

¿Qué ofrece Autentia Real Business Solutions S.L?

Somos su empresa de **Soporte a Desarrollo Informático**.
 Ese apoyo que siempre quiso tener...

1. Desarrollo de componentes y proyectos a medida



2. Auditoría de código y recomendaciones de mejora

3. Arranque de proyectos basados en nuevas tecnologías

1. Definición de frameworks corporativos.
2. Transferencia de conocimiento de nuevas arquitecturas.
3. Soporte al arranque de proyectos.
4. Auditoría preventiva periódica de calidad.
5. Revisión previa a la certificación de proyectos.
6. Extensión de capacidad de equipos de calidad.
7. Identificación de problemas en producción.



4. Cursos de formación (impartidos por desarrolladores en activo)

Spring MVC, JSF-PrimeFaces /RichFaces,
 HTML5, CSS3, JavaScript-jQuery

Gestor portales (Liferay)
 Gestor de contenidos (Alfresco)
 Aplicaciones híbridas

Tareas programadas (Quartz)
 Gestor documental (Alfresco)
 Inversión de control (Spring)

Control de autenticación y
 acceso (Spring Security)
 UDDI
 Web Services
 Rest Services
 Social SSO
 SSO (Cas)

JPA-Hibernate, MyBatis
 Motor de búsqueda empresarial (Solr)
 ETL (Talend)

Dirección de Proyectos Informáticos.
 Metodologías ágiles
 Patrones de diseño
 TDD

BPM (jBPM o Bonita)
 Generación de informes (JasperReport)
 ESB (Open ESB)



E-mail:

Contraseña:

[Deseo registrarme](#)
[He olvidado mis datos de acceso](#)

[Inicio](#) [Quiénes somos](#) [Tutoriales](#) [Formación](#) [Comparador de salarios](#) [Nuestro libro](#) [Charlas](#) [Más](#)

Estás en:
[Inicio](#) » [Tutoriales](#) » [¡¡¡CORRE!!! ¡¡¡Deja el ordenador!!!](#)



DESARROLLADO POR:
[Cristina Fernández Alvario](#)

Licenciada en Arquitectura Superior en la ETSAV (Escuela Técnica Superior de Arquitectura de Valencia) de la UPV.

Master de Diseño Gráfico y Web en ESDIP (Madrid).

Puedes encontrarme en [Autentia](#): Ofrecemos servicios de soporte a desarrollo, factoría y formación

Somos expertos en Java/JEE

El e-mail gratuito que estaba esperando.
Almacenamiento de correo electrónico ilimitado y archivos adjuntos hasta 50MB

[Regístrate ahora](#)

Fecha de publicación del tutorial: 2011-08-25



[Share](#) | [Facebook](#) | [Twitter](#) | [Print](#)

[Regístrate para votar](#) ★★★★★

¡¡¡CORRE!!! ¡¡¡Deja el ordenador!!!

Te veo pálido. ¿Pasas mucho tiempo delante del ordenador? Voy a proponerte una manera divertida y saludable de descansar un rato de estar sentado frente a la pantalla, hacer deporte y pasarlo bien.

Te presento el **endomondo**: Con él podrás registrar las prácticas deportivas que realices, ya sea correr, nadar, patinar, jugar a paddel, al tenis, esquiar, etc... Tenerlas en un calendario personal en el que consultar el deporte que has hecho a la semana, al mes, al año, tendrás estadísticas y listas.

Y a la vez podrás **retar** a tus amigos o a la gente que también use el endomondo en todo el mundo.

Crear desafíos tanto individuales como por equipos. Y hasta mandar mensajes de ánimo (o desánimo) a tus rivales en el mismo momento en el que están realizando su práctica.

Vamos por **pasos**:

1. Regístrate en www.endomondo.com
2. Descárgate el endomondo en tu móvil
3. Rellena tus datos
4. Prácticas
5. Gente
6. Desafíos
7. Eventos y Rutas

1. Regístrate en www.endomondo.com

El primer paso será **registrarte** en www.endomondo.com

Catálogo de servicios
Autentia



Últimas Noticias

- [Pirineos on Tour](#)
- [VII Autentia Cycling Day](#)
- [Autentia patrocina la charla sobre Java SE 7 en Madrid](#)
- [Alfresco Day 2011](#)
- [XVII Charla Autentia - Grails - Vídeos y Material](#)

[Histórico de NOTICIAS](#)

Últimos Tutoriales

- [Monitorizando estado de servidores JEE con Nagios y JMX4Perl](#)
- [Inyección de una lista de servicios en Spring](#)
- [Construcción personalizada de objetos JSON en cliente \(JavaScript\)](#)
- [Monitorizando equipos y servicios con Nagios + NagiosQL + PNP4Nagios](#)
- [Cómo implementar un datatable editable con el soporte de primefaces](#)

Últimos Tutoriales del

RASTREA PRÁCTICAS RIVALIZA CON AMIGOS ANALIZA TU PROGRESO

Endomondo convierte tu móvil en una herramienta para rastrear tus prácticas. Es divertido, es social y es motivante.

REGÍSTRATE
ES GRATIS

DESAFÍOS

Get it at  BlackBerry App World

Calorie Challenge by BlackBerry
Tipo: Máx calorías, Todos los deportes
Duración: 31/07/11 - 31/08/11
Premio: A BlackBerry Torch smartphone

UNIRSE

NOVEDADES

Ahora
 Jenniffer Muñoz Pascual está andando en bicicleta de montaña. Ha rastreado 10.61 km en 51m:53s.

Ahora
 Sean Streat está corriendo. Ha rastreado 7.25 km en 33m:29s.

Ahora
 Luis Pinacho está caminando. Ha rastreado 11.71 km

Para ello sólo tendrás que introducir tu email, nombre y contraseña, o también puedes registrarte a través de tu cuenta de facebook.

REGÍSTRATE EN ENDOMONDO

 [Regístrate con Facebook](#)

O entra los siguientes datos:

Email

Contraseña

Nombre Completo

Acepto [Términos & Condiciones](#)

REGÍSTRATE

Una vez le des al botón "Regístrate" recibirás en tu correo un email de activación de la cuenta:

Tu cuenta no ha sido confirmada aún. Haz click en el link que has recibido en criferal2@hotmail.com ([Configuración de email](#))

INICIO PRÁCTICAS GENTE DESAFÍOS EVENTOS RUTAS TIENDA

ENCONTRAR AMIGOS

Vamos a buscar tus amigos que ya tienen cuenta en Endomondo!

 [Encontrar Amigos de Facebook](#)

OMITIR

Tendrás que ir a tu correo y confirmar la cuenta:

CONFIRMACIÓN DE CUENTA

Gracias por confirmar tu cuenta

OK

2. Descárgate el endomondo en tu móvil

El segundo paso será descargarte la aplicación del endomondo en tu móvil:

Autor

 Parte 1.
Aprendiendo HTML para crear una página web

 Cómo retocar una foto con Adobe Photoshop

Síguenos a través

Últimas ofertas de ejemplo

2011-07-06
 Otras Sin catalogar - LUGO.

2011-06-20
 Comercial - Ventas - SEVILLA.

2011-05-24
 Contabilidad - Expesialista Contable - BARCELONA.

2011-05-14
 Comercial - Ventas - TARRAGONA.

2011-04-13
 Comercial - Ventas - VALENCIA.

DESCARGA ENDOMONDO PARA TU IPHONE

Cuál es el sistema operativo de tu teléfono? ✕



O [escooge de la lista de teléfonos.](#)

El número de teléfono al que enviar enlace:

+34

por ejemplo +34 555 0100

Una vez hayas enviado la solicitud de descarga (gratuita) recibirás en tu móvil un sms con los pasos para descargarte en unos segundos la aplicación y poder empezar a usarla.

DESCARGA ENDOMONDO PARA TU IPHONE

El enlace de descarga ha sido enviado e tu teléfono. ✕
Pronto deberías recibir el mensaje.

3. Rellena tus datos

Podrás rellenar tus datos personales, nombre y foto, medidas del cuerpo, edad y sexo, que servirán para poder comparar tus resultados con los de otras personas similares a ti.

NOMBRE Y FOTO

Entra tu nombre y sube tu foto para que tus amigos puedan encontrarte facilmente en Endomondo. ✕



Nombre:

Primer apellido:

Apellido:

MEDIDAS DEL CUERPO

Entra tu peso y altura para que podamos estimar cuántas calorías quemas durante cada práctica. ✕

Peso: kg

Altura: cm

Puedes controlar quen ve esta información, sólo ve a [Configuración Privacidad.](#)

EDAD Y SEXO

Entra tu edad y sexo si quieres comparar tus resultados con los de la gente parecida a ti. ✕

Fecha de nacimiento:

Sexo:  Masculino  Femenino

4. Prácticas

Para crear una práctica usando tu móvil con dicha aplicación, sólo tendrás que activar en tu teléfono el endomondo y seleccionar el deporte que vas a realizar. En este caso, pondremos como ejemplo que vamos a salir a CORRER.

NOTA: tendrás que tener el GPS activado en tu móvil.

Una vez hayas activado la aplicación, ésta te irá calculando por GPS la ruta que vas haciendo, el tiempo en cada km, la velocidad, y las calorías quemadas. Además podrás recibir mensajes de ánimo (o desánimo) que alguien te envíe desde la propia página del endomondo.

En la página de inicio, cuando estés realizando una práctica, o cuando la esté realizando alguno de tus amigos del endomondo podrás ver:

ACTUALIDADES

Enseñar prácticas de: Amigos

 *Ahora*
Cristina Correcaminos Fernández está corriendo.
[Palabras de ánimo](#) [Comentar](#)

Y tener la posibilidad de enviar palabras de ánimo y/o comentar la práctica:

PALABRAS DE ÁNIMO CRISTINA

El texto que escribes va a ser convertido en mensaje de voz y reproducido en teléfono de tu amigo a través de cáscos o altavoz.

Escribe el mensaje en inglés. Tiene que ser corto y simple para que sea entendible.

go go go!!!

ENVIAR

Una vez realizada la práctica se verá:

ACTUALIDADES

Enseñar prácticas de: Amigos

 *Hace un minuto*
Cristina Correcaminos Fernández estuvo corriendo.
[Comentar](#)

Podrás ver en el plano, la situación en tiempo real de dónde se encuentra dicha persona mientras realiza la práctica, clickando en el link "corriendo". O dónde la ha realizado una vez finalizada esta.

Existen **VARIAS** posibilidades de **subir una práctica** a la web del endomondo:

1. Desde el móvil con la propia aplicación del endomondo, en cuanto terminas la práctica se sube automáticamente.
2. Puede que no tengas un móvil en el que usar la aplicación, o que uses otra aplicación similar a esta en tu móvil. Entonces podrás:

SELECCIONA FUENTE DE LA SÚBIDA.

 **Importar desde Garmin**
Usa esta opción si tienes un dispositivo Garmin conectado a tu ordenador y quieres subir prácticas desde éste.

 **Importar desde archivo**
Usa esta opción si tienes prácticas definidas en archivos .gpx o .tcx por ejemplo, si fueron exportados a un archivo desde otro dispositivo.

Así como:



Nuevo entrenamiento sin ruta

Usa esta opción si la práctica no tiene una ruta, por ejemplo si entrenaste en un gimnasio o si simplemente no te quieres molestar eligiendo una ruta para tu práctica.



Selecciona ruta para la nueva práctica

Usa esta opción si quieres seleccionar una ruta ya existente para la práctica.

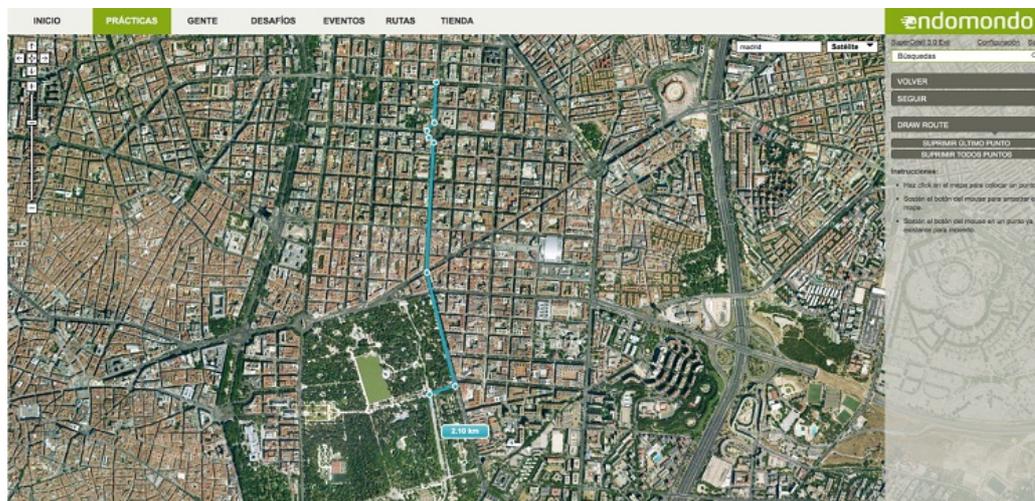


Dibujar ruta para nueva práctica

Usa esta opción si quieres dibujar la ruta para la práctica.

El tercer caso, sería para aquellos que **no tenemos** un móvil con GPS y no podemos usar el endomondo en el móvil, la manera de proceder sería, dibujar la práctica "a mano", y conocer el tiempo que has tardado en realizarla, para rellenar los datos que te pide y así te calculará el tiempo medio en que has hecho cada km.

La **desventaja** de esto es que no podrás recibir los mensajes de ánimo, que nadie podrá ver en tiempo real cuándo estás corriendo, si no que tendrás que dibujar la ruta una vez hayas vuelto y desde el ordenador, y tampoco te dirá las calorías consumidas.



5. Gente

Puedes añadir gente que también esté registrada en el endomondo y tenerla como amigos, así como crear equipos para luego crear desafíos:



6. Desafíos

Puedes CREAR UN DESAFÍO o UNIRTE A UN DESAFÍO:

Puede ser tanto individual como por equipos, aquí podrás poner el inicio y el fin del desafío, el nombre, el objetivo, el tipo de deporte, el premio o sanción la descripción y añadir una imagen para dicho desafío.

CREAR DESAFÍO



Acceso Gente Equipos

Inicio 17 [Añade fecha terminal](#)

Nombre

Cuál es tu objetivo?

Premio?

Descripción

[Añade criterios de selección de país y sexo](#)

Todos pueden ver y juntarse (desafío público)

Una vez el desafío está en curso, en este caso, uno individual, se verá:

DESAFÍO: Corriendo a 40°C
 Máx km, Correr

Termina: 30/08/11

1	Carlos	<div style="background-color: #ccc; height: 10px; width: 100%;"></div>	113.53 km
3	Tú	<div style="background-color: #76b82a; height: 10px; width: 65.75%;"></div>	65.75 km

Y entrando en él, podrás ver la clasificación de todos los participantes del desafío:



DESAFÍO: Corriendo a 40°C



Tipo: Máx km (Correr) **Comienzo:** 12-jul-2011 0:00

Premio: Un SUPER HELADO EN llao llao!!! **Fin:** 31-ago-2011 0:00

Total: 380 km

1		Carlos García	<div style="background-color: #ccc; height: 10px; width: 100%;"></div>	113.53 km	Excluir
2		Raúl .	<div style="background-color: #ccc; height: 10px; width: 100%;"></div>	104.83 km	Excluir
3		Tú	<div style="background-color: #76b82a; height: 10px; width: 65.75%;"></div>	65.75 km	
4		Alvaro Cuesta Viñolo	<div style="background-color: #ccc; height: 10px; width: 100%;"></div>	48.84 km	Excluir
5		Iván García	<div style="background-color: #ccc; height: 10px; width: 100%;"></div>	25.54 km	Excluir
6		Juan Alonso	<div style="background-color: #ccc; height: 10px; width: 100%;"></div>	21.89 km	Excluir

La otra opción es crear un desafío por equipos, podrás retar a otras empresas, grupos de amigos, rivales, etc. Así como participar en desafíos ya creados por cualquier persona del mundo:

DESAFÍO ENTRE EQUIPOS Máx km (Correr)



Añade tus equipos
Usa esta opción para añadir al desafío equipos a los que perteneces.



Busca equipos para invitar
Usa esta opción para añadir al desafío equipos que ya existen.

OMITIR

DESAFÍO ENTRE EQUIPOS Máx km (Correr)

AÑADE EQUIPOS DE LOS QUE FORMAS PARTE

 Autentia

OMITIR **AÑADIR**

DESAFÍO: Máx km (Correr)



Invita contactos email
Usa esta opción para invitar amigos por email.

OMITIR

7. Eventos y Rutas

Los eventos podemos verlos en un calendario, como actividades deportivas en las que podrás participar.

CALENDARIO

Enseñar: Todos los deportes España

« JULIO 2011		AGOSTO 2011			SEPTIEMBRE 2011 »	
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo
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	31	1	2	3	4

Por último, podremos ver las rutas existentes, tanto de carreras "oficiales" como personales:

INICIO PRÁCTICAS GENTE DESAFÍOS EVENTOS **RUTAS** TIENDA



endomondo
Cristina Correcaminos Fer Configuración Salir

Introduce lugar que buscas: Satélite

Búsquedas

DIBUJAR RUTA

BUSCAR RUTAS

Deporte: Todos

Tipo: Todos

Distancia: 0 km A 1000 km

Instrucciones

- Usa el criterio de búsqueda mencionado para filtrar las rutas mostradas en el mapa.
- El número en un marcador te indica cuántas rutas hay en esa zona.
- Haz click en un marcador para ampliar y visualizar las rutas en esa zona.

Os animo a que salgáis a CORRER y a que, NOS RETÉIS!!! Si os atrevéis... :-P ¡¡Búscanos!!

EQUIPOS



Autentia Team
Correr
Abierto para solicitudes

[Editar](#)
[Suprimir](#)

¡¡¡OS ESPERAMOS!!!

Anímate y coméntanos lo que pienses sobre este **TUTORIAL**:

Puedes opinar o comentar cualquier sugerencia que quieras comunicarnos sobre este tutorial; con tu ayuda, podemos ofrecerte un mejor servicio.

[Enviar comentario](#)

(Sólo para usuarios registrados)

» **Regístrate** y accede a esta y otras ventajas «

COMENTARIOS



Esta obra está licenciada bajo [licencia Creative Commons de Reconocimiento-No comercial-Sin obras derivadas](#)

2.5

Copyright 2003-2011 © All Rights Reserved | [Texto legal y condiciones de uso](#) | [Banners](#) | [Powered by](#)

[Autentia](#) | [Contacto](#)

[W3C XHTML 1.0](#) [W3C CSS](#) [XML RSS](#) [XML ATOM](#)