**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}

**Esercizio**(*id*, nome, descrizione)

CC:{id}

**Gruppo Muscolare** (*id*, nome)

CC: {id}

**Esercizio Gruppo** (*esercizio\_id*, *gruppo\_muscolare\_id*)

CC: {esercizio\_id, gruppo\_muscolare\_id}  
CE:

* Esercizio\_id -> esercizio(id)
* Gruppo\_muscolare\_id -> Gruppo\_muscolare(id)

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

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

**Composizione Serie**(*allenamento\_id*, *esercizio\_id, esercizio\_serie\_id*)

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

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

**Dati Esercizi Serie** (*esercizio\_serie\_id*, carico, serie\_corrente)

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

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

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

**Composizione Riscaldamento**(*allenamento\_id*, *esercizio\_id, riscaldamento \_id*)

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

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

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

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

Legenda:

CC = Chiavi candidate  
CE = Chiavi esterne