Est-ce qu'un adhérent peut modifier lui même son programme d'entrainement sans passer par son coach ?

Elias B

Objectifs application adhérent

VISION SYNTHÉTIQUE DU PROGRAMME D'ENTRAINEMENT

- L'adhérent voit son programme d'entrainement
- Il voit qui est son (ses ?) coach
- Il peut communiquer avec son coach

NOTIFICATIONS

- lorsque le coach modifie l'entrainement, les séances ou le planning
- le jour d'une séance programmée

PLANNING DES SÉANCES D'ENTRAINEMENT

- visualise les séances à venir
- permet d'ajouter des séances, d'en enlever

GAMIFICATION

- lorque certains certains paliers sont atteints, des badges sont attribués

HISTORIQUE DES SÉANCES

- liste de toutes les séances passées avec les exercices associés
- permet de confirmer la réalisation des exercices
- fournit des statistiques - bilan calorique, etc...

BILANS ET PROGRESSION

- graphe de statistiques (calories, etc..) dépensées par semaine et par mois
- degré d'avancement dans le programme d'entrainement

Objectifs application coach

LES ADHÉRENTS QUE JE COACH

- liste des adhérents qui m'ont été affectés via le backoffice
- compléter/remplir le profil d'un adhérent - son poids, son âge, ses objectifs, etc... , avant de lui attribuer un programme adapté

PROGRAMME D'ENTRAINEMENT PERSONNALISÉ

1re étape si pas fait: recueil des données concernant l'adhérent (poids, IMC, autres données...)

- choix d'un programme personnalisé d'un adhérent à partir des listes de programmes crées en amont dans le backoffice
- affectation du programme à l'adhérent
- visualisation de l'avancement de l'adhérent dans son programme avec courbes

GESTION DES PLANNINGS

- Le coach veut simplement savoir son planning, avoir accès rapidement aux heures de travail du jour courant et de la semaine courante.

Faut-il un système pour contacter le coach directement depuis l'application?
Par exemple une messagerie permettrait au coach et l'adhérent de communiquer sans échanger leurs numéros de téléphone

Elias B

Objectifs application backoffice

Implementing Action Items

Track progress and assign tasks for the next steps.

GESTION DES ADHÉRENTS

- inscription / modification suppression des adhérents
- assignation des adhérents aux coachs

GESTION DES SALLES ET DE LEUR MATÉRIEL

- ajout / modification / suppression de salle
- ajout / modification / suppression des matériels disponibles dans chaque salle

PROGRAMMES ET EXERCICES

- Création d'une bibliothèque d'exercices
- Création d'une bibliothèque de programmes à partir des exercices

Est-ce que toutes les salles ont le même matériel?

Elias B

page application adhérent

ACCUEIL

MES ENTRAÎNEMENTS

MON COACH

PROGRESSION

- statistiques: données sur les performances (poids, répétitions, calories brûlées...)
- objectifs: état d'avancement par rapport aux objectifs définis dans le programme

SUPPORT CLIENT

- Contact rapide avec la salle ou FAQ

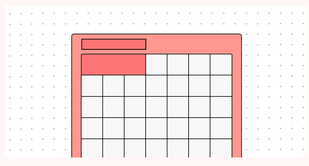
page application adhérent

MES ENTRAINEMENTS

EXERCICES PRÉVUS DANS LE PROGRAMME, AVEC DESCRIPTION, IMAGES ET PEUT-ÊTRE INSTRUCTION VIDÉO.

page application adhérent

MES ENTRAINEMENTS > PLANNING



Les séances prévues sur la semaine courante par défaut, et possibilté de naviguer avant/après

page application adhérent

MON COACH

ON VOIT ICI LE NOM DU COACH QUI NOUS A ÉTÉ ASSOCIÉ (OU AUCUN) ET SES JOURS DE PRÉSENCE.

POSSIBILITÉ D'UNE MESSAGERIE POUR COMMUNIQUER AVEC LUI (SANS AVOIR À DONNER SON NUMÉRO PERSONNEL)

Badge : "Premier Pas"

"Chaque grand voyage commence par un premier pas, bravo pour ton engagement !"

Contexte : Attribué après la première séance ou le premier entraînement terminé.

Elias B

Badge : "Machine de Motivation"

"Ton énergie est contagieuse, et tu inspires tout le monde autour de toi. Continue d'élever la barre !"

Attribué pour avoir accompli une série importante d'entraînements ou pour persévérance exceptionnelle

Elias B

page application adhérent

PROGRESSION

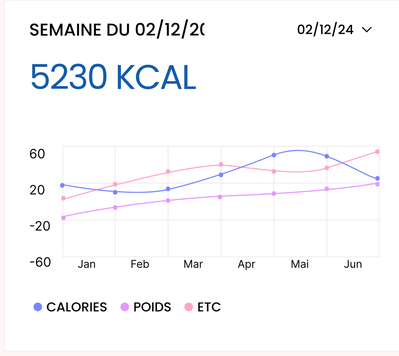
ICI PHRASE DE MOTIVATION SELON PROGRESSION

Chaque grand voyage commence par un premier pas, bravo pour ton engagement !

STATISTIQUES SUR LES SEANCES PAR RAPPORT À L'HISTORIQUE ET BILAN DE PROGRESSION

page application adhérent

BILAN HEBDOMADAIRE



LES VALEURS CALORIQUES SONT CALCULÉES SUR LA BASE DES EXERCICES DÉCLARÉS COMME RÉALISÉS

Peut-être un autre nom pour les gens coachés, “mes élèves”, “mes clients” ?

Elias B

page application coach

MES ADHÉRENTS

- liste de l'ensemble des adhérents associés au coach

MON PLANNING

page application coach

MES ADHÉRENTS

TABLEAU DES ADHÉRENTS EN COURS QUI M'ONT ÉTÉ AFFECTÉS VIA LE BACKOFFICE AVEC QUELQUES INFOS (AGE, DATE DE PREMIÈRE INSCRIPTION, ETC.)

ON PEUT COMPLÉTER LE PROFIL D'UN ADHÉRENT, CE QUI PERMET PAR LA SUITE DE LUI ATTRIBUER UN PROGRAMMER PERSONNALISÉ

page application coach

MORGAN FREEMAN

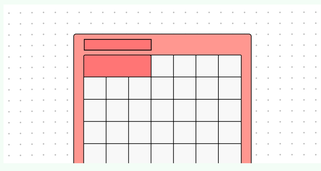
RECEUIL DES DONNÉES DE L'ADHÉRENT

- NOM
- AGE
- POIDS, TAILLE, IMC
- OBJECTIFS

- CHOIX D'UN PROGRAMME PERSONNALISÉ DE L'ADHÉRENT À PARTIR DES LISTES DE PROGRAMMES CRÉES EN AMONT DANS LE BACKOFFICE
- VISUALISATION DE L'AVANCEMENT DE L'ADHÉRENT DANS SON PROGRAMME AVEC COURBES

page application coach

PLANNING

TABLEAU DES ADHÉRENTS EN COURS QUI M'ONT ÉTÉ AFFECTÉS VIA LE BACKOFFICE AVEC QUELQUES INFOS (AGE, DATE DE PREMIÈRE INSCRIPTION, ETC.)

CALENDRIER DE LA SEMAINE ET DU JOUR