



[Base de conocimiento](#) > [Relojes Inteligentes](#) > [Solución de Problemas e Información - Reebok Pulse](#) > [Sensores y Seguimiento](#) > [Ver tu Historial de Actividad](#)

## Ver tu Historial de Actividad

Inas B. - 2025-08-20 - [Sensores y Seguimiento](#)

Tu Reebok Pulse guarda automáticamente los datos de tus entrenamientos, para que puedas revisar y seguir tu evolución.

### Resumen en el Reloj

Justo después de finalizar una actividad, el reloj muestra un resumen con estadísticas clave como duración, distancia, calorías y frecuencia cardíaca promedio.

### Ver Detalles Completos

#### En el Reloj

- Presiona el **botón superior** para abrir la lista de aplicaciones.
- Selecciona **Registros de Entrenamiento** para ver la lista de actividades realizadas y sus resultados detallados.

#### En la App Reebok Connect

Todos los datos se sincronizan con la app **Reebok Connect** en tu teléfono. Abre la app para revisar entrenamientos anteriores, comparar resultados y seguir tu progreso a lo largo del tiempo.