**Utente**(*id*, nome, cognome, email, password, data\_di\_nascita)

CC: {id}

**Scheda**(*utente\_id*, tipologia, difficolta, obiettivo, data\_inizio, data\_fine)

CC: {utente\_id}  
CE: utente\_id -> utente(id)

**Contiene**(*scheda\_id*, *allenamento\_id*)

CC:{scheda\_id, allenamento\_id}  
CE:

* Scheda\_id -> Scheda(utente\_id)
* Allenamento\_id -> Allenamento(id)

**Allenamento**(*id*, data, durata)

CC: {id}  
CE: esercizio\_nome -> Esercizio(nome)

**Composto**(*allenamento\_id*, *esercizio\_id*)

CC:{allenamento\_id, esercizio\_id}  
CE:

* Allenamento\_id -> Allenamento(id)
* Esercizio\_id -> Esercizio(id)

**Esercizio**(*nome*, descrizione, gruppo\_muscolare)

CC:{nome}

**Esercizio Serie** (*esercizio\_id*, numero, intervallo\_di\_recupero, carico, durata, nome\_strumento\_utilizzato, peso)

CC: {esercizio\_id}  
CE: esercizio\_id -> esercizio(nome)

**Riscaldamento** (*esercizio\_id*, durata)

CC: {esercizio\_id}  
CE: esercizio\_id -> esercizio(nome)

**Ripetizione**(*esercizio\_serie\_id*, numero)

CC: {esercizio\_serie\_id}  
CE: esercizio\_serie\_id -> esercizio\_serie(esercizio\_id)

Legenda:

CC = Chiavi candidate  
CE = Chiavi esterne