

# Manual

easy Sports-Organizer 2.0

Ejercicios

Sesión de  
entrenamiento

Temporada

# IMPRESION



[--> zur Webseite](#)

## easy Sports-Organizer 2.0

### Producción:

Peter Schreiner, Dr. Marion Becker-Richter

### Textos:

Dr. Marion Becker-Richter

### Programación:

Stefan Becker

### Gráficos:

Nils Huber

### Screenshots:

Julia Richter

© 2010 **easy Sports-Software C.B.**, España

Este manual y todo su contenido es para tu propio uso non-comercial.



# CONTENIDO

## 0 Estos informaciones podrían ser interesantes

- 0.1 Puedo introducirme: Soy tu asistente personal..... 4
- 0.2 Instalame ..... 5
- 0.3 Upgrademe ..... 7
- 0.4 El secreto de mi exito ..... 8

## 1 Ejercicios ..... 10

- 1.1 crear ..... 10
- 1.2 buscar ..... 11
- 1.3 editar ..... 12
- 1.4 borrar ..... 12
- 1.5 imprimir ..... 13
- 1.6 importar colecciones de ejercicios ..... 14

## 2 Sesiones de entrenamiento ..... 15

- 2.1 crear ..... 15
- 2.2 buscar ..... 18
- 2.3 editar ..... 19
- 2.4 borrar ..... 19
- 2.5 imprimir ..... 19

## 3 Der Saisonplan ..... 20

- 3.1 So tragen Sie eine Trainingseinheit ein ..... 21
- 3.2 So löschen Sie eine Trainingseinheit ..... 22
- 3.3 Was steht noch mal in der Trainingseinheit drin? ..... 22
- 3.4 So notieren Sie einen Spieltermin ..... 23
- 3.5 So löschen Sie einen Spieltermin ..... 23
- 3.6 So tragen Sie eine Notiz ein ..... 23
- 3.7 So löschen Sie eine Notiz ..... 23

## 4 Guarde tus datos ..... 24

- 4.1 es más fácil que pienses ..... 24
- 4.2 recuperar tus datos es fácil también ..... 24
- 4.3 tu programa en el Centro de Soporte ..... 25



## Puedo introducirme ...

Muchas gracias por elejirme cómo tu asistente personal. Ha sido muy buena idea. Soy inteligente y puedo ayudarte mucho en tu trabajo de entrenador. Y vengo de un huevo. Voy a explicartelo más tarde.



## Mi nombre es ...

Sports-Organizer, easy Sports-Organzier.

## Entiendo ...

ejercicio, sesión de entrenamiento y temporada. Tres palabras solo, pero en estas soy maestro.

## Todo sobre mi ...

Soy lo más bueno Sports-Organizer que puedes comprar. Me manejas con tu ratón. Simplemente cliques en todos los botónes - ya vas a ver ... Es muy fácil de manejar. De verdad, no necesitas este manual. Solamente lo hay porque la gente quiere saber que lo hay.

## Cuándo tienes un problema una vez ...

el Centro de Soporte te ayudara. No hablamos el mejor español, pero somos el centro de soporte lo más amable del mundo.

[www.support.easy-sports-software.com](http://www.support.easy-sports-software.com)



¡Me alegro que trabajemos juntos!

P.S.: Estoy algo aparecido a un pájaro: Doy alas a tus ideas y vengo - como he decía antes - de un huevo ...

# Instalame

## Si no tienes ni idea cómo instalar un programa

1. El huevo de que vengo está redondo y lleva tres puntos. Te está esperando en el web.
2. Para cogermelo simplemente cliques sobre el link en el correo electrónico que te han mandado mis padres.
3. Si me has cojido tiene aspecto como el símbolo redondo a la derecha. Más o menos. Depende un poco de tu ordenador. Pero no te preocupes.
4. No sale de mi huevo para mí mismo. Tienes que llamarme. Por ejemplo con un doble click. Si lo haces con un doble click sería mucho más mejor que no cambias el sitio dónde quiero vivir en tu ordenador.

WINDOWS hoy en día está tan seguro que podría ser que tú mismo no puedes trabajar con un programa que has instalado.

### Expertos de la instalación

1. Descarga el easy Sports-Organizer.
2. Haz un doble clic sobre el fichero de instalación.
3. Activa el programa.



#### 1. Descargar el programa

- conecte con el internet
- [cliquea sobre este link](#) => Si no su lir
- Guardar el fichero sobre tu ordenador y



5. La verdad es que simplemente tienes que clicar un par de veces sobre SIGUIENTE.
6. Cuándo me empiezas por la primera vez, quiero algo de comer. Pero una vez solo. La unica comida que me gusta: Tu correo electrónico y estas cifras muy ricas del email de tus padres.
7. Después estoy preparado para servirte. Estoy en tu desktop. Lleva vestido redondo y blanco con tres puntos. Despiertame con un dobleclick.



**Activar su software** ✖



**Activar su software**

**Información**

Querido usuario,  
por favor activar su software. Entre su código y su correo electrónico.

**Acceder al producto**

Código de producto:

E-mail:

## ¿Tienes el easy Sports-Organizer 1.0?

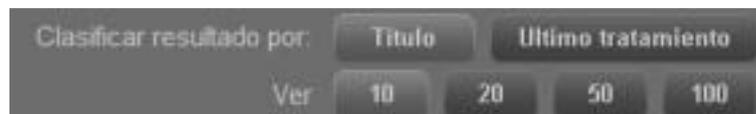
Así todos tus ejercicios a sesiones de entrenamiento serán importado del easy Sports-Organizer 1.0 en tu nuevo easy Sports-Organizer 2.0:

1. Deja el easy Sports-Organizer 1.0 dónde está.
2. Instale el easy Sports-Organizer 2.0 como escrito en la carpeta antes.
3. Arrance el easy Sports-Organizer 2.0. Voy a buscar el viejo Organizer y preguntarte si quieres importar tus datos viejos. Diga SI.

## El secreto de mi éxito ...

### Un ejemplo ...

Imagínate que quieres apuntarte un ejercicio. Cliquesas sobre el círculo rojo o en el botón rojo. Ahora estás en la pantalla de ejercicios. Para apuntar tu ejercicio cliquesas sobre el botón CREAR NUEVO EJERCICIO.



### Da nombre a tu ejercicio ...

Escribe un nombre para tu ejercicio en el campo al lado de TITULO. Podrías terminar tu trabajo con un click sobre GUARDAR EJERCICIO. Esto era el primero secreto de mi éxito.



### Me concentro en las cosas más importantes

Quizá para ti es suficiente que te apuntas un par de frases sobre tu ejercicio para recordarlo. Entonces entras estas frases en el campo DESCRIPCION CORTO. Si lo quieres. Si no, deja el campo libre.

### El botón ANADIR DETALLES

Ahora viene el secreto número 2: El botón añadir detalles te ofrece todo lo que necesitas ...

Cliquesas sobre imagen – y puedes añadir un imagen a tu ejercicio. Lo puedes hacer muchas veces. Lo mismo con un video, la descripción detallada y las notas.



Si has anadido imágenes, videos, descripciones y notas suficientes: GUARDAR EJERCICIO.



Después de guardar tu ejercicio lo ves en la lista de ejercicios. Si mueves tu ratón sobre un ejercicio lo puedes editar, borrar or imprimir.

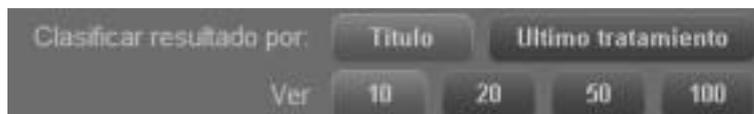
Todo funciona más o menos igual con los sesiones de entrenamiento y con la temporada.

¡Qué te diviertas!

# 1 Ejercicios

## 1.1 Crear un ejercicio

1. Cliquea en el círculo rojo o en el botón rojo.
2. Cliquea encima del botón: Crear nuevo ejercicio.
3. Entra un título para tu ejercicio.
4. Si quieres: Escribe en un par de palabras para que sirve tu ejercicio. Al lado de DESCRIPCIÓN CORTO. .
5. Si quieres: Añada detalles. P.e. un imagen, un video, una descripción detallada ...
6. Al final guarde tu ejercicio con un click encima del botón GUARDAR EJERCICIO.



## 1.2 Buscar un ejercicio

1. Cliquea en el círculo rojo o en el botón rojo. Si ya has creado o importado ejercicios ellos se aparecen en el listado de ejercicios.
2. Entra algo en la ventana de búsqueda. El programa va a buscar desde el primer carácter que escribes.



### Clasificar el resultado

- El estandar: El programa te presenta los primeros 20 ejercicios. Orden: el ejercicio que corresponde lo mejor con tu búsqueda está arriba.
- Elije título por orden alfabético.
- Ultimo tratamiento: el ejercicio que has creado o cambiado lo ultimo está arriba.
- 10, 20 ... Todos: Muestra 10, 20 ... ejercicios a la vez.



## 1.3 Editar un ejercicio

1. Busca el ejercicio que quieres editar.
2. Mueve el ratón encima del ejercicio y cliquea EDITAR.
3. Editar funciona exactamente como crear. Puedes cambiar todo que creabas antes. Si quieres añadir algo use el botón ANADIR DETALLE.
4. Al final cliquea EMPLEAR CAMBIOS.

## 1.4 Borrar un ejercicio

1. Busca el ejercicio que quieres borrar.
2. Mueve el ratón encima del ejercicio y cliquea BORRAR.
3. El programa te pregunta si realmente quieres borrar el ejercicio. Si lo quieres confirme con SI.

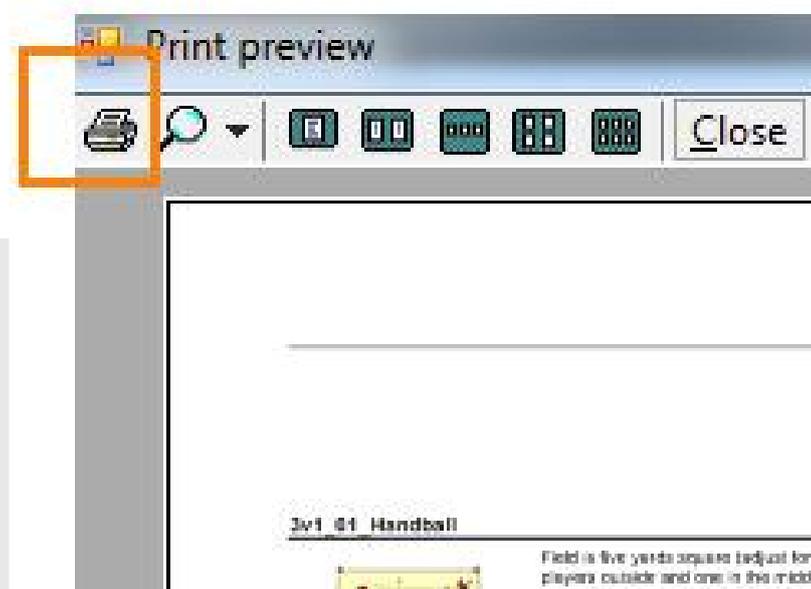


## 1.5 Imprimir un ejercicio

1. Busca el ejercicio que quieres imprimir.
2. Mueve el ratón encima del ejercicio y cliquea VISTA PRELIMINAR.
3. Viene la vista preliminar. Cliquea encima del botón con la impresora.

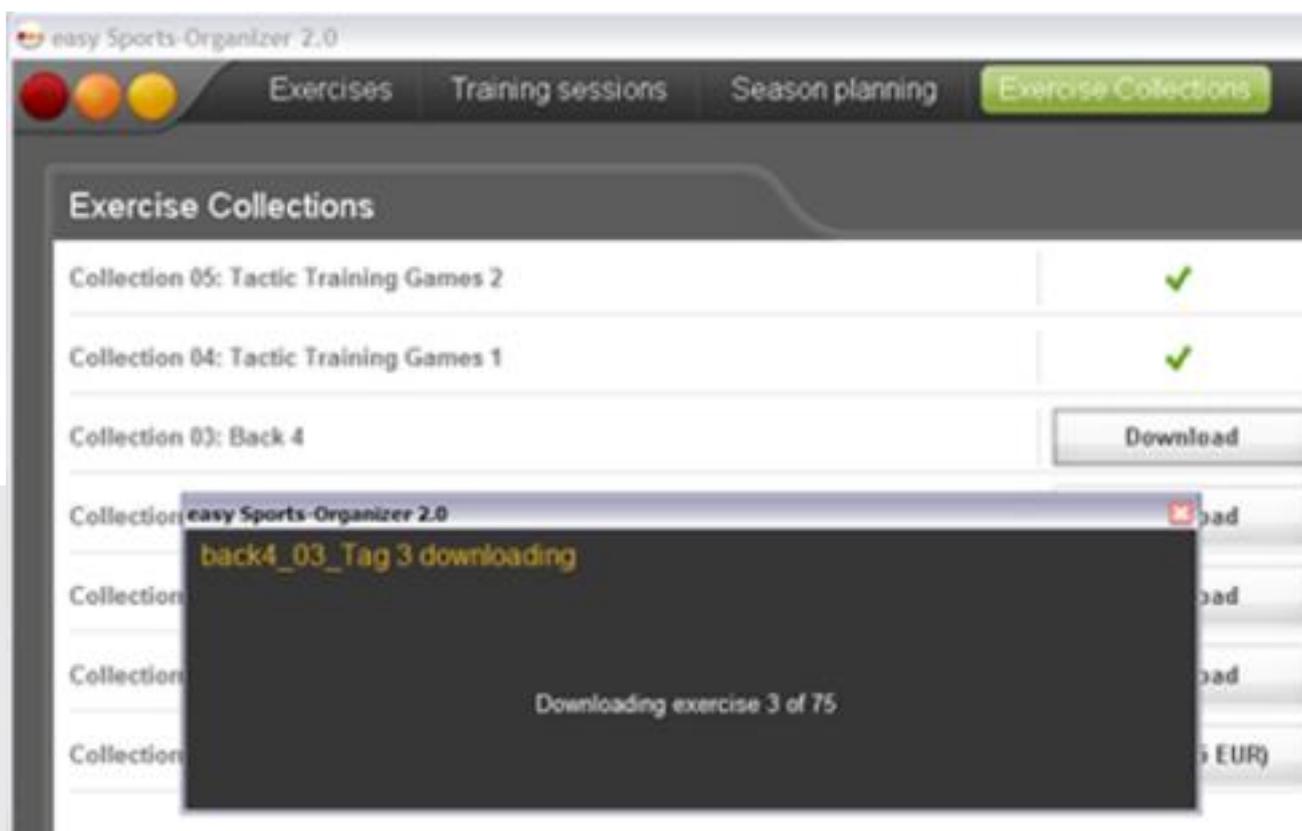
### La vista preliminar ...

- contiene todas las funciones que ya conoces de otros programas.
- imprime tu ejercicio cuando cliques sobre el botón con la impresora.



## 1.6 Importar colecciones de ejercicios ...

1. Clickea encima del botón colecciones de ejercicios.
2. Escribe tu e-mail. Debes usar el e-mail con que has comprado tu colección de ejercicios.
3. Clickea encima del botón DOWNLOAD.



### Bueno de saber

- Todas las colecciones que ya has pedido tienen un botón DOWNLOAD. Las otras tienen un botón que te guía al webshop.
- Las colecciones que ya importaste tienen gancho.

## 2 Sesiones de entrenamiento

Crear, editar, borrar o imprimir una sesión de entrenamiento funciona más o menos exactamente como trabajar con los ejercicios:

- Se da un título.
- Se añade detalles o no.
- Se termina con GUARDAR SESION DE ENTRENAMIENTO.
- Para EDITAR, BORRAR o IMPRIMIR buscas tu sesión de entrenamiento, mueves el ratón sobre ella y eligas que quieres hacer.

La única diferencia notable entre los ejercicios y las sesiones de entrenamiento: Puedes añadir ejercicios a una sesión de entrenamiento.

### 2.1 Crear nueva sesión de entrenamiento

1. Cliquea en el círculo naranja.
2. Cliquea sobre CREAR NUEVA SESION DE ENTRENAMIENTO.
3. Da tu nueva sesión de entrenamiento un título.



**Añadir detalle**

Enfoque

Tiempo

Edad

Apuntas

Si quieres añade ...

1. una descripción corta.
2. detalles.



Cómo añadir ejercicios:

1. Es muy fácil: Clique sobre ANADIR EJERCICIO.
2. Elija los ejercicios que quieres añadir.
3. Añadir selección lleva los ejercicios seleccionados a tu sesión de entrenamiento.

**Duración de un ejercicio**

Cambia el tiempo con el ratón. Mantenga el ratón pulsado para cambiarlo más rapido. El programa calcula el tiempo total automaticamente y muestrolo.



**Borrar un ejercicio de una sesión de entrenamiento**

Mueve el ratón encima del ejercicio que quieres borrar y cliquee Borrar.

**Mueve un ejercicio**

Mueve el ratón encima del ejercicio que quieres mover y lo mueve con las flechas verdes hasta arriba o hasta abajo.



## Títulos

### Añadir un título

1. Cliquea sobre ANADIR TITULO.
2. Cliquea en el campo "Para editar cliquea aquí" e escribe.



### Borrar un título

Mueve el ratón encima del título y cliquea BORRAR.



### Mover un título

Mueve el ratón encima del título y lo mueve con las flechas verdes.

## 2.2 Buscar un sesión de entrenamiento

1. Clickea sobre el círculo naranja o el botón naranja. Si ya creabas sesiones de entrenamiento están el el listado.
2. Entra algo que podría encontrar tu sesión de entrenamiento. La búsqueda arranca en el momento en que empiezas a escribir.



### Ver resultado

- El estandar: El programa te presenta los primeros 20 sesiones. Orden: la sesión que corresponde lo mejor con tu búsqueda está arriba.
- Elije título por orden alfabético.
- Ultimo tratamiento: la sesión que has creado o cambiado lo ultimo está arriba.
- 10, 20 ... Todos: Muestra 10, 20 ... sesiones a la vez.

## 2.3 Editar una sesión de entrenamiento



1. Busca la sesión de entrenamiento que quieres editar.
2. Mueve el ratón encima de la sesión deseada y cliquee sobre EDITAR.
3. Editar funciona exactamente como crear. Puedes cambiar todo que creabas antes. Si quieres añadir algo use el botón ANADIR DETALLE o EJERCICIO.
4. Al final cliqueas sobre EMPLEAR CAMBIOS.

## 2.4 Borrar una sesión de entrenamiento

1. Busca la sesión de entrenamiento que quieres imprimir.
2. Mueve el ratón encima de la sesión deseada y cliquee sobre BORRAR.
3. El programa te pregunta si realmente quieres borrar la sesión de entrenamiento. Si lo quieres confirme con SI.

## 2.5 Imprimir una sesión de entrenamiento

1. Die zu bearbeitende Trainingseinheit suchen.
2. Mueve el ratón encima de la sesión deseada y cliquee sobre VISTA PRELIMINAR.
3. Viene la vista preliminar. Cliquee encima del botón con la impresora.

### 3 La temporada

La temporada no es nada más que un calendario. Pero que un calendario que sabe mucho.

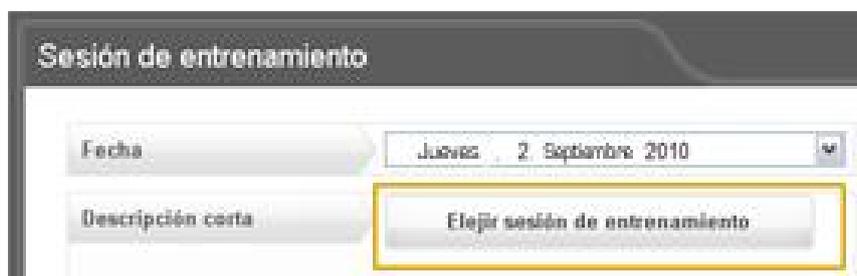
Para cada día puedes apuntar ...

- qué sesión de entrenamiento quieres pasar
- partidas
- notas



### 3.1 Apuntar una sesión de entrenamiento

1. Cliquea en el PLUS y despues en SESION DE ENTRENAMIENTO.
2. Cliquea en ELEJIR SESION DE ENTRENAMIENTO y marque la sesión que quieres apuntar.



3. Cliquea sobre ANADIR SELECCIÓN.



### Bueno de saber

- Mueve con el ratón encima de un símbolo en la temporada para ver el título.
- Cliquea sobre un símbolo para ver, cambiar o borrar una entrada.



## 3.2 Borrar una sesión de entrenamiento

1. Cliquea en el cono.
2. Cliquea sobre BORRAR SESIÓN DE ENTRENAMIENTO. .



22

## 3.3 ¿Qué hay en una sesión de entrenamiento?

1. Cliquea sobre el cono en la temporada.
2. Cliquea en el imagen o en el título de la sesión.
3. Cuando te has enterado cliquea en la barra de menu sobre TEMPORADA y después sobre EMPLEAR CAMBIOS o CANCELAR.



### 3.4 Apuntar un partido

1. Clickea en el PLUS.
2. Clickea en PARTIDO.
3. Si quieres escribe algo en el campo DESCRIPCION CORTA.
4. Clickea sobre APUNTAR PARTIDO.



### 3.5 Borrar un partido

1. Clickea sobre el pito.
2. Clíca sobre BORRAR PARTIDO.

### 3.6 Apuntar una nota

1. Clickea en el PLUS.
2. Clickea sobre NOTA .
3. Escribe tu nota en el campo DESCRIPCION CORTA. .
4. Clickea sobre APUNTAR NOTA .

### 3.7 Borrar una nota

1. Clickea sobre el tablilla con sujetapapeles.
3. Clickea sobre BORRAR NOTA.

## 4 Guardadatos y: ¿dónde está mi programa, cuándo me compro nueva computadora?

### 4.1 Guardar tus datos es más fácil que pienses

Por favor guarda tus datos regularmente. Un día tienes que cambiar o formatear el ordenador.

1. Va al lugar dónde está instalado el easy Sports-Organizer.
2. Copia 2 cosas: PRIMERO la carpeta completa [data]. Esta carpeta contiene los imágenes y las descripciones detalladas. SEGUNDO copia el archivo que termina con SDF. Esto es tu base de datos: easySportsOrganizerDB.sdf es su nombre completa.



### 4.2 Recuperar tus datos es más fácil que pienses

Al instalado tu easy Sports-Organizer de nuevo, vas a la carpeta en que está instalado el programa. Allí copias la carpeta [Data] y la base de datos easySportsOrganizerDB.sdf.

El ordenador te pregunta si realmente quieres grabar los archivos encima de los otros. Confirme con SI.

Si arrancas el easy Sports-Organizer después, tus ejercicios y sesiones de entrenamiento guardados han vuelto.



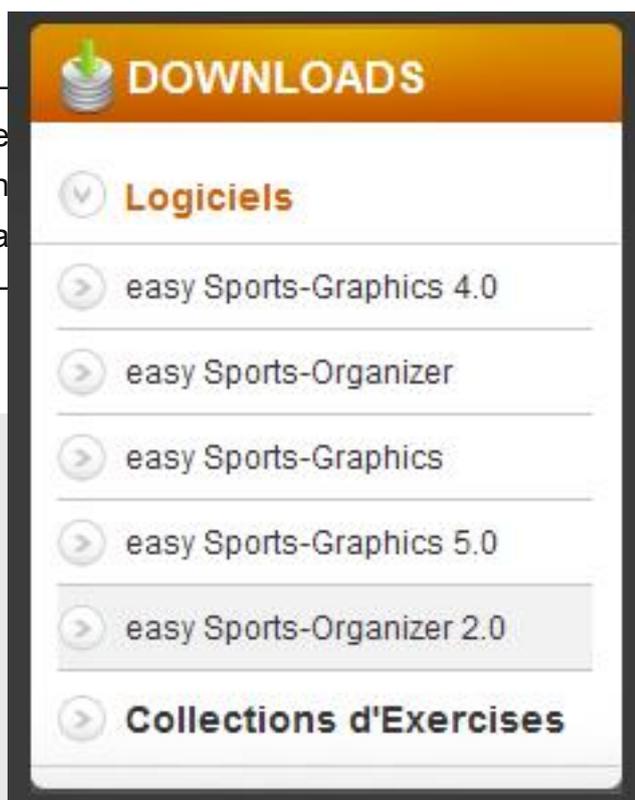
## 4.3 To easy Sports-Organizer en el Centro de Soporte

Aunque el easy Sports-Organizer está un producto de descargar, no tienes que hacer una copia de seguridad. Ya la hemos hecho para ti.

1. Ven al Centro de Soporte y entra con tu e-mail y el código del correo electrónico que te hemos mandado cuándo compraste el easy Sports-Organizer.
2. A la derecha hay una categoría que se llama DOWNLOADS. Allí cliqueas sobre SOFTWARE. Ahora ya lo ves: tu easy Sports-Organizer.

### ¿Cómo te llega el easy Sports-Organizer?

Simplemente clique sobre easy-Sports-Organizer 2.0 y abre tu programa de correos electrónicos. Ya te ha llegado un email con la línea para descargar la versión la más nueva del easy Sports-Organizer.



## Estámos interesados en tu opinión

Si

- no entiendes este manual ...
- has encontrado errores ...
- sabes que podemos hacer para mejorar el easy Sports-Organizer

... nos alegramos sobre tu mensaje en el Centro de Soporte.

[www.support.easy-sports-software.com](http://www.support.easy-sports-software.com)