

**Comment assurer une
hydratation optimale pour
Simone tout au long de son
marathon, en tenant compte de
son emploi du temps chargé , et
du climat de milan ?**

Fonctionnalité de l'application Hydra-Sport

Planification Personnalisée:

- Intégration d'un calendrier d'entraînement et de courses personnalisé pour Simone.
- Alertes d'hydratation adaptées à son emploi du temps et aux conditions climatiques de Milan.

Suivi Hydratation Intelligent:

- Système de suivi de l'hydratation en temps réel, prenant en compte la météo actuelle et prévue.
- Notifications personnalisées pour boire en fonction des variations de température et d'humidité.

Conseils Nutritionnels en Temps Réel:

- Recommandations nutritionnelles actualisées en fonction de la distance de la course et des conditions météorologiques.
- Suggestions de boissons et collations adaptées aux fluctuations climatiques de Milan.

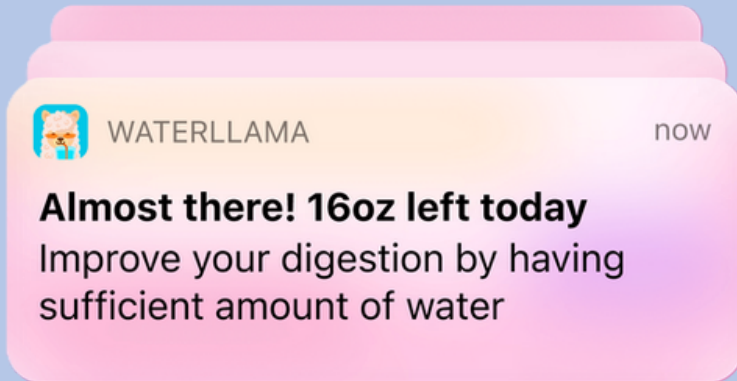
Assistance en Cours de Route:

- Alertes de points d'hydratation en fonction de la position de Simone dans la course.
- Informations sur les types de boissons disponibles aux stands de ravitaillement.

Analyse Post-Course:

- Bilan d'hydratation post-course avec conseils de récupération, prenant en compte les variations climatiques.
- Partage automatique des données avec l'équipe d'entraînement pour des ajustements futurs.

Dossier d'inspiration - App

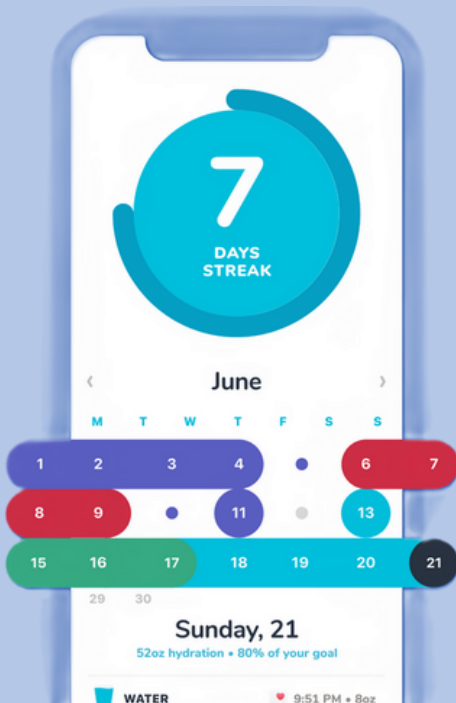


Des **notifications de rappel** lorsque l'utilisateur oublie de boire. Ça motivera l'utilisateur à atteindre son objectif d'hydratation quotidien.

Source: Waterlama

Collection de **personnages** tous les jours pour motiver encore plus.

Source: Waterlama



Un **historique de la consommation d'eau** de l'utilisateur. C'est important afin qu'il sache où il en est par rapport à son objectif (quotidien, hebdomadaire ou mensuel).

Source: Waterlama

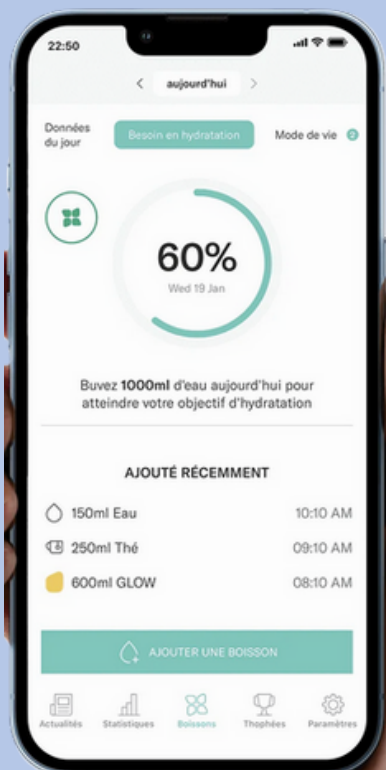
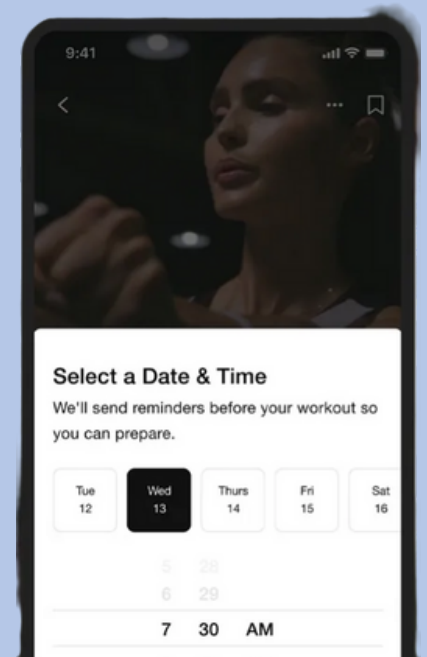


Une sorte de **Run Tracker** pour suivre l'utilisateur durant ses petites courses ou randonnées quotidiennes. Il aura accès à ses **statistiques de courses**: allure, rythme cardiaque, calories, le chemin parcouru etc.

Source: Nike Run Club

L'utilisateur peut mettre **un rappel** en fournissant date et horaire et reçoit une notification quelques minutes avant sa course afin qu'il puisse se préparer.

Source: Nike Run Club



Un **suivi** pour garder un œil sur l'hydratation quotidienne et hebdomadaire pour pouvoir se situer par rapport à l'objectif initial.

Source: Waterdrop

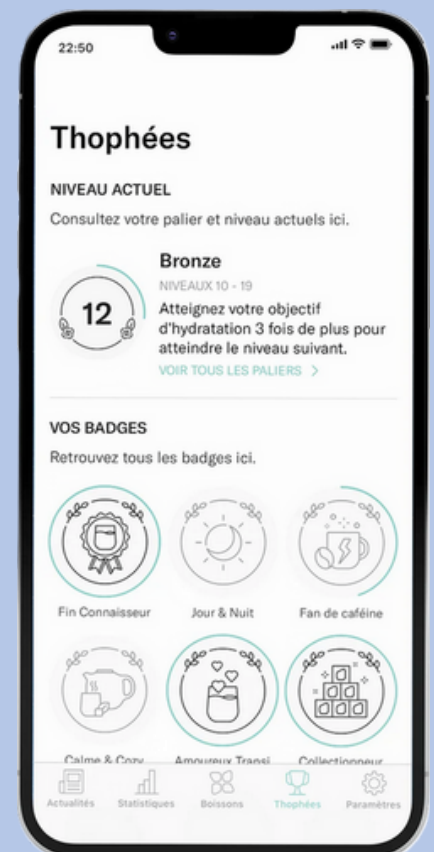


Un **rappel** pour atteindre l'objectif d'hydratation quotidienne, en affichant des statistiques et le niveau d'hydratation de l'utilisateur par jour.

Source: Waterdrop

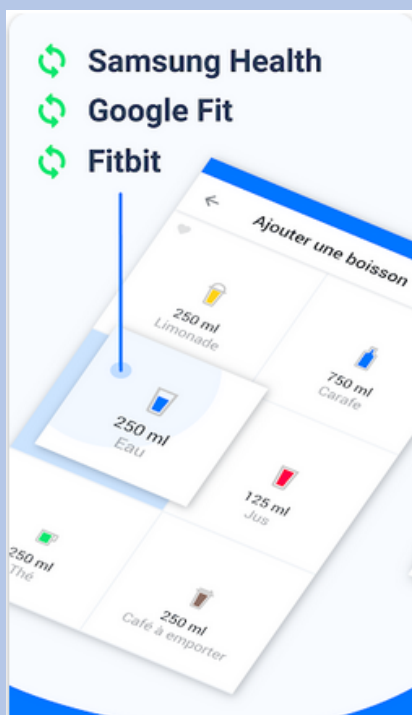
Des **badges/trophées** en guise de récompenses, qui motiveront encore plus l'utilisateur à se challenger et à atteindre son objectif.

Source: Waterdrop



L'utilisateur peut ajouter toutes les boissons qu'il consomme au quotidien, afin que l'on puisse **suivre son niveau d'hydratation**.

Source: Hydro Coach



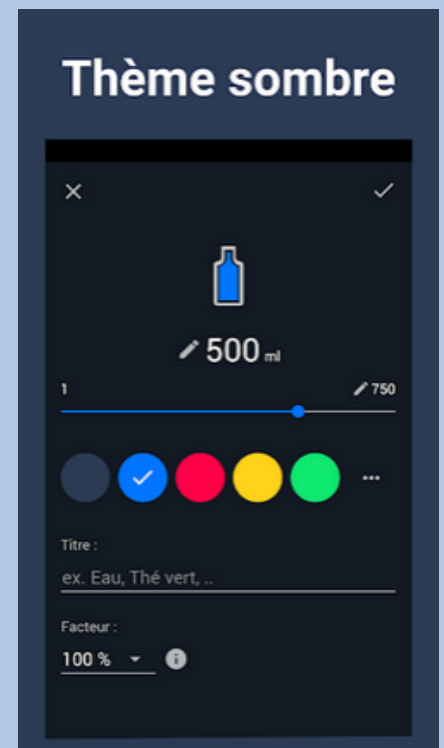


Un **défis entre amis** est important pour motiver l'utilisateur à garder le rythme et à atteindre son objectif. Il aura accès à certaines informations telles que la progression (en %) de ses adversaires.

Source: Hydro Coach

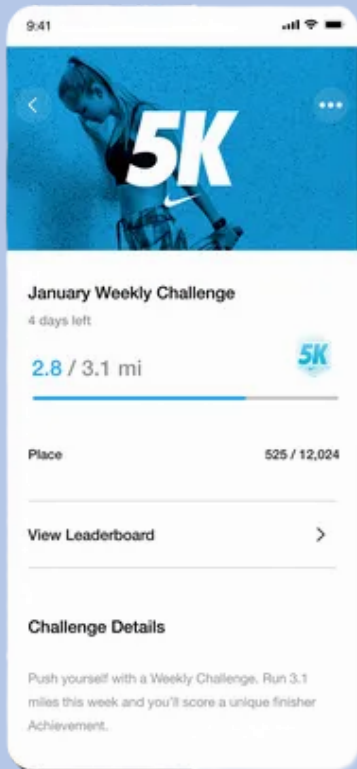
Choix de **thèmes** pour le compte de l'utilisateur.

Source: Hydro Coach



Un **rappel d'hydratation** motivant en affichant l'objectif et la progression de l'utilisateur.

Source: Hydro Coach



Suggestion de **défis individuels** hebdomadaires ou mensuels. L'utilisateur à accès à **l'historique de ses courses** pour savoir se situer par rapport à son objectif.






Source: Nike Run Club






Possibilité de définir son **objectif quotidien personnalisé**. Ou on peut **suggérer un objectif d'hydratation** quotidienne à l'utilisateur en fonction de ses mensuration, sexe, et activité quotidienne et de la météo.

Source: Waterlama

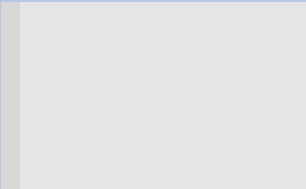
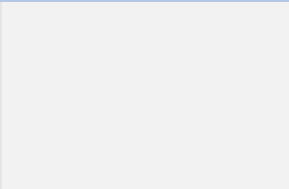
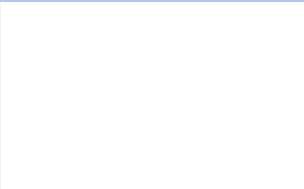


Benchmark de couleur

	#335b9c
	#4472c4
	#698ecf
	#8eaadb
	#b5c7e7

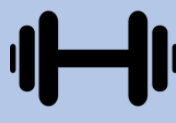
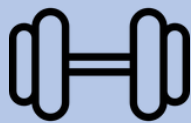
				
#509638	#5aa93f	#64ba47	#74c15a	#84c86c

				
#d61414	#da2b2b	#de4242	#e25a5a	#e67272

		
<u>#e5e5e5</u>	#f2f2f2	#ffffff

Style graphique et icônes





Zonning et Wireframe

