



All Ultimate Yoga Pose

รวมท่าโยคะกันทีบ

หัว ที่มา



ทางผู้จัดทำมีความสนใจในเรื่องโยคะมาตั้งแต่ต้น เนื่องด้วยมีสมาชิกคนนึ่งที่มีปัญหาเรื่องปวดหลังเรื้อรังเป็นอย่างมาก และด้วยไลฟ์สไตร์ลกับการที่มีแรงที่ไม่ค่อยเอื้อต่อการออกกำลังกายเท่าไหร่ การทำโยคะที่ไม่ได้ใช้แรงมาก สามารถทำได้ในเวลาอันสั้นและไม่ต้องพึ่งอุปกรณ์ช่วยจึงเป็นคำตอบ ทางเราจึงอยากทำแอปที่สามารถมี course ที่สามารถออกส่วนต่างๆของร่างกายได้ และสามารถค้นหาท่าที่ต้องการ รวมทั้งรู้ถึงผลประโยชน์ของท่านั้นๆด้วย



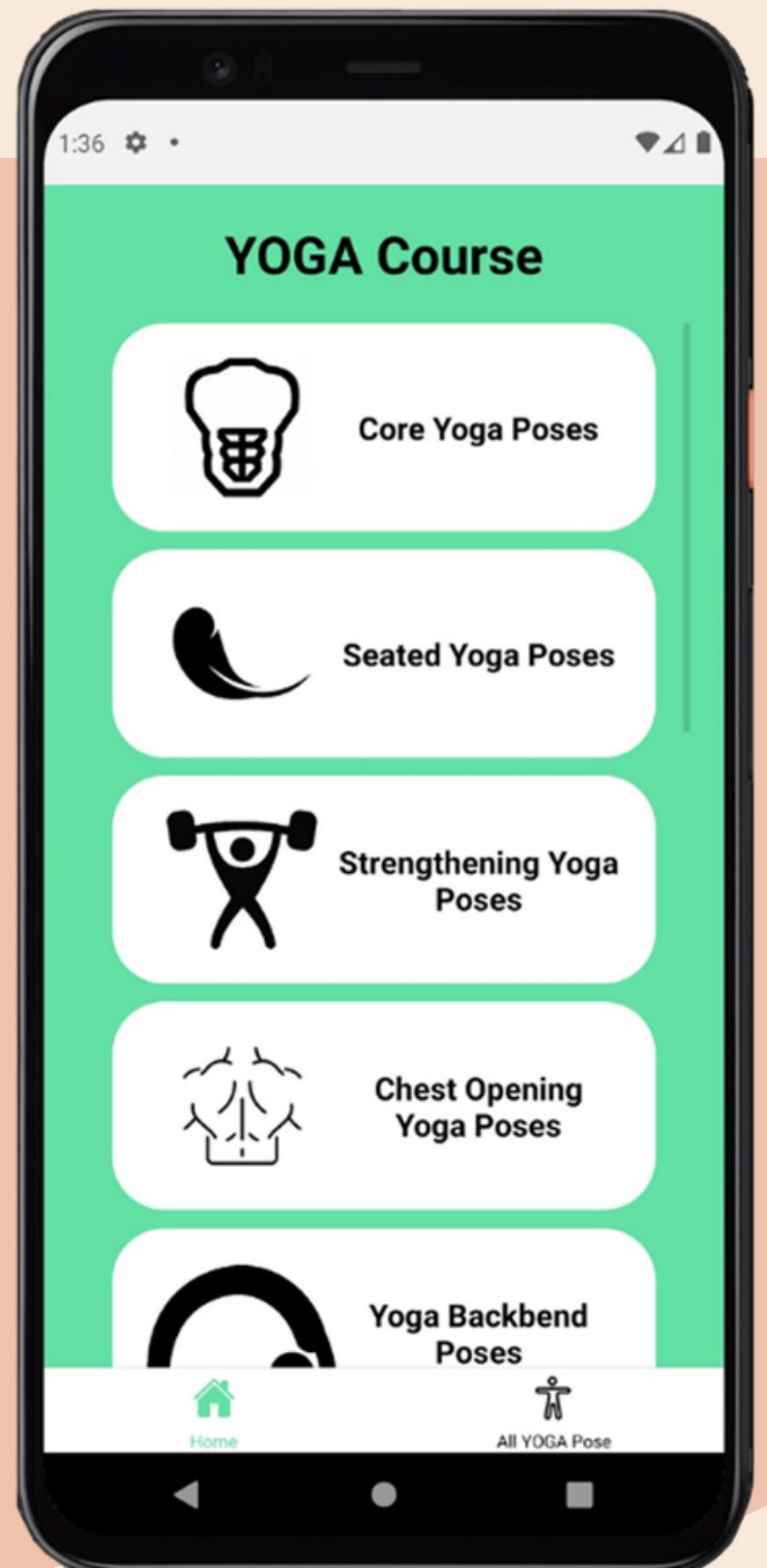
All Ultimate Yoga Pose Application (Manual)



หน้า Start

กดบริเวณใดๆ ก็ได้
เพื่อเริ่มใช้งานแอป





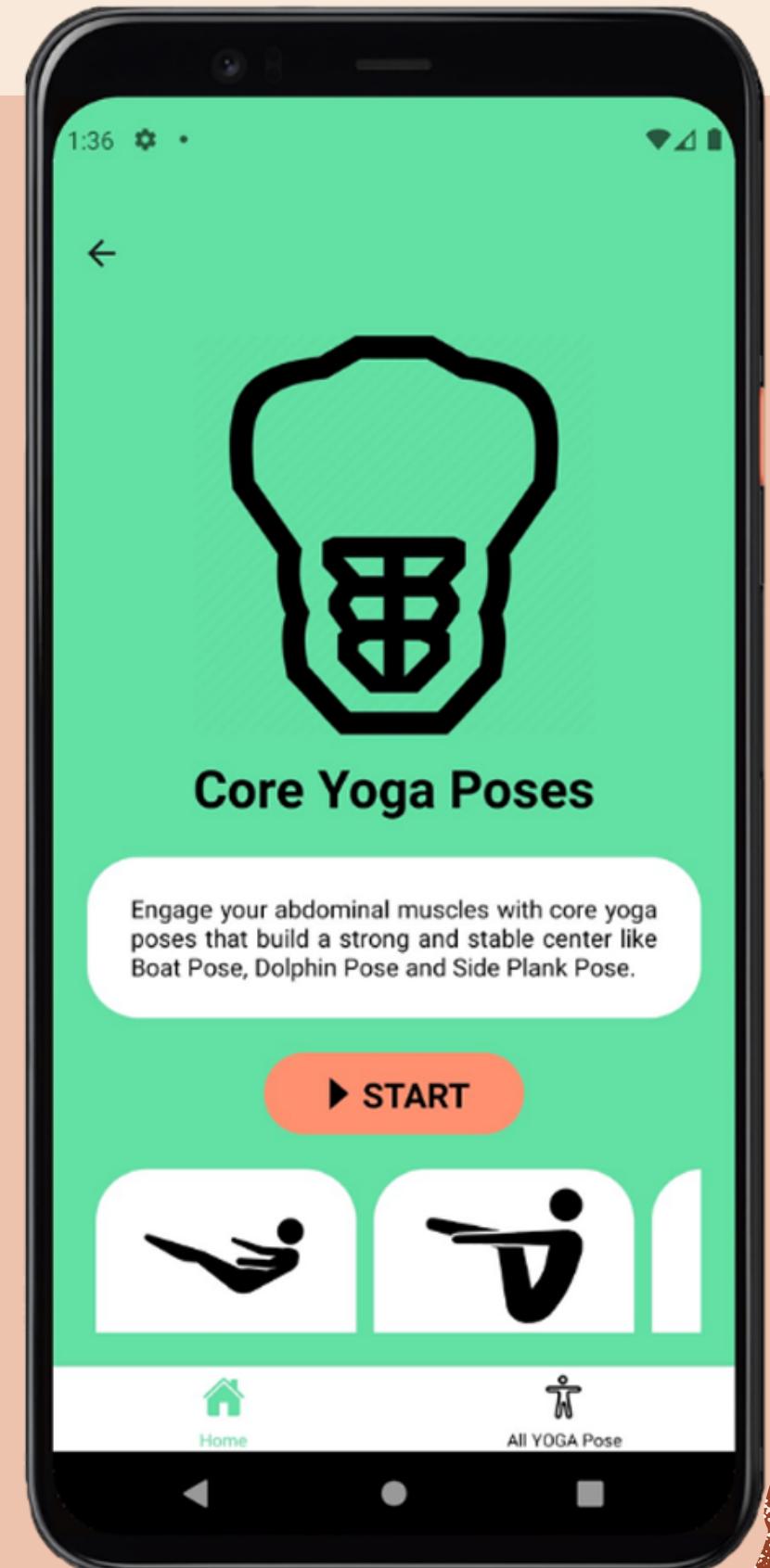
หน้า HOME

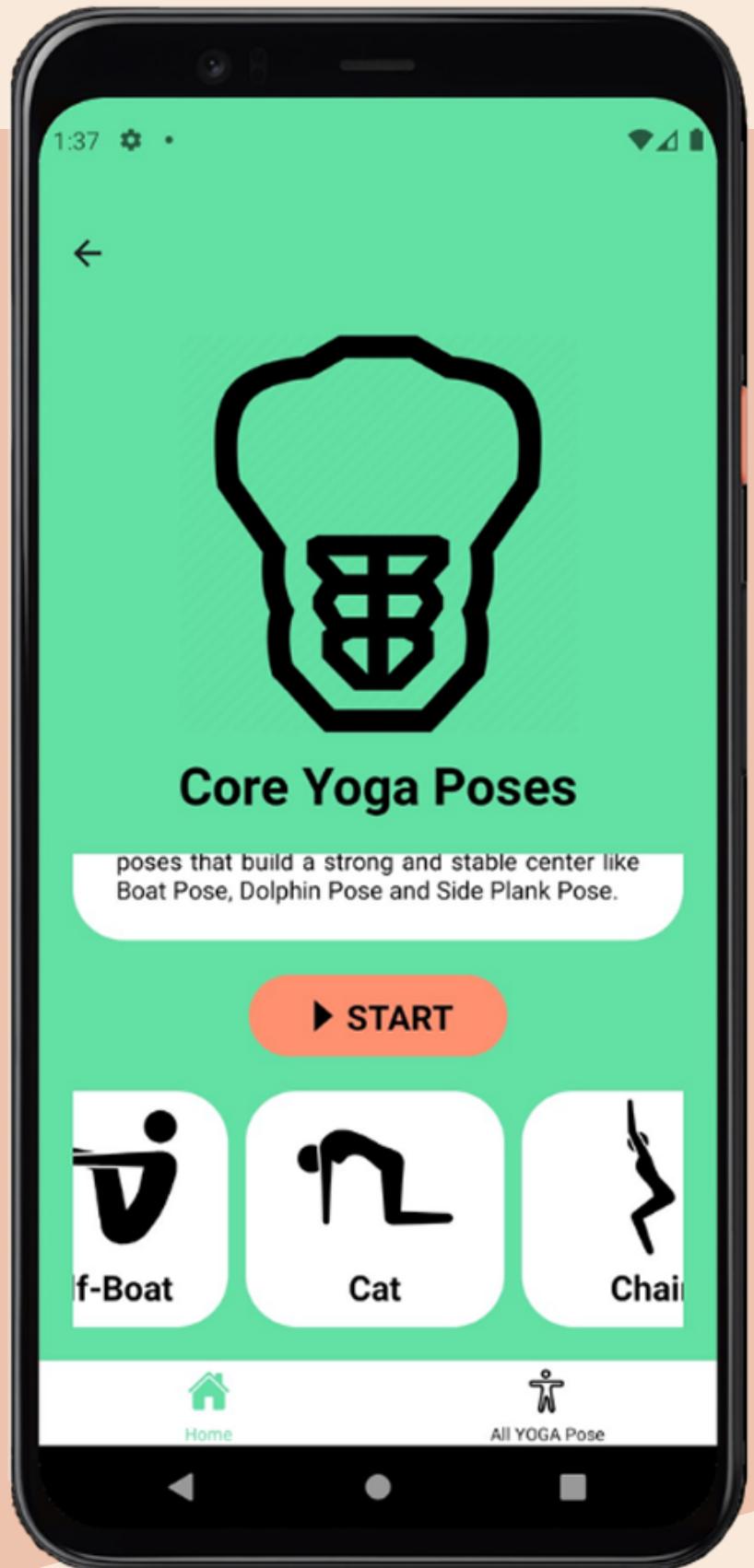
หน้ารวมคอร์สหลักๆ ของแอปตามส่วน ต่างๆของร่างกาย



หน้า Course

พอกดเข้ามา
จะมีส่วนของคำอธิบาย
คอร์สนั้นๆ ท่าที่เริ่มและ
ตัวอย่างท่าที่ต้องทำ



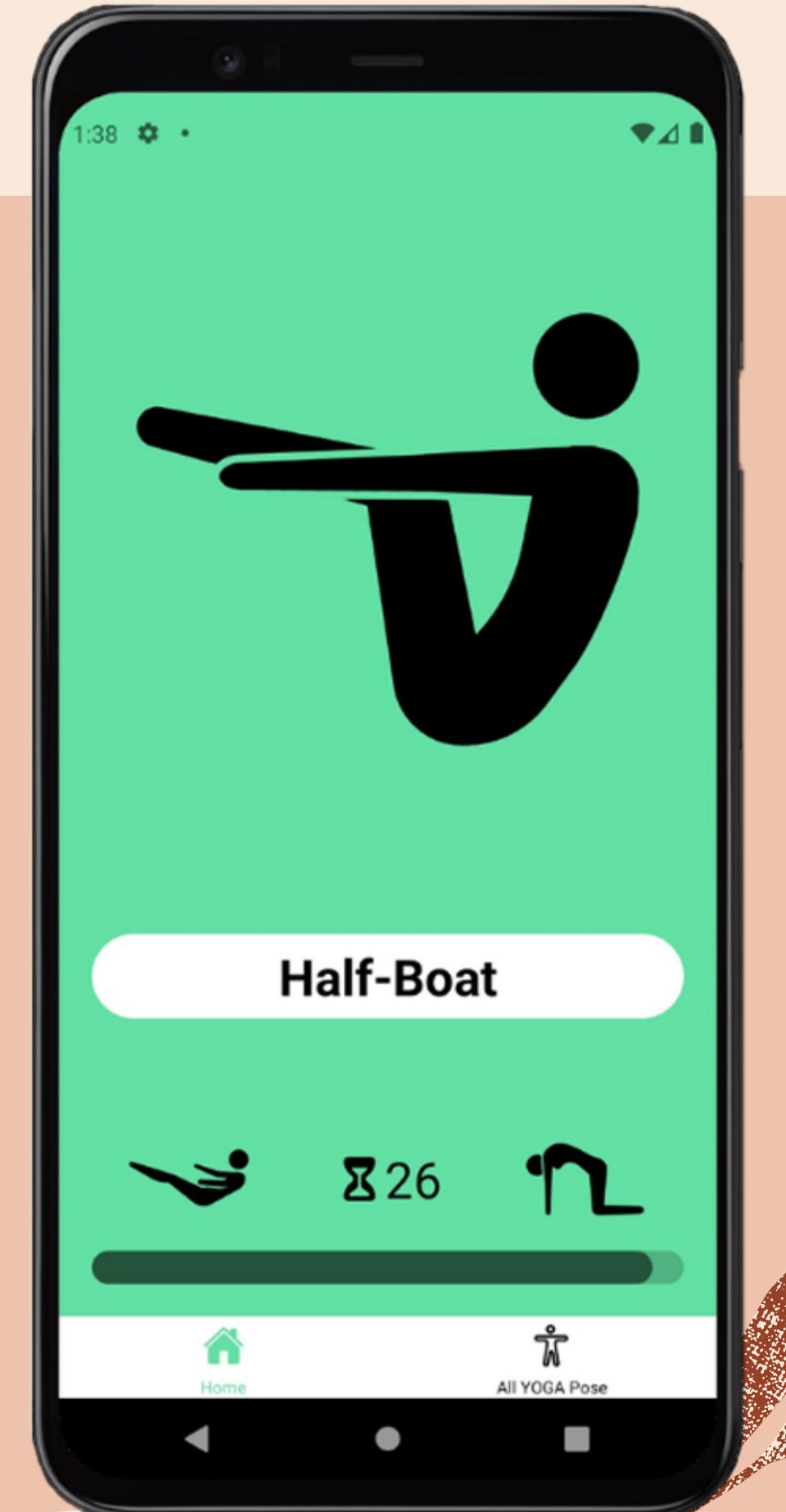


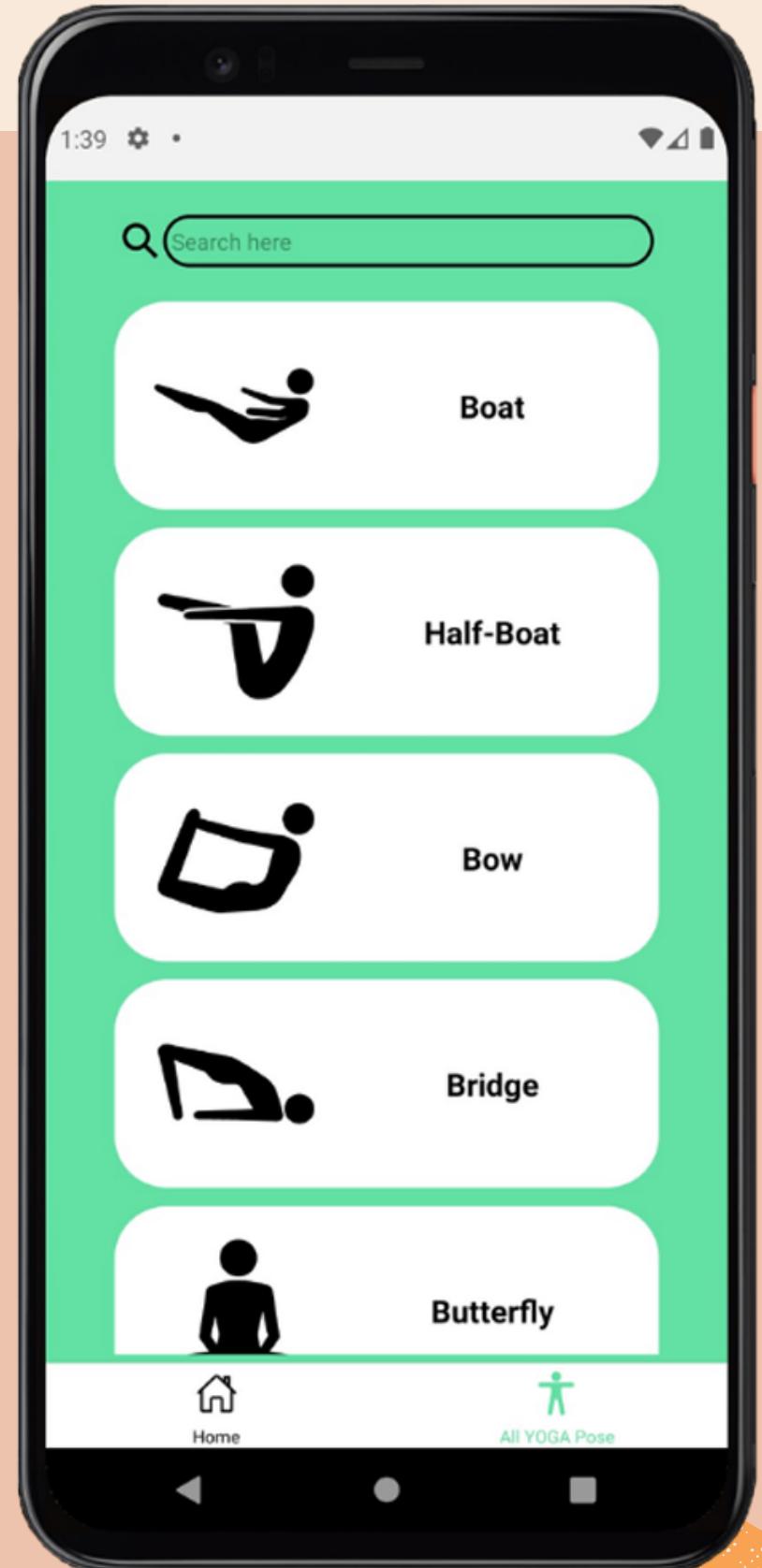
หน้า Course

ตัวอย่างหัวต่างๆที่ต้องทำ
ในคอร์สนี้สามารถ
เลือนดูก่อนจะเริ่มได้

หน้า Course

หลังจากกด start แล้วจะเริ่มทำงานจับเวลาท่าทันที โดยเป็นท่าละ 30 วิ แล้วจะเปลี่ยนท่าโดยซ้ายล่างจะเป็นท่าก่อนหน้า และขวาล่างจะเป็นท่าลัดไป



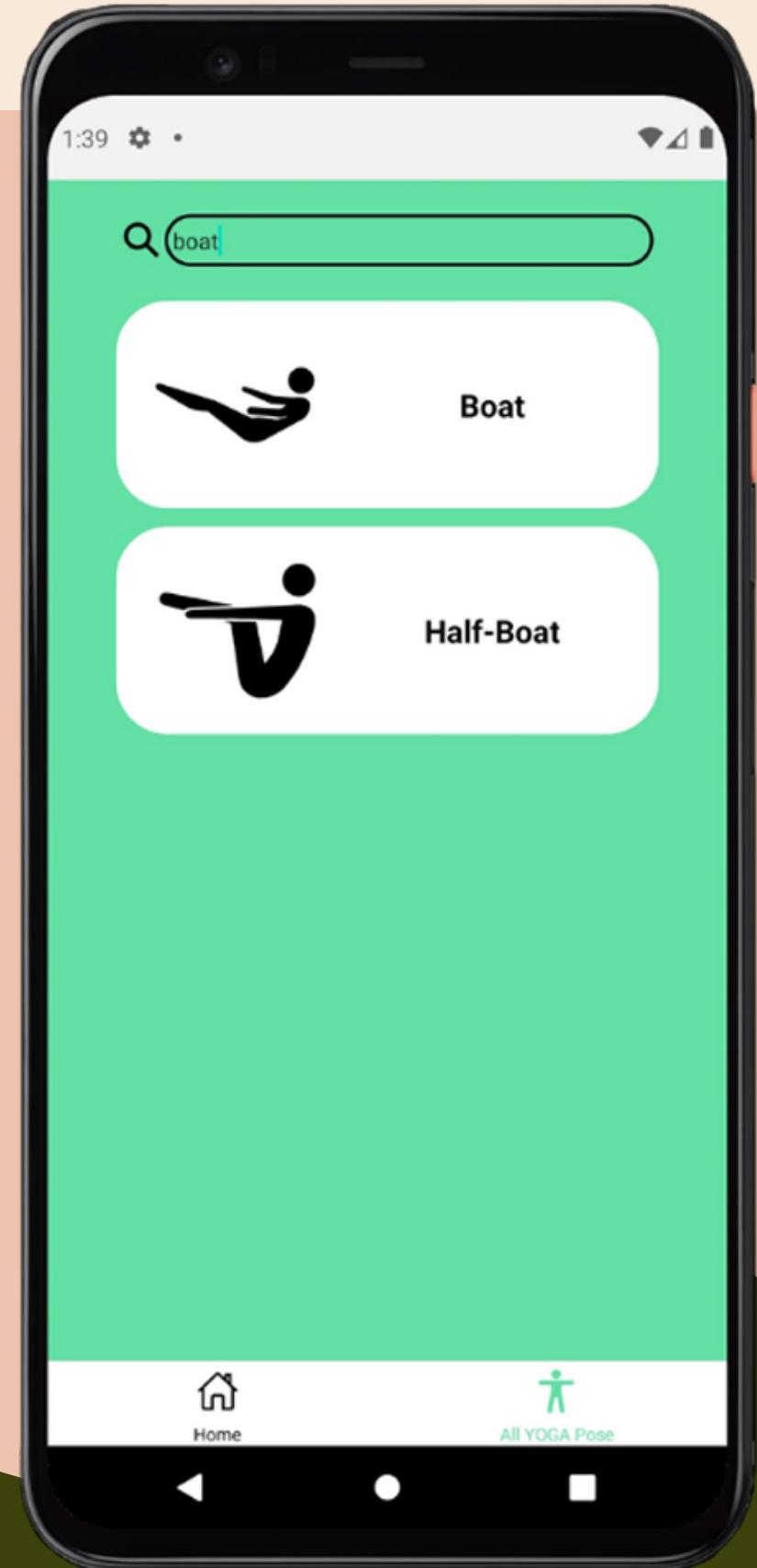


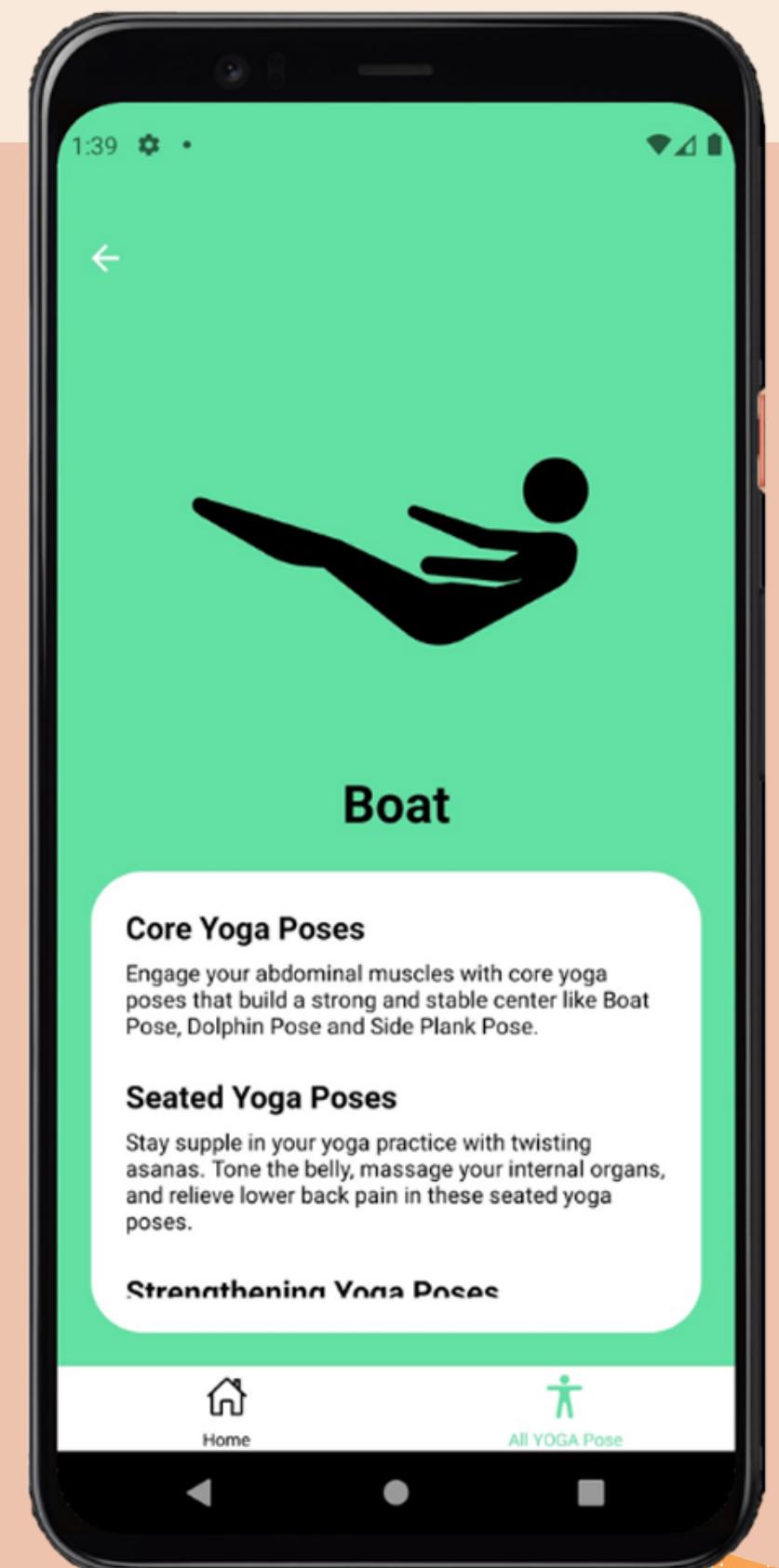
หน้า All yoga pose

เป็นหน้ารวมทุกท่าของโยคะ
ในแอปของเราวิว

หน้า All yoga pose

สามารถใช้ปุ่ม search ด้านบนค้นหาห่าต่างๆที่ต้องการได้





หน้า All yoga pose

หลังจากคลิกเข้ามา
จะมีชื่อท่าและผลประโยชน์ที่
ได้จากห้าอธิบายไว้อยู่บนริเวณ
ด้านล่างของท่า

Poster

คณะเทคโนโลยีสารสนเทศ



All Ultimate Yoga Pose

รวมก้าโยคะกั้นหีบ

ใช้ก้าโยคะ พิชิต

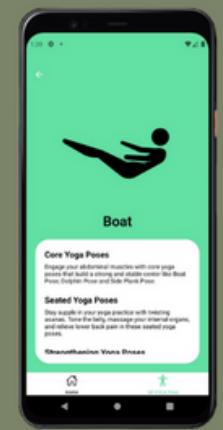
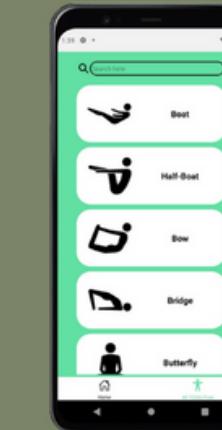
"ปวดหลัง"

แอดปรวมก้าโยคะ รวมคอร์สโยคะ

-รวมคอร์ส

-รวมก้า

-รุ่ผลประโยชน์ของก้า



อาจารย์ผู้สอน:
อาจารย์อมรพันธ์ ชมกลืน

