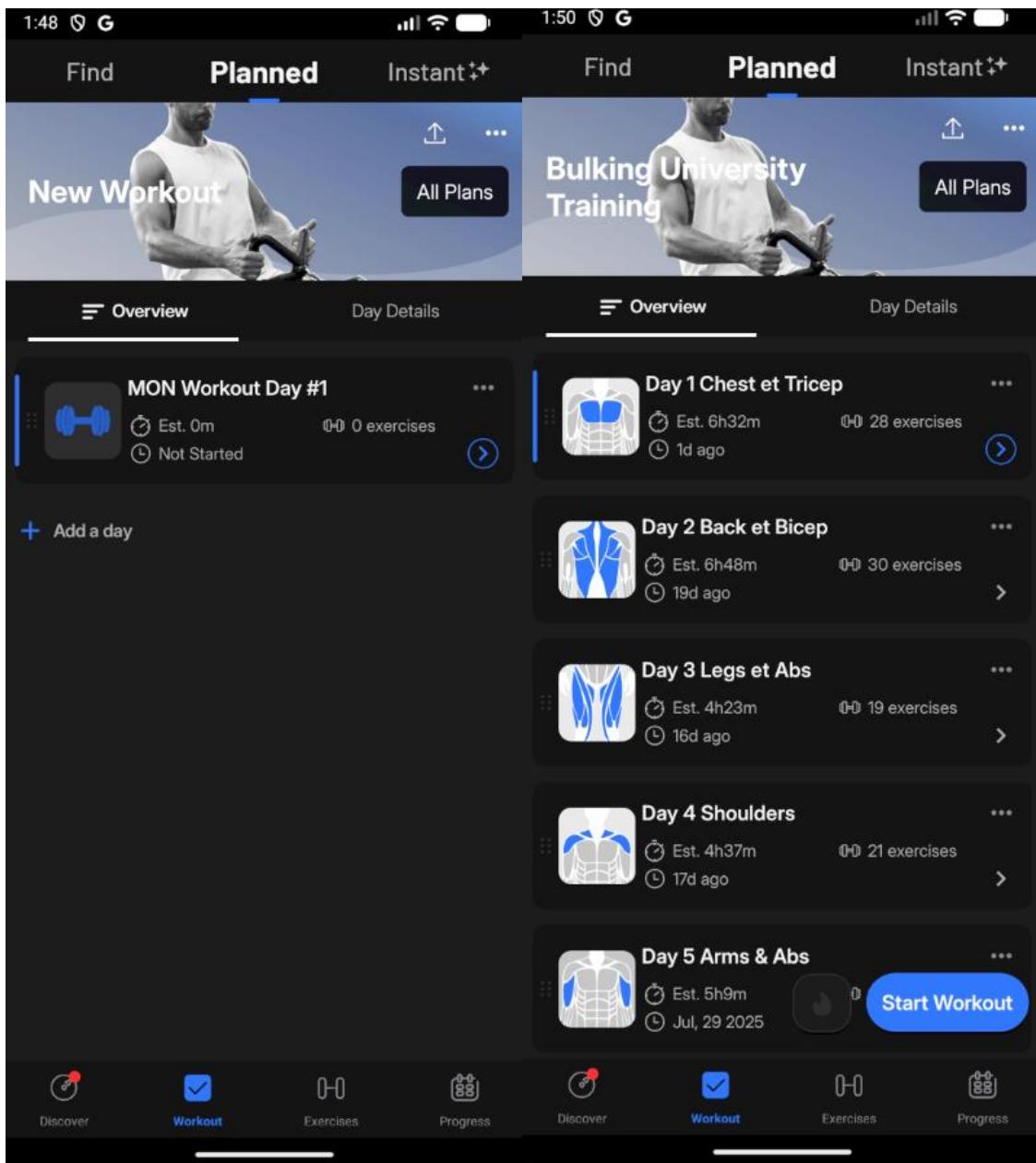
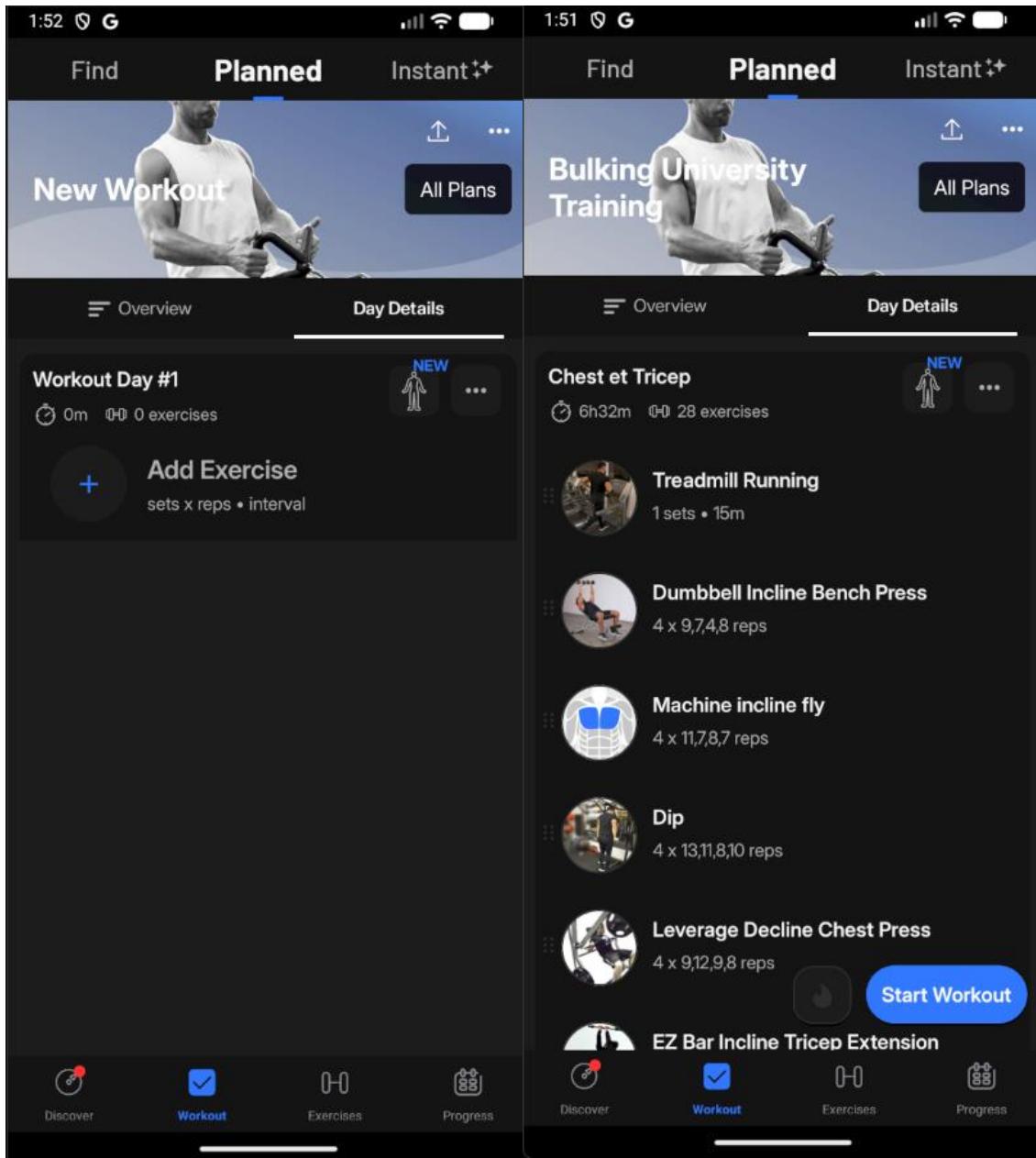


Lorsque nous atterrissons sur l'onglet Workout pour la première fois, nous voyons cette page qui présente le plan actif et ses journées. Lors de la première visite, il y aura un plan actif par défaut, un plan vide comme dans le screenshot ci-dessous . Le screenshot tout juste après est un exemple avec un vrai plan complet, actif et fonctionnel.

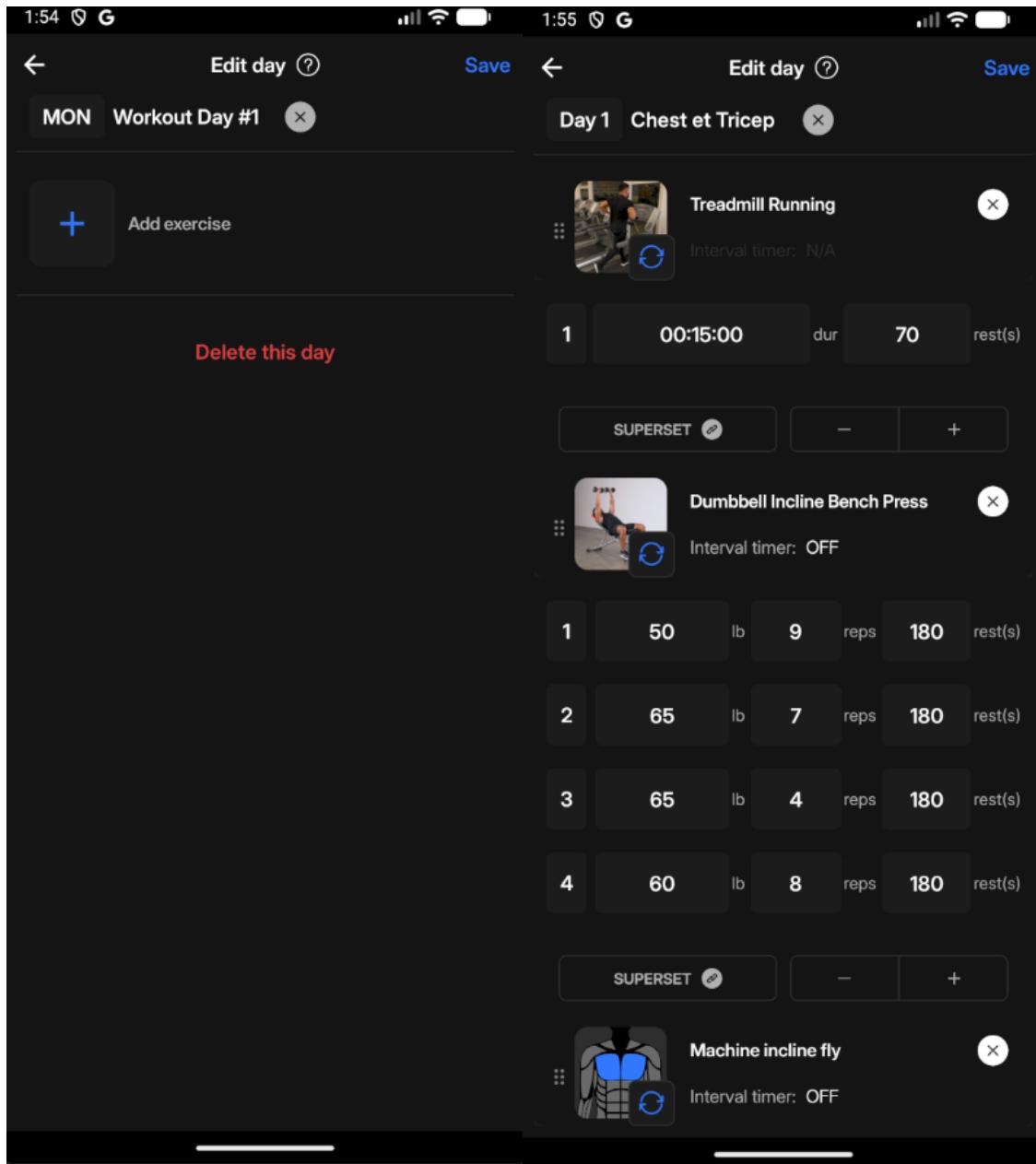


Notez que les onglets dans le haut (Find, Planned et Instant) sont à ignorer. QUand je click sur une journée, ca met une barre horizontale bleu à l'extreme gauche, et m'envoit directement dans l'onglet "Day Details" (peut etre accédé aussi en cliquant le tab day details, ou bien en swipant vers la gauche. VOici 2 screenshot de Day details avec un plan

vide et un plan plein.



Ignorez les bouton (NEW en bleu et le bouton avec ... juste à côté). Quand je retourne à Overview et que je click sur les 3 petits points à droite d'un workout day, ca ouvre un petit menu par dessus l'écran pour me demander de choisir entre Edit ou Delete. Si je clic edit, ca m'ameen vers cet écran (encore une fois, la premiere est avec un plan actif vide, la 2e avec un plan complet).

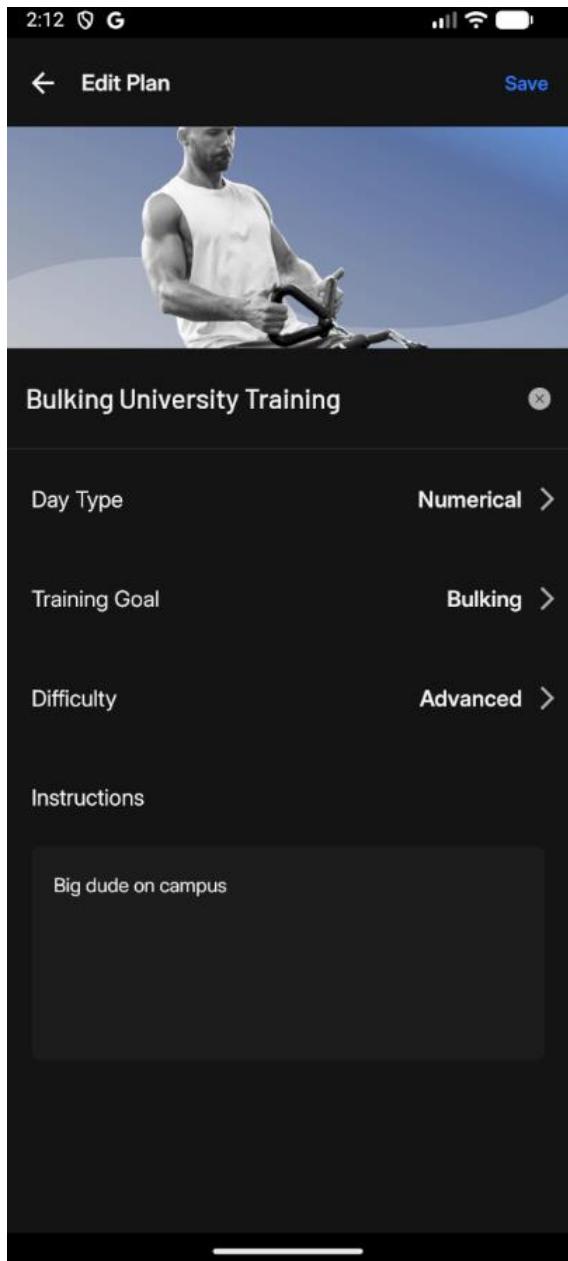


You can see here, (among other places we mentioned in wireframe.md), we can modify the numbers in the Lb and rep (they are placeholder..). It's not very useful for that, but good. By default, our behavior is that these numbers update themselves with the last numbers from the last time we logged this exercise. If not, the numbers are 0. Note that if this complicates your life, the logic of "placeholder" for numbers can be ignored for MVP.

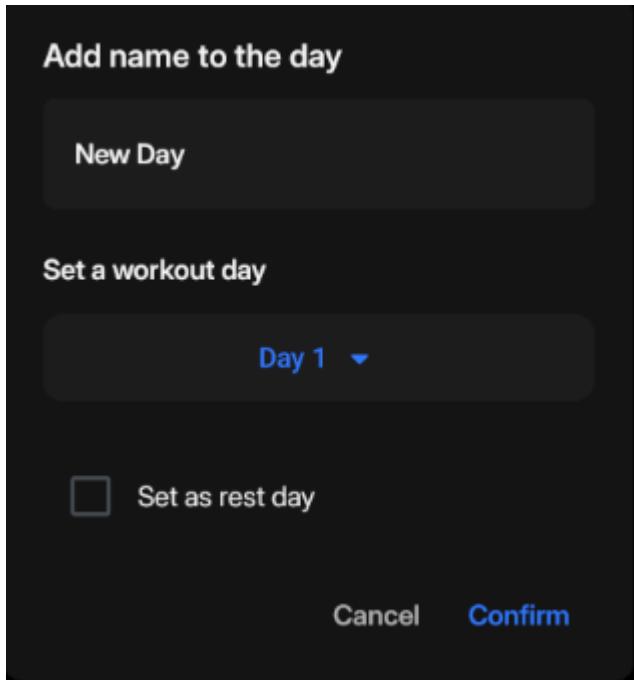
The important thing you notice on this page is the ability to add or remove a set, the ability to remove an exercise (the white space), the ability to add an exercise (at the bottom of the page), and the ability to modify the rest timer for individual exercises. In Jefit, it seems to have a rest timer associated with each set (modifiable via this screen or via the button in

bas de la page du rest-timer actual. (voir l'image 05-timer-interval, dans le bas). Posez des quesitons jusqua ce que tout soti clair et donez moi vos recommendations en meme temps.

Donc essentiellemenrt, je peux ajouter un exercice via la page "Edit day" ou via le sous-onglet Day-details. Dans le haut de l'onglet Overview, quand je click sur All Plans, on M'envoit vers l'ecran ou il va y avoir 2 plan templates, et nous allons laisser l'utilisateur créer un nombrew limité de plan. Le plan sélectionné sera mentiuonn par un badge "Current", le bouton "Select" ne sera pas actif pour ce plan. Sur "Create Plan", quand on click, ca devrait nous amener vers une page de création dans le style comme dans le screnshot suivant



Toutefois, nous n'utilisons pas "Day type", Training Goals ni difficulty. Peut etre juste garder une section Instruction, et la possibilité de Choisir un nom. Quand on clic save en haut à droite, ca nous amene dans le sous-onglet overview avec le plan sélectionné et actif. Pour ajouter des journées, il faut clicquer sur Add day tout en bas de sous onglet Overview, et ca devrait ouvrir un popup daNS le style suivant :



Ne pas inclure "Set as rest days" for now. Surement post mvp.