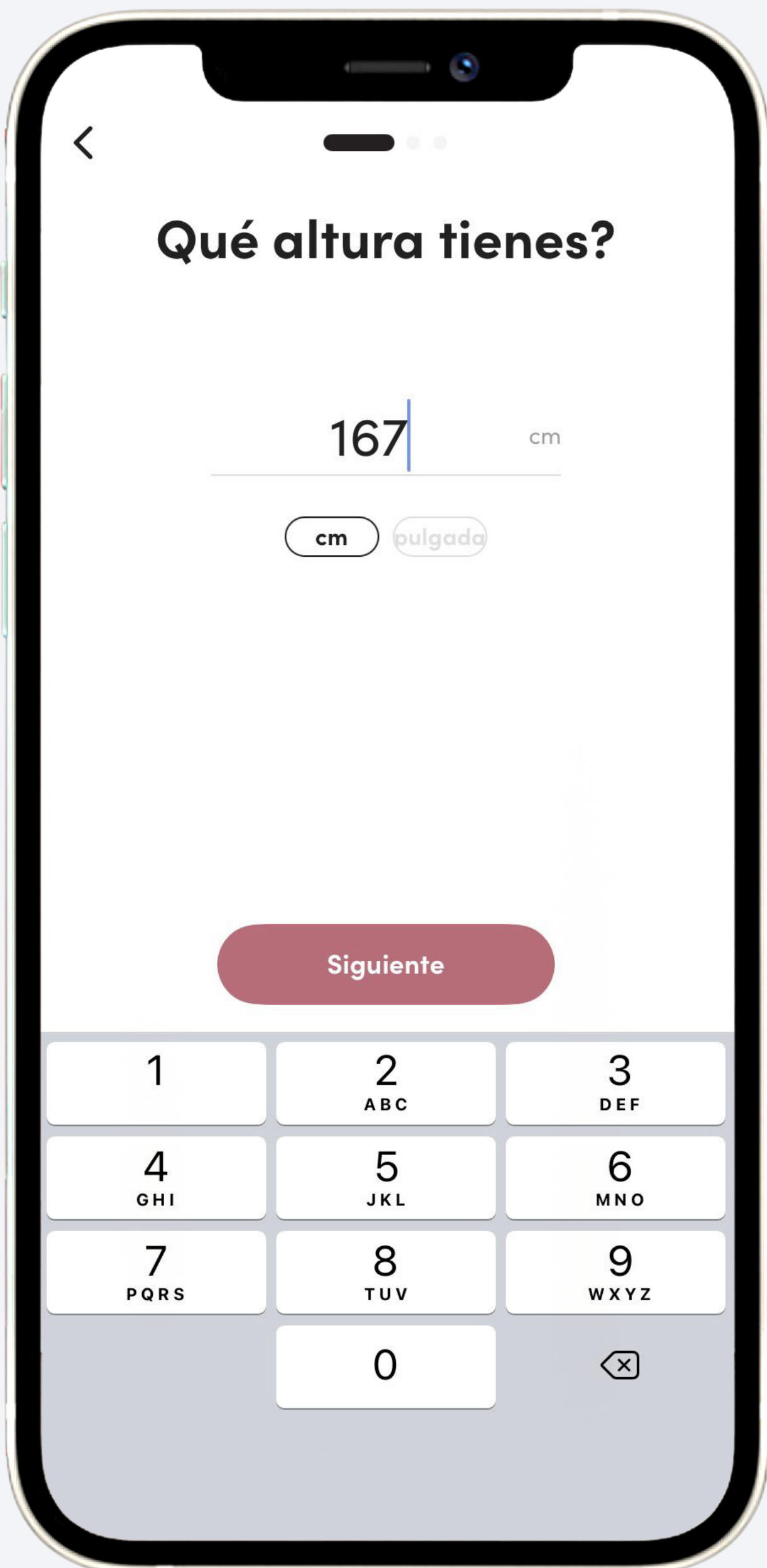
PASO 4

COMPLETA TU
REGISTRO CON TU
CONTRASEÑA



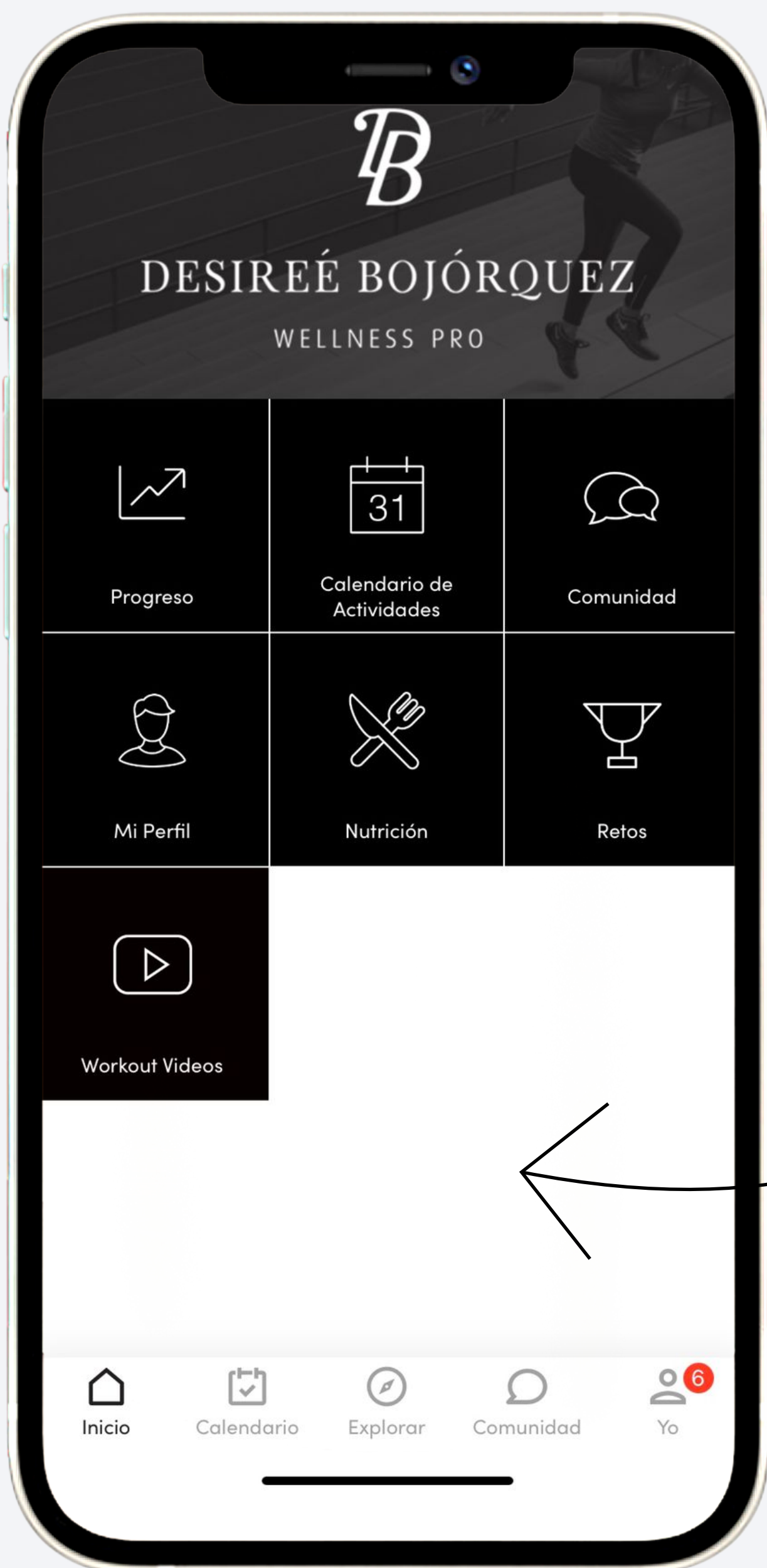
PASO 5

UNA VEZ COMPLETADO EL REGISTRO DE MANERA EXITOSA TENDRÁS QUE PERSONALIZAR LA APLICACIÓN.

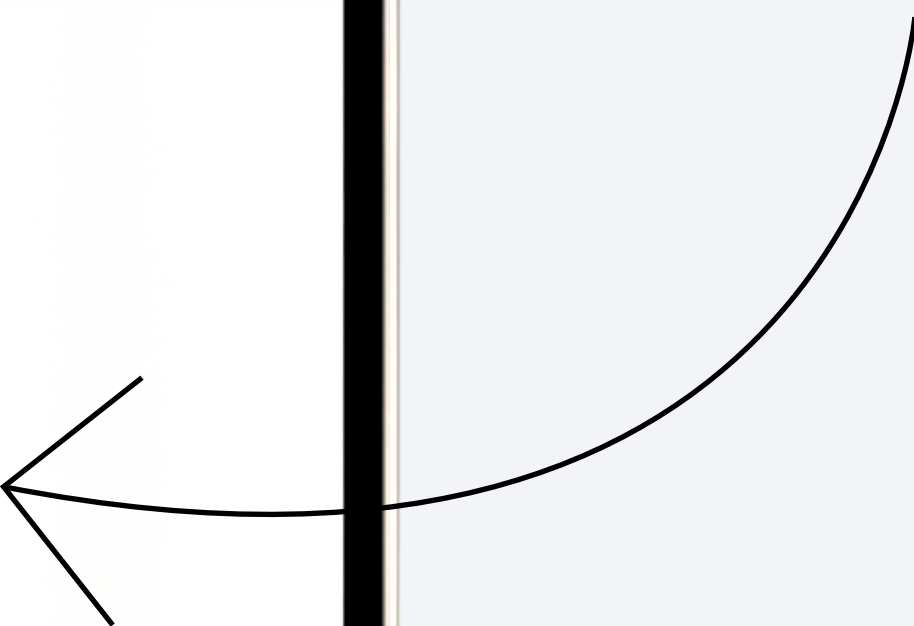


PASO 6

ELIGE AL ENTRENADOR DE TU PREFERENCIA.



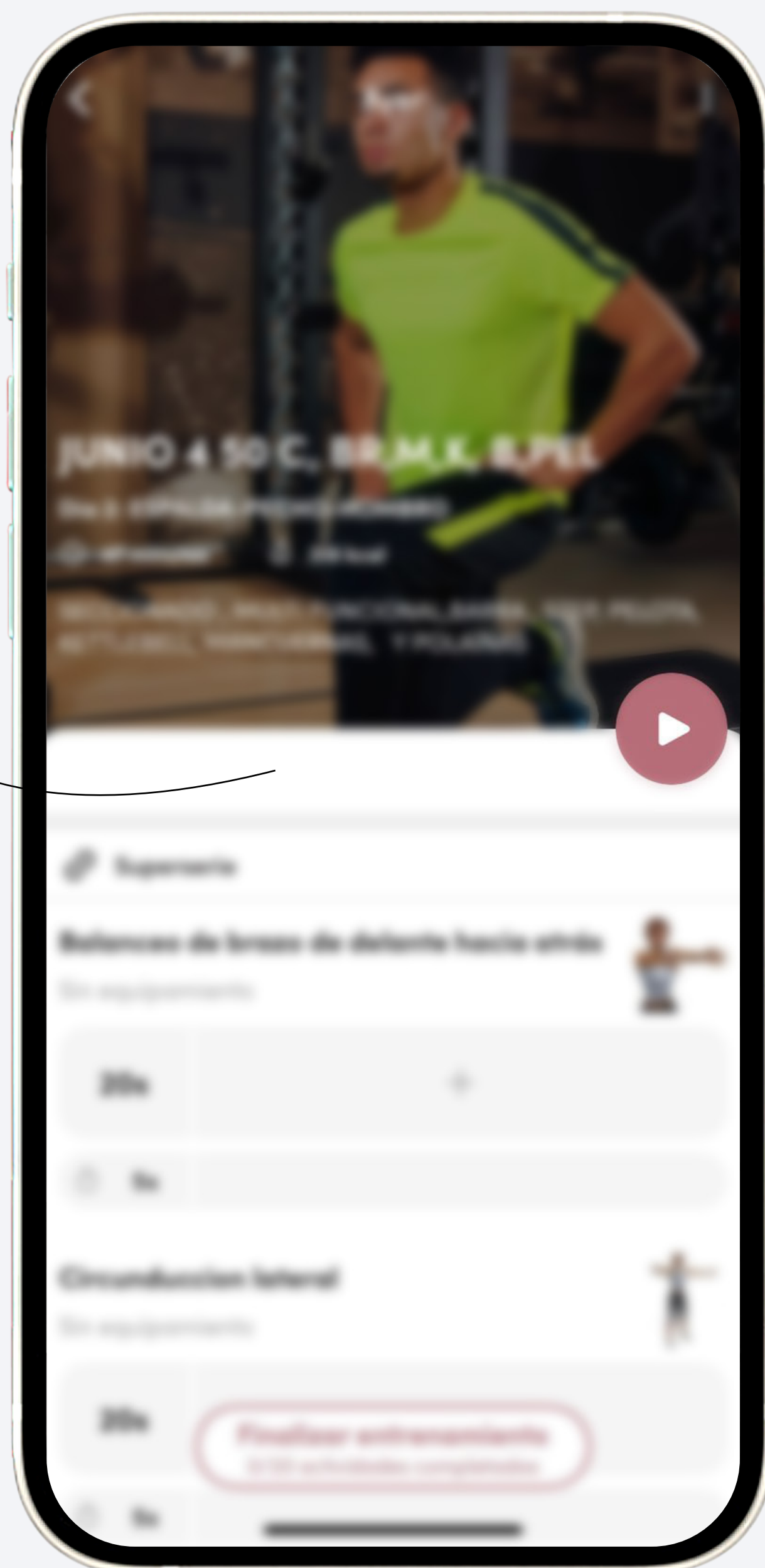
ACCESO A MI
PLATAFORMA



DENTRO DE LA APP

PASO 1

PARA INICIAR CON TU
RUTINA TENDRÁS QUE
SELECCIONAR PLAY.



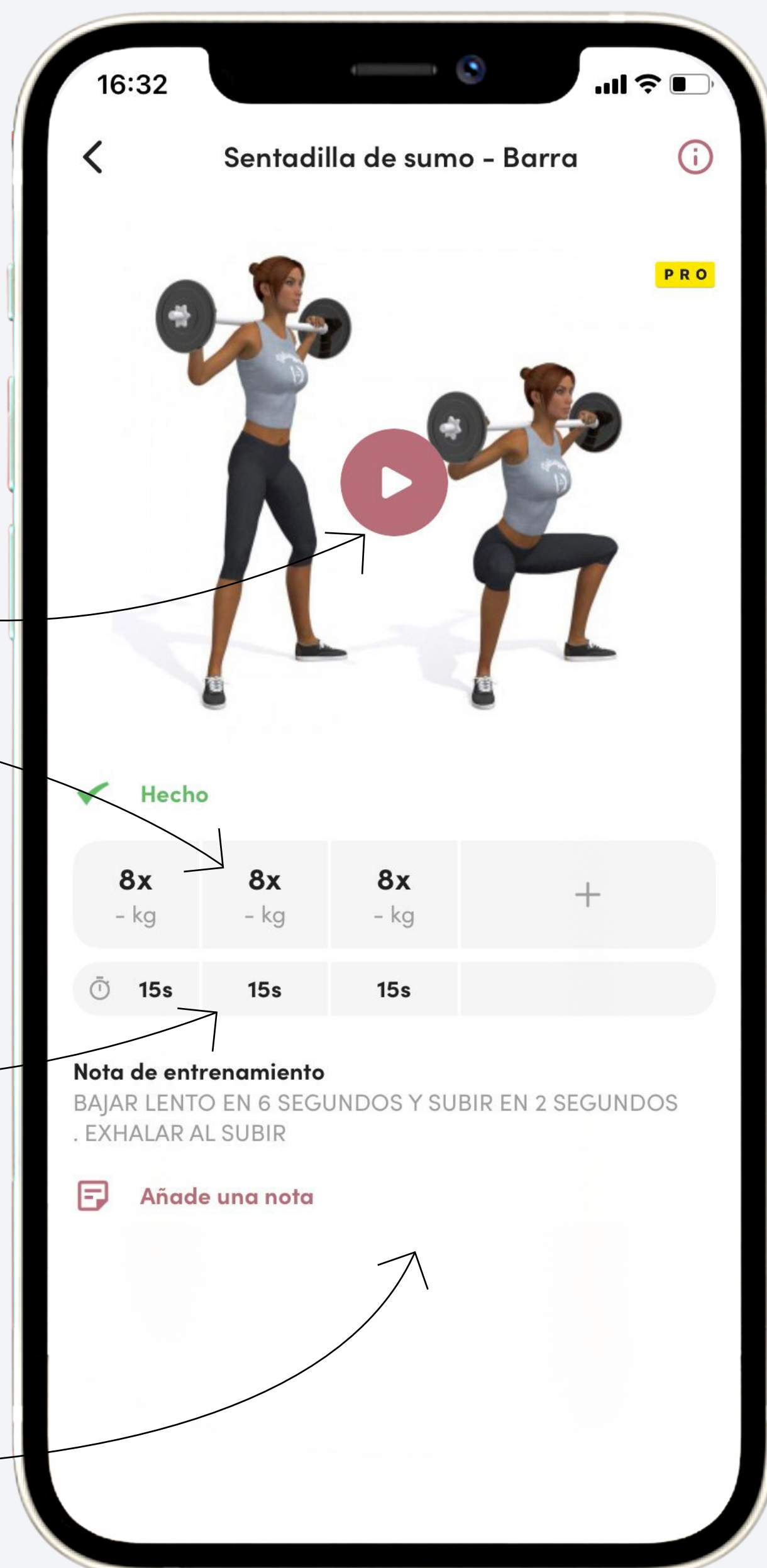
MODO DE USO

ASÍ LUCE EL EJERCICIO EN SU INICIO Y FIN Y LO PODRÁS VER EN MOVIMIENTO

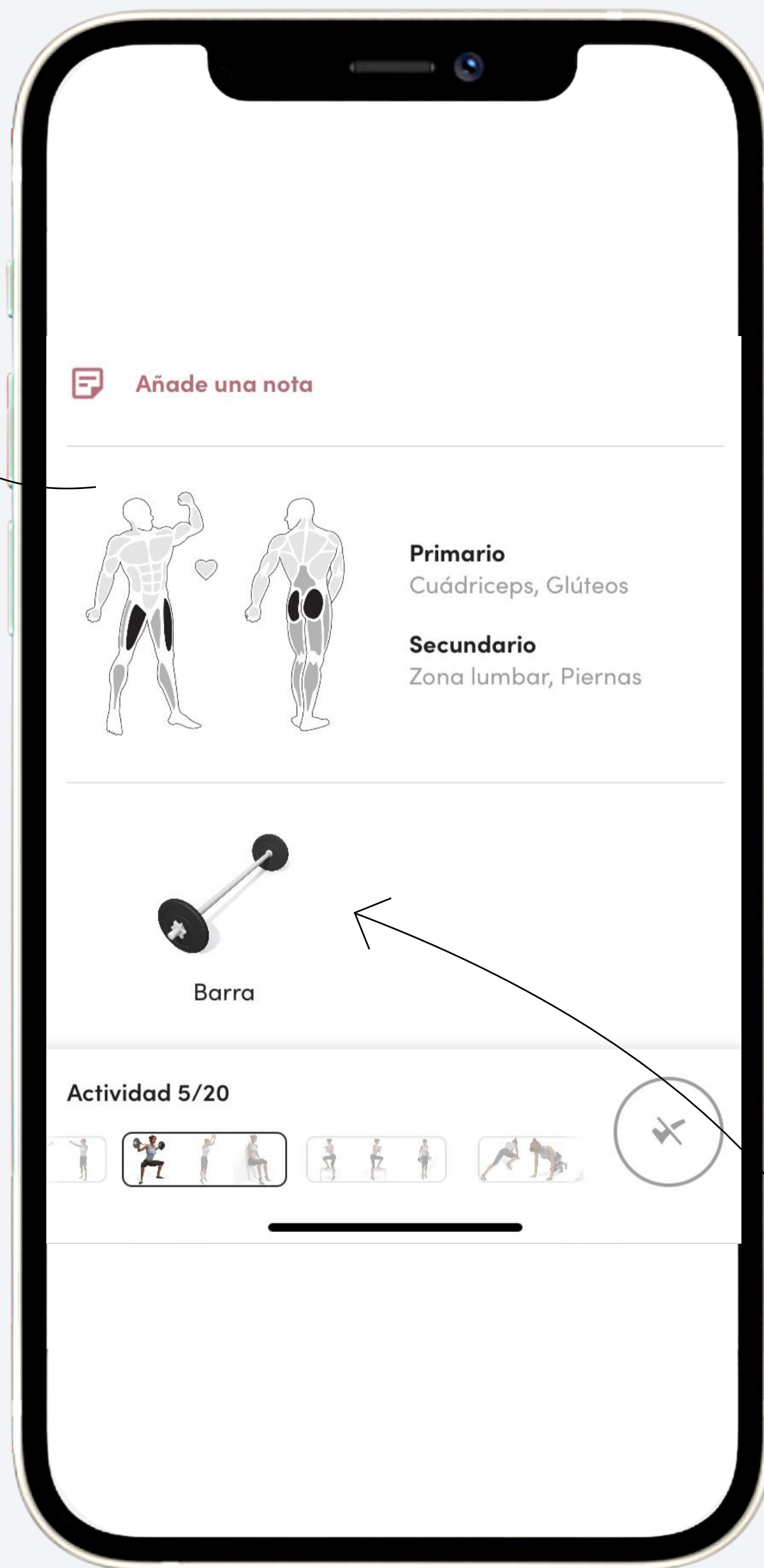
REPETICIONES Y SERIES MODIFICABLES

TIEMPO DE DESCANSO MODIFICABLE

NOTAS ESPECIALES EN TÉCNICA DE RESPIRACIÓN Y TÉCNICAS DE CONTEO



LA APLICACIÓN TE
ENSEÑA QUE MÚSCULO
SE ACTIVA CON CADA
EJERCICIO PARA
MEJORAR TU CONEXIÓN
NEUROMUSCULAR



EN ESTA PARTE PODRÁS
OBSERVAR QUE EQUIPO
REQUIERES PARA EL
EJERCICIO QUE ESTAS
REALIZANDO

*Bienvenida
al equipo online*

B

DESIREÉ BOJÓRQUEZ

WELLNESS PRO