

# MANUAL DE USO

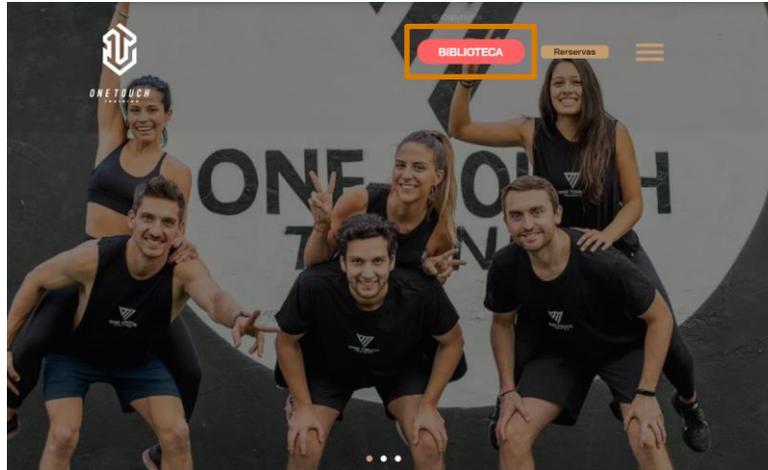
*Biblioteca de Entrenamientos One Touch Training*  
2020

## Índice

1. Ingreso .....	2
2. Contratar un plan .....	2
3. Registro .....	4
4. Iniciar Sesión .....	6
5. Biblioteca.....	7
6. Cierra Sesión.....	9

## 1. Ingreso

Para hacer ingreso a la Biblioteca de Entrenamientos One Touch Training, debes acceder a [www.1tt.cl](http://www.1tt.cl) y hacer click en el botón “Biblioteca Entrenamientos”.



También puedes ingresar haciendo click [aquí](#)

## 2. Contratar un plan

Para poder tener acceso a la Biblioteca necesitas contratar un plan. Existen 2 tipos de planes disponibles:

1. Funcional: Acceso ilimitado durante 1 mes a los entrenamientos en vivo de funcional
2. Funcional + Fútbol: Acceso ilimitado durante 1 mes a los entrenamientos en vivo de funcional + videos de rutinas de fútbol

*\*\*En ambos planes se estará agregando contenido adicional que puedan agregar valor*

Para contratar un plan, debes hacer click en el botón “Contrata tu plan” en la página de la Biblioteca.

Regístrate

## BIBLIOTECA ENTRENAMIENTOS

En la Biblioteca de Entrenamientos de One Touch Training podrás encontrar todas las rutinas que, durante este periodo, hemos ido realizando a través de Instagram Live, videos con rutinas de fútbol y otras sorpresas que vendrán más adelante.

Así tendrás la oportunidad de realizarlos en los horarios que te acomode y cuantas veces quieras.

Para acceder a ellos debes contratar uno de los planes mensuales que ofrecemos y registrarte. Una vez hayas realizado ambas cosas, te daremos acceso para que ingreses y disfrutes de las rutinas de Entrenamientos DTT.

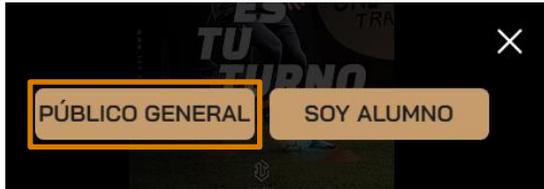


**CONTRATA TU PLAN**

**INICIA SESIÓN**

El cambio de verificación de cuenta podría demorar hasta 20 minutos en enviarse

Luego, se abrirá una ventana en la que deberás seleccionar si eres Alumno o eres Público General. Selecciona la opción que realmente te represente, ya que, si seleccionas Alumno y no cuentas con una membresía activa en alguno de nuestros centros, no te daremos acceso a la plataforma.



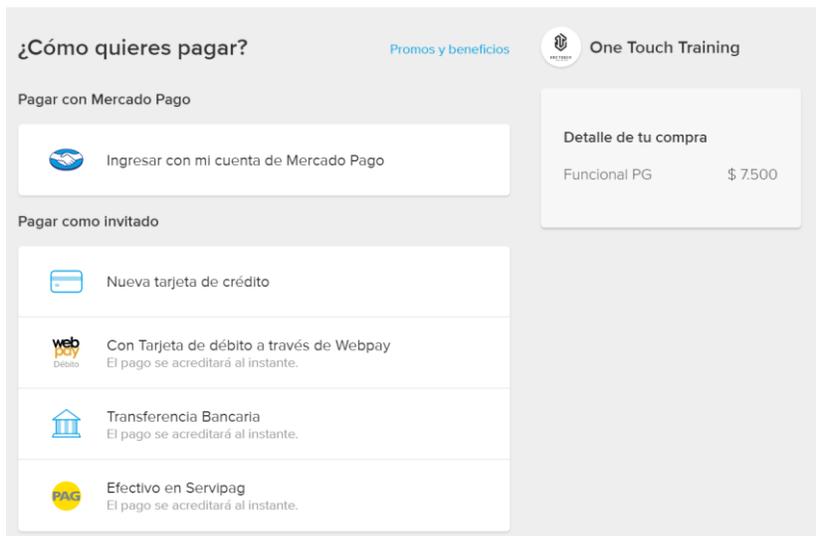
**PÚBLICO GENERAL**    **SOY ALUMNO**

Haciendo click en la opción que te represente, cualquiera sea, se abrirá una página con las opciones de planes disponibles. Elige el que prefieras y ve a pagar.

### ELIGE TU PLAN

<p><b>Funcional</b></p> <p><b>\$7.500</b></p> <p style="font-size: small;">válido por un mes</p> <p style="font-size: x-small;">Acceso mensual a Rutinas de Clases de Entrenamiento funcional realizadas por Instagram Live</p> <p style="text-align: center; background-color: #f0f0f0; padding: 5px;"><b>PAGAR</b></p>	<p><b>Funcional + Fútbol</b></p> <p><b>\$10.000</b></p> <p style="font-size: small;">válido por un mes</p> <p style="font-size: x-small;">Acceso mensual a Rutinas de Clases de Entrenamiento funcional realizadas por Instagram Live</p> <p style="font-size: x-small;">Acceso a Videos de Rutinas de Fútbol</p> <p style="text-align: center; background-color: #f0f0f0; padding: 5px;"><b>PAGAR</b></p>
--	--

**INICIA SESIÓN**



### 3. Registro

Luego de haber contratado tu plan, deberás registrarte para poder tener acceso. Tanto los alumnos con membresías activas en alguno de nuestros centros como el público general deberán registrarse en la Biblioteca.

Para registrarte dirígete a la página de inicio de la biblioteca y has click en “Registrarse” o en “Inicia Sesión”.





ONETOUCH  
TRAINING

Si clickear “Inicio Sesión” se te abrirá una ventana, en la que deberás hacer click en “Registrarme”



Haciendo click en el botón Registro de la página de inicio o la ventana, accederás al formulario de Registro, en el que deberás completar tus datos, crear una contraseña y enviar.

El Equipo de Soporte de One Touch Training revisará el registro del pago y la creación del usuario, si ambas cosas se realizaron correctamente, se le dará acceso al usuario. La confirmación de Registro exitoso llegará a través de un correo como el siguiente:

Hola,

¡Felicitaciones! Tu solicitud de miembro del sitio fue aprobada.  
Ahora eres un miembro de la página web { Onetouch }  
Para iniciar una sesión en tu cuenta, ingresa el correo electrónico y la contraseña con la que te registraste.

Si tienes alguna pregunta, comunícate con el propietario del sitio.  
¿Recibiste este email por error? ¡Simplemente Ignóralo!

[Ir al sitio](#)

**\*\* Como el proceso de aprobación de solicitudes no es automático, te pedimos tengas paciencia con tu aprobación. Intentaremos realizarlo con la mayor velocidad posible, lo cual dependerá de la demanda que tengamos.**

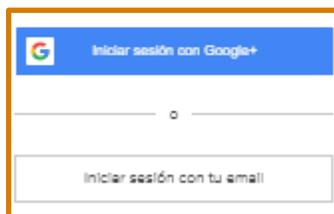
#### 4. Iniciar Sesión

Luego de que tu registro haya sido aprobado, podrás iniciar sesión. Para esto, dirígite a la página de inicio de la Biblioteca y haz click en “Iniciar Sesión”. Luego, en la ventana, haz click en el plan que contrataste e ingresa a través de tu mail y contraseña o directo con tu cuenta de Gmail (si es que tienes una y fue la que registraste).



## Iniciar sesión

¿Eres nuevo en este sitio? [Regístrate](#)



Por políticas de seguridad, el sistema te enviará un correo para confirmar tu mail. Este correo demora aproximadamente 10- 15 minutos en llegar, te pedimos tengas paciencia.

Si no llega despues de ese tiempo, solicita un nuevo envío o contáctate con nosotros a través de [contacto@onetouchtraining.cl](mailto:contacto@onetouchtraining.cl).

Haz click donde dice "Confirm your Email" para poder confirmar.

Hi there,

Thanks for signing up to <https://www.1t.cl/>

To confirm your email [usuario1@gmail.com](mailto:usuario1@gmail.com) click the link below:

<http://wix.to/IsDeCTM>

If you have any questions, contact the site owner.

Received this email by mistake? Just ignore it!

A black rectangular button with the text "Confirm Your Email" in white. The button is enclosed in a thin orange border.

Con los pasos anteriores ya podrás acceder a la Biblioteca de One Touch Training.

### 5. Biblioteca

Al acceder a la Biblioteca podrás ver todos los videos de las rutinas realizadas a través de nuestra cuenta de Instagram Live y, en el caso de haber contratado el plan "Funcional + Fútbol", podrás también acceder a los videos con rutinas de Fútbol.

La Biblioteca es bien intuitiva de navegar, las rutinas están clasificadas en Triserries, Biserries, Unilateral, Core, Core+Glúteo, Hiit, Fútbol (sólo en el caso que hayas accedido a este plan).

Puedes hacer scroll para bajar y revisar las distintas rutinas o hacer click en el menú de barras y seleccionar el tipo de rutina que buscas

**BISERIES**



Rutina N°1  
Hoy no podemos viajar, pero si hacer vuelos y avión con pesas en esta rutina con Coach Dalen y Camila

☆☆☆☆☆ Calificar 

---

**CORE**



Rutina N°1  
Hoy todos podemos ser superhéroes practicando el "Spiderman" junto al Coach Cris

☆☆☆☆☆ Calificar 

SELECCIONA EL TIPO DE ENTRENAMIENTO QUE BUSCAS  

Rutina N°1  
Hoy no podemos viajar, pero si hacer vuelos y avión con pesas en esta rutina con Coach Dalen y Camila

**TRISERIES**  
☆☆☆☆☆ Calificar 

**BISERIES**

---

**UNILATERAL**

**CORE**

**CORE + GLÚTEO**

Rutina N°1  
Hoy todos podemos ser superhéroes practicando el "Spiderman" junto al Coach Cris

**HIIT**

**FÚTBOL**  
☆☆☆☆☆ Calificar 

Elige tu rutina, dale click al signo play y disfruta de cada uno de los entrenamientos

**CORE**

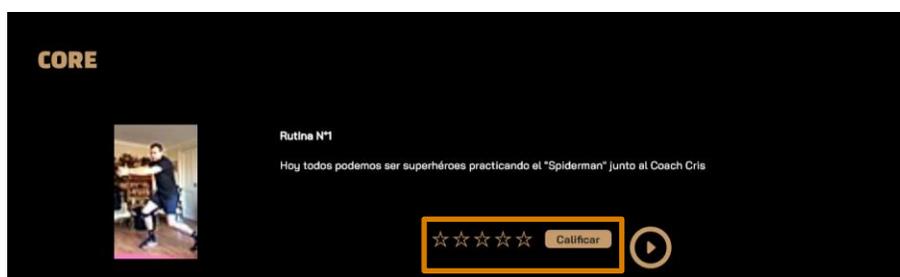


Rutina N°1  
Hoy todos podemos ser superhéroes practicando el "Spiderman" junto al Coach Cris

☆☆☆☆☆ Calificar 



Para que podamos conocer tus preferencias y así darle más valor a lo que a nuestros usuarios prefieren, califica las rutinas que vayas realizando.



## 6. Cierra Sesión

Para proteger tu cuenta de usuario, una vez termines de realizar tus ejercicios dale click a cerrar sesión en cualquiera de las páginas de la biblioteca.

