

SmartCoach: Aplicación Móvil para el Entrenamiento Físico Personalizado

Documento de Referencias de imágenes

Autores

Johanna Lisette Bolívar Calderón
Ingeniería Sistemas
bolivarjo@javeriana.edu.co

Maria Kamila Obregón Ortega
Ingeniería Sistemas
m-obregon@javeriana.edu.co

Director

Ing. Víctor Hugo Vela Pinzón, MBIT, MBA.
v.vela@javeriana.edu.co



PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA
FACULTAD DE INGENIERIA
DEPARTAMENTO DE INGENIERÍA DE SISTEMAS
BOGOTÁ, D.C. 2023

Introducción

En este documento, se presenta un registro detallado de las imágenes utilizadas en las diversas funcionalidades relacionadas con los ejercicios de las rutinas en nuestra aplicación. El propósito fundamental de esta referencia de imágenes es otorgar los créditos correspondientes a cada recurso visual empleado para la versión presentada de *SmartCoach*.

Reconocer y atribuir adecuadamente las imágenes contribuye a valorar el trabajo de los creadores y promueve la transparencia en el uso de contenido gráfico en nuestras funcionalidades, fortaleciendo así la integridad y la ética en el desarrollo de la aplicación.

Ejercicios

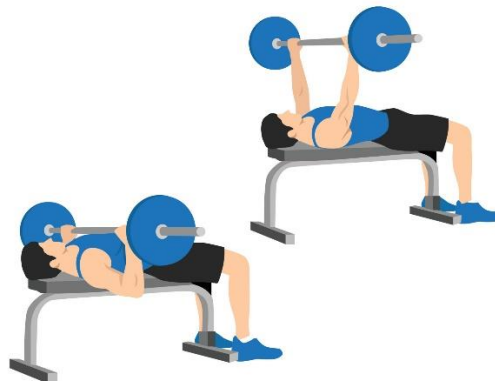
Sentadillas con peso

[1]



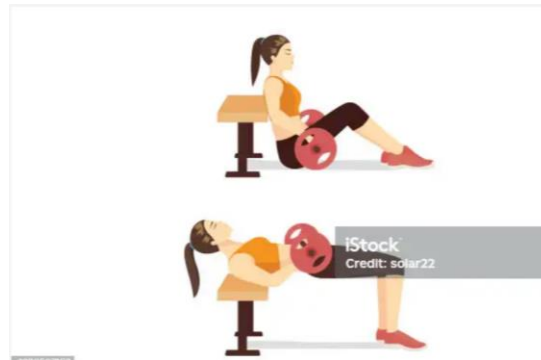
Press de banca con peso

[2]



Puentes de glúteos con peso

[3]



Crunches abdominales con peso

[4]



Sentadillas - no equipo

[5]



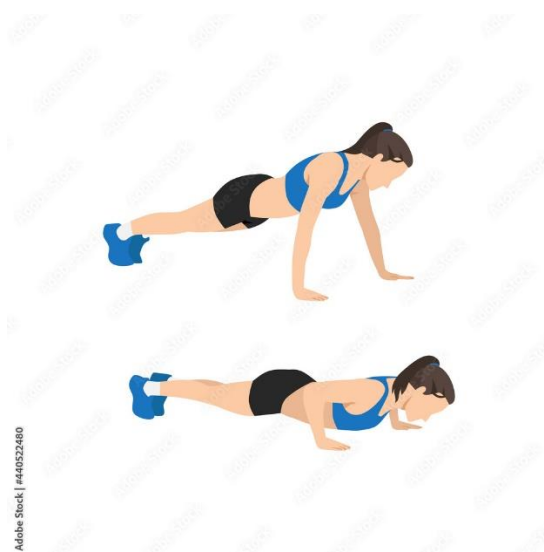
Lunges o zancadas - no equipo
[6]



Wall Sit - no equipo
[7]



Push-ups o flexiones - no equipo
[8]



Flexiones inclinadas - no equipo

[9]



Flexiones declinadas - no equipo

[10]



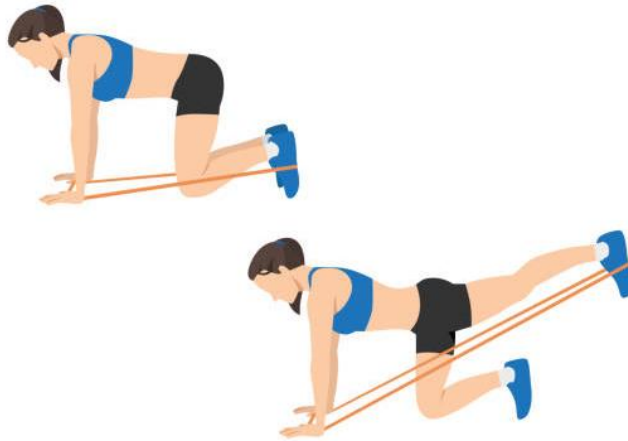
Glute Bridge - no equipo

[11]



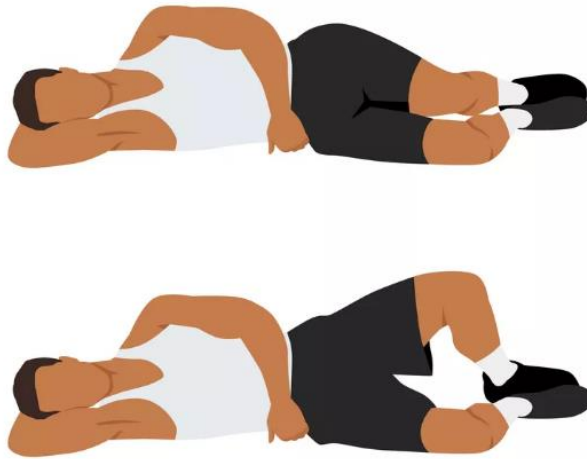
Donkey Kicks - no equipo

[12]



Clamshells - no equipo

[13]

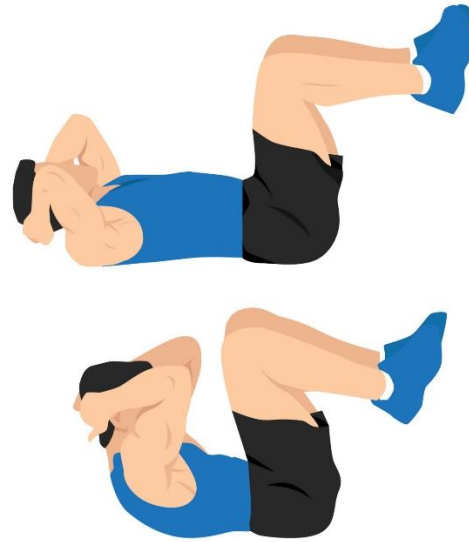


Plank o plancha - no equipo

[14]



Crunches - no equipo
[15]



Leg Raises - no equipo
[16]



Equipos

Barra olímpica
[17]



Banco de pesas
[18]



Barra con pesas
[17]



Esterilla o colchoneta
[19]



Gimnasios

Imagen de gimnasio de Oscar Mejia (admi test)

[19]



Referencias

- [1] “Mujer haciendo sentadillas con ejercicio de barra. ilustración de vector plano aislado sobre fondo blanco”. 123RF. Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: https://es.123rf.com/photo_173696953_mujer-haciendo-sentadillas-con-ejercicio-de-barra-ilustración-de-vector-plano-aislado-sobre-fondo.html
- [2] Vecteezy. "Man Doing Barbell Bench Press Chest Press Flat Illustration Isolated on White Background" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: <https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/008/572/972/original/man-doing-barbell-bench-press-chest-press-flat-illustration-isolated-on-white-background-vector.jpg>
- [3] “iStock”. iStock. Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: <https://www.istockphoto.com/es/vector/mujer-deportiva-haciendo-hip-thrust-with-a-barbell-and-bench-en-2-pasos-gm1328507152-412539480>
- [4] “Mujer haciendo resistencia. ejercicio de abdominales con peso. ilustración de vector plano aislado sobre fondo blanco. conjunto de caracteres de entrenamiento”. 123RF. Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: https://es.123rf.com/photo_179583727_mujer-haciendo-resistencia-ejercicio-de-abdominales-con-peso-ilustración-de-vector-plano-aislado.html
- [5] Vecteezy. "Woman Doing Bodyweight Squat Exercise Flat Vector Illustration Isolated On White Background" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/008/635/575/non_2x/woman-doing-bodyweight-squats-exercise-flat-illustration-isolated-on-white-background-vector.jpg
- [6] Vecteezy. "Woman Doing Front and Back Lunges Exercise Flat Vector Illustration Isolated on White Background" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: https://media.istockphoto.com/id/1408277703/vector/woman-doing-front-and-back-lunges-exercise-flat-vector-illustration-isolated-on-white.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=CeJOpfe_rM8u12_5hFxnaj2ZgfXTZzbhPWSdVCEIWI
≡
- [7] Vecteezy. "Woman Doing Wall Sit Exercise Flat Vector Illustration Isolated on White Background" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: <https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/007/341/701/original/woman-doing-wall-sit-exercise-flat-illustration-isolated-on-white-background-free-vector.jpg>
- [8] Vecteezy. "Woman Doing Wall Sit Exercise Flat Vector Illustration Isolated on White Background" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: https://as1.ftcdn.net/v2/jpg/04/40/52/24/1000_F_440522480_fmjKismuoIo6WPUGAILjL9IOCy9VKV5.jpg
- [9] “Mujer haciendo ejercicio de flexiones inclinadas. ilustración de vector plano aislado sobre fondo blanco”. 123RF. Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: https://es.123rf.com/photo_169820344_mujer-haciendo-ejercicio-de-flexiones-inclinadas-ilustración-de-vector-plano-aislado-sobre-fondo.html
- [10] “Mujer haciendo ejercicios de flexiones de declive ilustración vectorial plana aislada en fondo blanco”. 123RF. Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: https://es.123rf.com/photo_179184826_mujer-haciendo-ejercicios-de-flexiones-de-declive-ilustración-vectorial-plana-aislada-en-fondo.html
- [11] 123RF. "Mujer Haciendo Levantamientos de Cadera (Levantamiento de Glúteos) - Ilustración" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: <https://us.123rf.com/450wm/lioputra/lioputra2112/lioputra211200344/179185012-mujer-haciendo-levantamientos-de-cadera-levantamiento-de-gl%C3%BAteos-los-puentes-ejercen-ilustraci%C3%B3n.jpg?ver=6>

- [12] iStock. "Woman Doing Resistance Band Donkey Kicks Exercise Flat Vector Illustration Isolated on White Background" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: <https://media.istockphoto.com/id/1407963471/vector/woman-doing-resistance-band-donkey-kicks-exercise-flat-vector-illustration-isolated-on-white.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=81zDBIJ7RDvw8R90ycePt6N9q3n7lnmRunkmP38V9Wk=>
- [13] "Man doing clamshells clams exercise vector image on VectorStock". VectorStock. Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: <https://www.vectorstock.com/royalty-free-vector/man-doing-clamshells-clams-exercise-vector-44635379>
- [14] Vecteezy. "Woman Doing Plank Pose Phalakasana Exercise Flat Vector Illustration Isolated on White Background" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/006/417/766/non_2x/woman-doing-plank-pose-phalakasana-exercise-flat-illustration-isolated-on-white-background-free-vector.jpg
- [15] Vecteezy. "Man Doing Double Crunches. Abdominals Exercise. Flat Vector Illustration Isolated on White Background" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: <https://static.vecteezy.com/system/resources/previews/008/572/875/original/man-doing-double-crunches-abdominals-exercise-flat-illustration-isolated-on-white-background-vector.jpg>
- [16] "Woman doing lying leg raises lifts exercise vector image on VectorStock". VectorStock. Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: <https://www.vectorstock.com/royalty-free-vector/woman-doing-lying-leg-raises-lifts-exercise-vector-40684950>
- [17] Depositphotos. "Beautiful Realistic Fitness Vector Front" [Imagen]. Accedido el 9 de noviembre de 2023. Disponible en: https://st3.depositphotos.com/6230340/32586/v/450/depositphotos_325863016-stock-illustration-beautiful-realistic-fitness-vector-front.jpg
- [18] Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: https://img.freepik.com/vector-gratis/esterilla-yoga-botella-agua-ilustracion-vectorial-3d-equipo-gimnasio-entrenamiento-fisico-estilo-dibujos-animados-aislado-sobre-fondo-blanco-deporte-hobby-concepto-entrenamiento_778687-1216.jpg?size=338&ext=jpg&ga=GA1.1.1016474677.1696809600&sem=ais
- [19] Accedido el 9 de noviembre de 2023. [Imagen]. Disponible: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/3/36/Gym_Free-weights_Area.jpg/800px-Gym_Free-weights_Area.jpg