**1. Περίπτωση Χρήσης 4: Δημιουργία Προπόνησης**

**1.1 Σύντομη Περιγραφή**

Ο χρήστης δημιουργεί μια νέα προπόνηση, καθορίζοντας τις ασκήσεις που την απαρτίζουν και τα χαρακτηριστικά τους (π.χ. επαναλήψεις, σετ, διάρκεια).

**1.2 Χειριστές**

* **Κύριος χειριστής:** Χρήστης (αθλητής ή προπονητής)
* **Σύστημα:** Εφαρμογή FitGuide

**2. Ροή Γεγονότων**

**2.1 Βασική Ροή**

1. Ο χρήστης επιλέγει "Δημιουργία Προπόνησης" από την οθόνη.

2. Το σύστημα εμφανίζει την οθόνη δημιουργίας προπόνησης.

3. Ο χρήστης εισάγει όνομα προπόνησης περιγραφή.

4. Ο χρήστης επιλέγει «Πρόσθεσε Άσκηση».

5. Το σύστημα εμφανίζει την οθόνη επιλογής ασκήσεων.

6. Ο χρήστης επιλέγει μία ή περισσότερες ασκήσεις από τη λίστα και επιβεβαιώνει.

7. Το σύστημα επιστρέφει στην οθόνη δημιουργίας προπόνησης.

8. Το σύστημα έχει εμφανίσει μία φόρμα στην οθόνη για κάθε άσκηση.

9. Σε κάθε φόρμα ο χρήστης μπορεί να επιλέξει «Πρόσθεσε Σετ».

10. Το σύστημα ελέγχει τον τύπο της άσκησης.

11. Το σύστημα εμφανίζει μία φόρμα για το σετ μέσα στην φόρμα της άσκησης.

12. Ο χρήστης συμπληρώνει τα πεδία του της φόρμας σετ.

13. Ο χρήστης μπορεί να διαγράψει ένα σετ ή μία άσκηση.

14. Το σύστημα αφαιρεί τη φόρμα που διαγράφηκε.

15. Ο χρήστης πατάει αποθήκευση.

16. Το σύστημα αποθηκεύει στην βάση την προπόνηση και εμφανίζει μήνυμα επιτυχίας.

17. Το σύστημα ελέγχει έχει προηγηθεί η **<<extend>> Προγραμματισμός Προπόνησης στο Ημερολόγιο.**

18. Ο χρήστης έχει την επιλογή να προσθέσει την προπόνηση του στο ημερολόγιό του (**<<extend>> Προγραμματισμός Προπόνησης στο Ημερολόγιο)**.

**2.2 Εναλλακτικές Ροές**

**2.2.1 Εναλλακτική Ροή 1: Ο χρήστης δημιουργεί νέα άσκηση**

6α. Ο χρήστης δεν βρίσκει την επιθυμητή άσκηση στη λίστα και επιλέγει να δημιουργήσει νέα άσκηση.  
6α.1. Ενεργοποιείται η περίπτωση χρήσης **<<extend>> Δημιουργία Άσκησης**.  
6α.2. Μετά τη δημιουργία της άσκησης, το σύστημα επιστρέφει στην λίστα ασκήσεων με νέα άσκηση επιλεγμένη.  
6α.3. Συνέχεια από το Βήμα 6 της Βασικής Ροής.

**2.2.2 Εναλλακτική Ροή 2: Ο χρήστης ακυρώνει τη διαδικασία**

15α. Ο χρήστης επιλέγει "Άκυρο" αντί για "Αποθήκευση".  
15α.1. Το σύστημα δεν αποθηκεύει καμία αλλαγή και επιστρέφει στην προηγούμενη οθόνη.

**2.2.3 Εναλλακτική Ροή 3: Υπάρχουν μη έγκυρα πεδία**

15β. Το σύστημα εντοπίζει ότι δεν έχουν συμπληρωθεί όλα τα απαιτούμενα πεδία ή υπάρχει προπόνηση με το ίδιο όνομα.  
15β.1. Το σύστημα εμφανίζει μήνυμα σφάλματος και επισημαίνει τα πεδία που πρέπει να συμπληρωθούν ή να αλλάξουν.  
15β.2. Συνέχεια από το Βήμα 15 της Βασικής Ροής.

**2.2.4 Εναλλακτική Ροή 4: Έχει προηγηθεί προγραμματισμός στο ημερολόγιο**

17α. Το σύστημα δεν δίνει επιλογή προγραμματισμού και επιστρέφει στην προηγούμενη οθόνη.

**2.2.4 Εναλλακτική Ροή 5: Ο χρήστης επιλέγει να προγραμματίσει την προπόνηση**

18α. Ο χρήστης επιλέγει να προσθέσει την προπόνηση στο ημερολόγιό του.  
18α.1. Ενεργοποιείται η περίπτωση χρήσης **<<extend>> Προγραμματισμός Προπόνησης στο Ημερολόγιο**.