

Cahier des charges App Coach

(Côté Coach)

Sommaire :

- Introduction
- Modules :
 - Sport
 - Description
 - Fenêtre Outil de Création de Programme sportif
 - Fenêtre Outil de Création de Circuit
 - Fonctionnalités de l'outil de Création de Programme Sportif/Circuit
 - Fonctionnalité de la fenêtre de Création du Programme sportif/Circuit
 - Fenêtre Mes programmes en cours
 - Fenêtre Mes templates de Programme
 - Fenêtre Circuits
 - Fenêtre Exercices
 - Fenêtre Création d'Exercices
 - Nutrition
 - Description
 - Fenêtre Outil de Création de diète
 - Fenêtre Outils de Création recette
 - Fonctionnalités de l'outil de Création de Diète/Recette
 - Fonctionnalité sur la fenêtre de Création de Diète/Recette
 - Fenêtre Mes diètes en cours
 - Fenêtre Mes templates de diètes

- Fenêtre Mes recettes
- Fenêtre Aliment

- Bilan
 - Description
 - Pop de Création de Bilan
 - Fonctionnalités du pop-up création de bilan
 - Onglet Bilan
 - Fenêtre : Suivi de bilan
 - Fenêtre Mes modèles de bilan
- Élève
 - Description
 - Onglet élève
 - Fenêtre Tableau de bord
 - Fenêtre Bilan
 - Fenêtre Sport
 - Historique des séances
 - Historique des programmes
 - Fenêtre Nutrition
 - Historique des journées
 - Historique des diètes
- Ressources
- Mes Formules
- Paramètres
- Messagerie

Sont présentés ici tous les différents modules ainsi que leurs fonctionnalités et leurs écrans composant l'application pour la partie accessible au coach.

Module Sport

Le module Sport est composé d'une part de l'Outil de Création de programme dont le but est de simplifier au coach la création d'un programme sportif grâce à des templates que le coach pourra ensuite assigner à un élève ou un groupe d'élèves et le réutiliser. Une fois le programme créé, il peut être enregistrée comme template. D'une autre part, il est composé de l'onglet Sport permettant d'avoir un visuel complet de la gestion des programmes sportifs. (Cf. image 3 du module Sport)

Fenêtre Outil de Création de Programme sportif :

Table hiérarchique sport (exemple)									
Jours	séance	Exercice	Type exercice combiné	Sous exercice	Série	Répétition	Poids	Temps de repos	Action
Jour 1									Supprimer Jour Réduire Onglet
	Séance								Supprimer Séance Réduire Onglet
		Exercice 1							Supprimer Exercice
		Exercice 2							Supprimer Exercice Réduire Onglet
					Série 1	nb répétition (input)	Poids (input)	Temps de repos (input)	Supprimer Série
									Ajouter Série
		Exercice combiné	Superset		nb série (input)				Supprimer Exercice Réduire Onglet
				Exercice 1	. = nb série superset	X	X	X	Supprimer Exercice
				Exercice 2	. = nb série superset	X	X	X	Supprimer Exercice
				Exercice 3	. = nb série superset	X	X	X	Supprimer Exercice
									Ajouter Exercice
									Ajouter Exercice
									Ajouter Exercice
									Ajouter Séance
									Ajouter Jour

Un programme sportif peut être présenter sous forme de Table hiérarchique (Cf. Image ci-dessus)

-Un programme sportif est composée de N Jour

-Chaque jour est composé de N Exercice/Circuit

-Chaque Circuit est composé de N exercice

-Chaque Exercice est composé de N série ; N répétition ; N kg (optionnel) ; N seconde de repos ; commentaire du coach (optionnel) ; une variante d'Exercice (optionnel) ; Description d'un exercice (un nom ; un groupe musculaire cible ; une description de l'exécution des mouvements ; (ultérieurement une vidéo expliquant l'exécution)

Le coach doit pouvoir créer un circuit dans la Fenêtre Outil de Création de Programme sportif en plus de pouvoir utiliser les templates de circuit déjà créer.

Fenêtre Outil de Création de Circuit :

Table hiérarchique circuit (exemple)							
Circuit	Exercice	Série	Répétition	Poids	Temps de repos	Action	
Circuit		X				Supprimer Circuit	Réduire Onglet
	Exercice 1	.= nb série superset	X	X	X	Supprimer Exercice	
	Exercice 2	.= nb série superset	X	X	X	Supprimer Exercice	
	Exercice 3	.= nb série superset	X	X	X	Supprimer Exercice	
						Ajouter Exercice	

Il existe différents types de circuits (Exercice combiné) dans le fitness.

Exemples :

-Superset (2 exercices), Triset (3 exercices), Circuit (nb exercice \geq 4)

Dans ce type de circuit un nombre de série est défini pour l'ensemble des exercices, on définit ensuite un nombre de répétition pour chacune des séries de chaque exercice ainsi qu'un temps de repos entre chaque exercice, (un poids peut être choisi aussi).

Exemple : Je créer un triset, avec en paramètre 3 séries, avec pour chaque série de chaque exercice 8 répétitions avec n poids et n temps de repos. Voici le déroulement du triset. (Cf. Image ci-dessous)

Triset	Exercice 1	Série 1	8 répétitions	à n poids
	n temps de repos			
	Exercice 2	Série 1	8 répétitions	à n poids
	n temps de repos			
	Exercice 3	Série 1	8 répétitions	à n poids
	n temps de repos			
	Exercice 1	Série 2	8 répétitions	à n poids
	n temps de repos			
	Exercice 2	Série 2	8 répétitions	à n poids
	n temps de repos			
	Exercice 3	Série 2	8 répétitions	à n poids
	n temps de repos			
	Exercice 1	Série 3	8 répétitions	à n poids
	n temps de repos			
	Exercice 2	Série 3	8 répétitions	à n poids
	n temps de repos			
	Exercice 3	Série 3	8 répétitions	à n poids

-TABATA

Dans ce type de circuit, une durée totale du circuit est définie. On définit la durée sur chaque exercice ainsi que le temps de repos entre chaque.

Exemple : Je créer un circuit TABATA d'une durée de 4 minutes et 20 secondes, contenant 3 exercices, avec un temps de 20 secondes par exercice à n poids avec 10 secondes de récupération entre chaque exercice. Voici le déroulement du circuit. (Cf. Image ci-dessous)

					Timer
TABATA durée = 4 min 20 sec	Exercice 1	Série 1	20 secondes	à n poids	20 sec
	10 secondes temps de repos				30 sec
	Exercice 2	Série 1	20 secondes	à n poids	50 sec
	10 secondes temps de repos				1 min
	Exercice 3	Série 1	20 secondes	à n poids	1 min 20 sec
	10 secondes temps de repos				1 min 30 sec
	Exercice 1	Série 2	20 secondes	à n poids	1 min 50 sec
	10 secondes temps de repos				2 min
	Exercice 2	Série 2	20 secondes	à n poids	2 min 20 sec
	10 secondes temps de repos				2 min 30 sec
	Exercice 3	Série 2	20 secondes	à n poids	2 min 50 sec
	10 secondes temps de repos				3 min
	Exercice 1	Série 3	20 secondes	à n poids	3 min 20 sec
	10 secondes temps de repos				3 min 30 sec
	Exercice 2	Série 3	20 secondes	à n poids	3 min 50 sec
	10 secondes temps de repos				4 min
	Exercice 3	Série 3	20 secondes	à n poids	4 min 20 sec

Une fois le Programme sportif/Circuit créé il peut être enregistrer comme template

Le coach doit pouvoir créer un Programme sportif/Circuit de la façon la plus intuitive possible

Fonctionnalités de l'outil de Création de Programme Sportif/Circuit :

-Champs :

-Boutons :

-Ajouter Jour :

-Action : Ajoute un jour au Programme

-Ajouter Séance :

-Action : Ajoute une Séance au Programme

-Ajouter Exercice/Circuit :

-Action : Ajoute un Exercice à la Séance/Circuit

-Ajouter Série :

-Action : Ajoute une Série a un Exercice

-Supprimer Jour :

-Action : Supprime le jour et ce qui le compose

-Supprimer Séance :

-Action : Supprime la Séance et ce qui la compose

-Supprimer Exercice/Circuit :

-Action : Supprime l'Exercice/Circuit et ce qui le compose

-Supprimer Série :

-Action : Supprime la Série

-Input :

-Nombre : Série : Le coach doit pouvoir entrer un nombre de série qui génère les lignes correspondant au nombre de séries

-Nombre : Répétition : Le coach doit pouvoir entrer un nombre de répétitions

-Nombre : Poids (optionnel) : Le coach doit pouvoir entrer une charge pour l'exercice

-Nombre : Temps de Repos : Le coach doit pouvoir entrer un temps de repos

Fonctionnalité de la fenêtre de Création du Programme sportif/Circuit (absent sur l'image ci-dessus) :

-Champs :

-Input :

-Texte : Défini le titre du Programme sportif/Circuit

-Texte : Possibilité d'ajouter des tags

-Boutons :

-Supprimer : Supprime le template de Programme sportif/Circuit

-Enregistrer : Permet d'enregistrer la Programme sportif/Circuit (si pas de nom entré, on ne peut pas enregistrer)

-Utiliser un Template : Pop-up affichant la liste des templates existants. Le coach doit pouvoir importer un template dans l'outil de création de Programme sportif/Circuit sans que les modifications impact ce dernier.

Le programme/circuit est enregistré dans la bibliothèque du coach, il peut être visible par le coach, son organisation (évolution futur, choix optionnel), ses élèves possédant le programme.

Une fois toutes les informations nécessaires à ce Programme sportif/Circuit (ou si le coach veut le finir plus tard) il clic sur le bouton enregistrer comme template.

Un coach peut modifier un Template de Programme sportif/Circuit déjà créé (repas, aliments, collation, nom, nb de jours) sans que cela affecte les personnes à qui l'ancien template a été assigné.

Un coach peut modifier un programme Template déjà attribuer à un élève sans pour autant modifier le Template, une fois le Template modifier le coach reçoit la proposition de l'enregistrer en tant que nouveau Template

L'onglet Sport est composé de 4 fenêtres (Mes Programmes en cours ; Mes templates de Programmes ; Circuits ; Exercices) Cf. Image Suivante :

La fenêtre afficher par défaut est : Mes programmes en cours (Cf. Image ci-dessous)

-Fenêtre Mes programmes en cours – Sport :

Nom Prénom élève	Durée du programme	date de début	Tag	Avancement
Nom Prénom	2 semaine	dd/mm/aa	Débutant / confirmé ...	<div><div></div></div> XX %
Nom Prénom	3 semaine	dd/mm/aa	Sèche / Pdm ...	<div><div></div></div> XX %

-Champs :

-Tableau :

-Data colonne : Nom (élève) ; Prénom (élève) ; Durée programme ; Date de début (date d'assignation du programme à l'élève) ; Tag (tag du programme) ; Avancement (sous forme de Progress barre, % du programme effectuer)

-Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9

-Lors d'un clic sur la ligne d'un élève, on accède à la fenêtre Sport dans l'onglet élève.

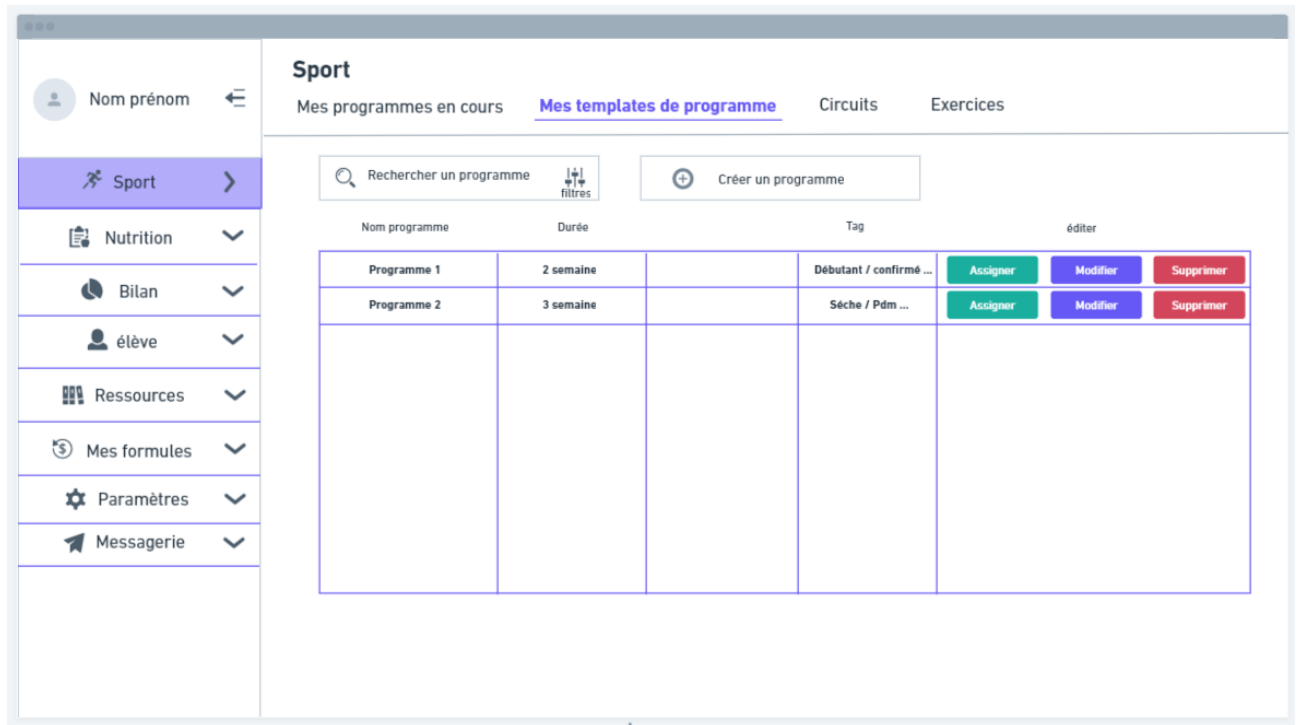
-Bouton :

-Créer un Programme : Redirige vers la fenêtre de Création de programme

-Input :

-Texte : Rechercher : Filtre dynamiquement le tableau par nom/prénom (un filtre peut être sélectionner pour appliquer la recherche à une autre colonne)

-Fenêtre Mes Templates de Programme – Sport :



Le coach peut seulement voir les templates qu'il a créé ainsi que ceux de son organisation (évolution futur)

-Champs :

-Input :

-Texte : Filtre dynamiquement le tableau par nom/prénom (un filtre peut être sélectionner pour appliquer la recherche à une autre colonne)

-Tableau :

-Data colonne : Nom (Programme) ; Durée (Programme) ; Nombre élève à qui le programme a été assigné ; Tag (Programme) ; Zone bouton (Assigner ; Modifier ; Supprimer)

-Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9

-Lors d'un clic sur la ligne d'un élève, on accède à la fenêtre Sport dans l'onglet élève.

-Boutons :

-Créer un Programme : Redirige vers la fenêtre de Création de programme sportif

-Assigner : On click ouvre pop-up contenant :

-Un champs Recherche : saisie : filtrant la liste des élèves

-Une liste des élèves avec en data afficher avatar ; nom ; prénom (Sélection d'un élève en appuyant sur sa ligne dans la liste)

->Sélection d'un élève : ouvre pop-up contenant un calendrier permettant de sélectionner la date de début du programme (Si un programme est déjà assigné à cette élève les cases des jours correspondants sont grisés) après sélection l'ensemble des pop-ups se ferment et un message confirmant l'assignation du programme apparaît

-Modifier : Redirige vers la fenêtre de Création de Programme sportif avec le programme sélectionné chargé dans l'outil de création

-Supprimer : On click ouvre pop-up contenant :

-Bouton 1 : Confirmer

-Bouton 2 : Annuler

-Fenêtre Circuits – Sport :

Nom circuit	Nombre exercices	Description	Tag	éditer
Circuit 1	2 exercice	Bla, bla, bla	Débutant / confirmé ...	<button>Modifier</button> <button>Supprimer</button>
Circuit 2	6 exercice	Bla, bla, bla	Sèche / Pdm ...	<button>Modifier</button> <button>Supprimer</button>

Le coach peut seulement voir les circuits qu'il a créé ainsi que ceux de son organisation (évolution futur)

-Champs :

-Recherche : Saisie -> filtre dynamiquement le tableau par Titre

-Tableau :

-Data colonne : Titre circuit ; Nombre d'Exercice (dans le circuit) ; description du circuit ; Tag ; Zone bouton (Modifier ; Supprimer)

-Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en A -> Z / 0 -> 9 / Note

-Bouton :

-Modifier : (absent sur l'image ci-dessus, positionner dans la dernière colonne à droite)

-Action : Redirige vers la fenêtre de Création de Circuits avec le circuit sélectionné pour charger dans l'outil de création

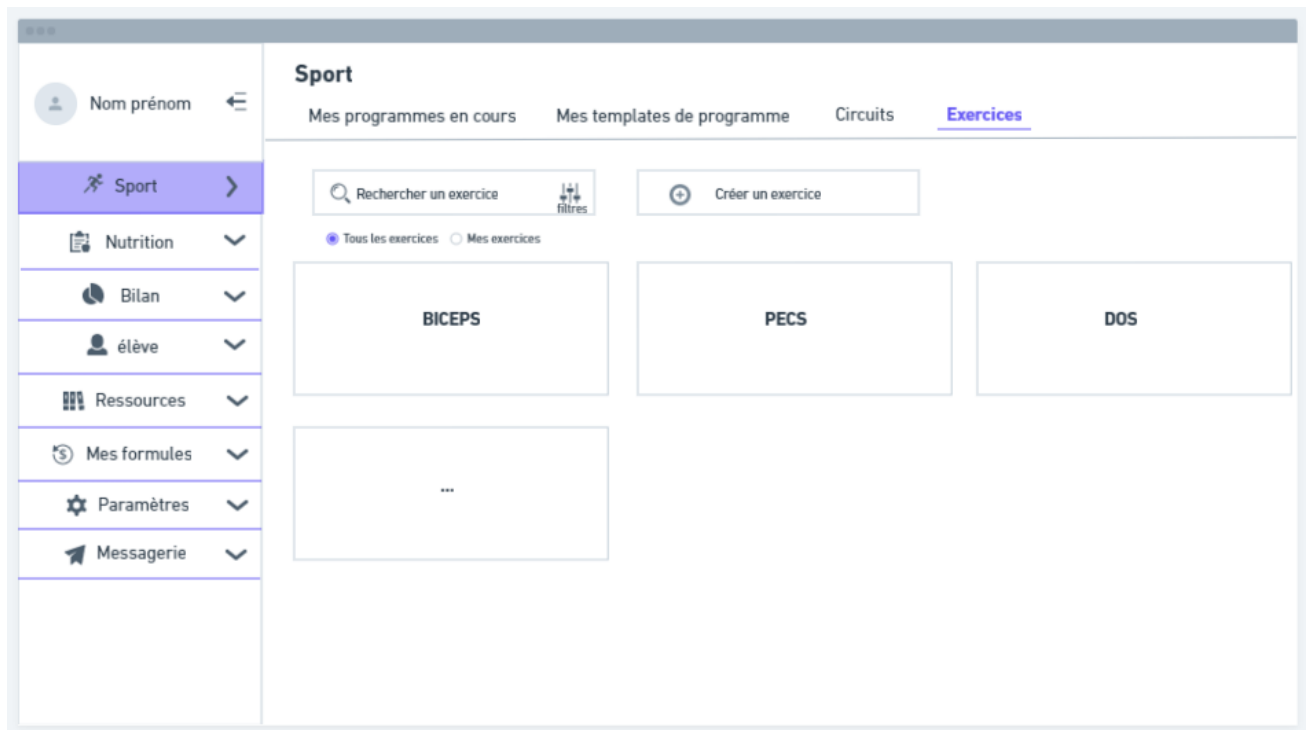
-Supprimer :

-Action : On click ouvre pop-up contenant :

-Bouton 1 : Confirmer

-Bouton 2 : Annuler

-Fenêtre Exercices – Sport :



-Champs :

-Recherche : Saisie : -> Filtre les exercices par noms et les affiche dans une liste/tableau avec les informations suivantes (Images ; Titre exercice ; Muscle ciblés ; Note ; Tag ; Zone bouton (Modifier ; Supprimer) (absent sur l'image ci-dessus)) -> afficher **seulement la zone bouton si l'aliment a été créé par le coach**

-Liste catégorie : Les exercices sont regroupés sous forme de catégorie (Par groupe musculaire visé). Ces catégories seront affichées sous forme de Grid (Cf. Image ci-dessus)

-Bouton :

-Modifier : (absent sur l'image ci-dessus) positionner dans la dernière colonne à droite

-Action : Redirige vers la fenêtre de Création d'exercice avec l'exercice sélectionné pour charger dans l'outil de création

-Supprimer : (absent sur l'image ci-dessus) positionner dans la dernière colonne à droite

-Action : On click ouvre pop-up contenant :

-Bouton 1 : Confirmer

-Bouton 2 : Annuler

-Fenêtre Création d'Exercices – Sport : Composition :

-Champs :

-Input :

-Texte : Titre de l'exercice

-Texte : Muscles ciblés (parmi une liste déjà élaborée, possibilité de choisir plusieurs choix : un principal et des secondaires)

-Texte : Muscles ciblés (parmi une liste déjà élaborée)

-Texte : Description de l'exercice (nombre de caractère maximal à définir)

-Image/Vidéo : Ajoute une image/vidéo (taille maximale à définir)

-Bouton :

- Ajouter à ma bibliothèque : Enregistre l'exercice (le titre est obligatoire)
- Supprimer : Supprime l'exercice, Ouvre pop-up (Confirmer la suppression ?)
 - Bouton : Confirmer
 - Bouton : Annuler

L'exercice est enregistré dans la bibliothèque du coach, il peut être visible par le coach, son organisation (évolution futur, choix optionnel), ses élèves possédant un programme.

Gestion :

Un coach peut modifier un Template de programme (séance, exercice, séries, répétitions, nom, nb de jours)

Un coach peut modifier un programme Template déjà attribuer un élève sans pour autant modifier le Template, une fois le Template modifier le coach reçoit la proposition de l'enregistrer en tant que nouveau Template

Un élève peut noter sur 5 un exercice ou une séance

Un élève peut valider ses exercices

Un coach choisi s'il décide de gérer les poids

Cf : voir avec Bastien pour l'ui/ux des modules

Module Nutrition

Le module Nutrition est composé d'une part de l'Outil de Création de diète dont le but est de simplifier au coach la création d'une diète grâce à des templates que le coach pourra ensuite assigner à un élève ou un groupe d'élèves et le réutiliser. Une fois la diète créée elle peut être enregistrée comme template. D'une autre part, il est composé de l'onglet nutrition permettant d'avoir un visuel complet de la gestion des diètes. (Cf. image 3 du module Nutrition)

Fenêtre Outil de Création de diète :

Table hiérarchique diète (exemple)									
Jours	Repas	Composition	Calorie	Protéine	Glucide	Lipide	Quantité	Action	
Jours 1	.= nb repas de la journée		.= somme calorie journée	.= somme protéine journée	.= somme glucide journée	.= somme lipide journée		Supprimer Jour	Réduire Onglet
	repas - 1		.= somme calorie repas	.= somme protéine repas	.= somme glucide repas	.= somme lipide repas		Supprimer Repas	Réduire Onglet
		Aliment - 1	.= quant*xxx cal	.= quant*xxx prot	.= quant*xxx glu	.= quant*xxx lip	xxx g/l (input)	Supprimer Aliment	
		Aliment - 2						Supprimer Aliment	
		Aliment - X						Supprimer Aliment	
								Ajouter Aliment	
	repas - 2		.= somme calorie repas	.= somme protéine repas	.= somme glucide repas	.= somme lipide repas		Supprimer Repas	Réduire Onglet
Jours 2								Ajouter Aliment	
								Ajouter Repas	
	.= nb repas de la journée		.= somme calorie journée	.= somme protéine journée	.= somme glucide journée	.= somme lipide journée		Supprimer Jour	
								Ajouter Jour	

Une diète peut être présenter sous forme de Table hiérarchique (Cf. Image au-dessus)

-Une Diète est composée de N Jour.

-Chaque jour est composé de N Repas.

-Chaque repas est composé de N aliments et/ou de N recette

-Chaque recette est composé de N aliment

-Chaque aliment est composé de N calorie ; N protéine ; N glucide ; N lipide
(D'autres éléments composent un aliment tel que les vitamines etc. Mais ne nécessite pas d'être afficher ici)

Fenêtre Outils de Création recette :

Table hiérarchique recette (exemple)									
Recette	Composition	Calorie	Protéine	Glucide	Lipide	Quantité	Action		
Recette		.= somme calorie repas	.= somme protéine repas	.= somme glucide repas	.= somme lipide repas		Supprimer Recette	Réduire Onglet	
	Aliment - 1	.= quant*xxx cal	.= quant*xxx prot	.= quant*xxx glu	.= quant*xxx lip	xxx g/l (input)	Supprimer Aliment		
	Aliment - 2						Supprimer Aliment		
	Aliment - X						Supprimer Aliment		
							Ajouter Aliment		

Une fois la recette créée elle peut être enregistrer comme template.

Le coach doit pouvoir créer une diète/recette de la façon la plus intuitive possible

Fonctionnalités de l'outil de Création de Diète/Recette :

-Champs :

-Bouton :

Ajouter Jour :

-Action : Ajoute un jour à la diète

Ajouter Repas :

-Action : Ajoute un repas dans le Jour du bouton

Ajouter Aliment/Recette :

-Action : Ajoute un Aliment/Recette dans le repas du bouton

Supprimer Jour :

-Action : Supprime le jour et ce qui le compose

Supprimer Repas :

-Action : Supprime le repas et ce qui le compose

Supprimer Aliment/Recette :

-Action : Supprime Aliment / supprime Recette et ce qui la compose

- Input :

- Nombre : (colonne quantité) : Le coach doit pouvoir indiquer la quantité d'aliment en gramme/ litre. Les informations nutritionnelles de l'aliment seront alors mises à jour dynamiquement (Cf. Les 2 images ci-dessus)

- Nombre : (colonne repas) : Soit les noms des Repas sont générés automatiquement (petit déjeuner en premier, déjeuner, dîner, collation etc.), soit le coach peut écrire le nom du repas

Les informations contenues dans les colonnes (Calorie ; Protéine ; Glucide ; Lipide) sont calculées dynamiquement comme préciser dans les images ci-dessus. Par défaut avant que la quantité soit entré par le coach les informations affichées seront pour 100 grammes / 1 cl

Fonctionnalité sur la fenêtre de Création de Diète/Recette (absent sur l'image ci-dessus) :

-Champs :

- Input :

- Texte : Défini le nom de la diète/recette

- Texte : Possibilité d'ajouter des tags

- Image/vidéo : permet d'insérer une image (seulement pour les recettes, taille max à définir)

-Boutons :

-Supprimer :

-Action : Supprime le template de diète/recette

-Enregistrer :

-Action : Permet d'enregistrer la diète/recette (si pas de nom entré, on ne peut pas enregistrer)

-Utiliser un Template :

-Action : Pop-up affichant la liste des templates existants. Le coach doit pouvoir importer un template dans l'outil de création de diète/recette sans que les modifications impact ce dernier.

Une fois toutes les informations nécessaires à cette diète/recette (ou si le coach veut la finir plus tard) il clic sur le bouton enregistrer comme template.

Un coach peut modifier un Template de diète/recette déjà créé (repas, aliments, collation, nom, nb de jours) sans que cela affecte les personnes à qui l'ancien template a été assigné.

Un coach peut modifier un programme Template déjà attribuer à un élève sans pour autant modifier le Template, une fois le Template modifier le coach reçoit la proposition de l'enregistrer en tant que nouveau Template

L'onglet Nutrition est composé de 4 fenêtres (Mes diètes en cours ; Mes templates de diète ; Mes recettes ; Aliments) Cf. Image Suivante :

La fenêtre afficher par défaut est : Mes diètes en cours (Cf. Image au-dessus)

-Fenêtre Mes diètes en cours – Nutrition :

Liste de tous les élèves possédant une diète active.

Nom prénom

Sport

Nutrition

Bilan

élève

Ressources

Mes formules

Paramètres

Messagerie

Nutrition

Mes diètes en cours

Mes templates de diète

Mes recettes

Aliments

Rechercher un élève / autre

Créer une diète

Nom Prénom élève	Durée de la diète	date de début	Tag	Avancement
Nom Prénom	2 semaine	dd/mm/aa	Débutant / confirmé ...	XX %
Nom Prénom	3 semaine	dd/mm/aa	Sèche / Pdm ...	XX %

-Tableau :

- Data colonne : Nom (élève) ; Prénom (élève) ; Durée diète ; Date de début (date d'assignation de la diète à l'élève) ; Tag (tag de la diète) ; Avancement (sous forme de Progress barre, % de la diète effectuer)
- Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9
- Lors d'un clic sur la ligne d'un élève, on accède à la fenêtre Nutrition dans l'onglet élève.

-Bouton de la fenêtre :

- Créer une diète : Redirige vers la fenêtre de Création de diète

-Champs :

- Recherche : Saisie -> filtre dynamiquement le tableau par nom/prénom (un filtre peut être sélectionner pour appliquer la recherche à une autre colonne)

-Fenêtre Mes templates de diète - Nutrition :

Listes des templates de diète créée

Nutrition

Mes diètes en cours Mes templates de diète Mes recettes Aliments

Rechercher une diète Créer une diète

Nom diète Durée Nombre élève assigner Tag

Nom diète	Durée	Nombre élève assigner	Tag	
Diète 1	2 semaine	25	Débutant / confirmé ...	Assigner Modifier Supprimer
Diète 2	3 semaine	14	Sèche / Pdm ...	Assigner Modifier Supprimer

D'autres données pertinente à ajouter dans le tableau ex : somme kcal programme ??
éditer

Les templates de diètes ne sont visible que par le coach ou par son organisation (évolution futur)

-Champs :

-Recherche : Saisie -> filtre dynamiquement le tableau par nom/prénom (un filtre peut être sélectionner pour appliquer la recherche à une autre colonne)

-Tableau :

-Data colonne : Nom (diète) ; Durée (diète) ; Nombre élève à qui la diète a été assigné ; Tag (diète) ; Zone bouton (Assigner ; Modifier ; Supprimer)

-Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9

-Lors d'un clic sur la ligne d'un élève, on accède à la fenêtre Nutrition dans l'onglet élève.

-Bouton de la fenêtre :

-Créer une diète : Redirige vers la fenêtre de Création de diète

-Assigner : On click ouvre pop-up contenant :

-Un champs Recherche : saisie : filtrant la liste des élèves

-Une liste des élèves avec en data afficher avatar ; nom ; prénom (Sélection d'un élève en appuyant sur sa ligne dans la liste)

->Sélection d'un élève : ouvre pop-up contenant un calendrier permettant de sélectionner la date de début de la diète (Si une diète est déjà assignée à cette élève les cases des jours correspondants sont grisés) après sélection l'ensemble des pop-ups se ferment et un message confirmant l'assignation de la diète apparaît

-Modifier :

-Action : Redirige vers la fenêtre de Création de Recette avec la Recette sélectionnée charger dans l'outil de création

-Supprimer :

-Action : On click ouvre pop-up contenant :

-Bouton 1 : Confirmer

-Bouton 2 : Annuler

-Fenêtre Mes recettes - Nutrition :

Liste des recettes créées

Nutrition						
Mes diètes en cours		Mes templates de diète		<u>Mes recettes</u>		Aliments
Rechercher une recette		Créer une recette				
Image	Titre	Informations nutritionnelles			Notes	Descriptions/ Bouton partage/ Autres
	Titre recette	P (g)	G (g)	E (Kcal)	★★★★★	Description de la recette Bouton partager ? à voir
	Titre recette	P (g)	G (g)	E (Kcal)	★★★★★	Description de la recette Bouton partager ? à voir
	Titre recette	P (g)	G (g)	E (Kcal)	★★★★★	Description de la recette Bouton partager ? à voir
	Titre recette	P (g)	G (g)	E (Kcal)	★★★★★	Description de la recette Bouton partager ? à voir

Les recettes ne sont visibles que par le coach et son organisation (évolution futur)

-Champs :

-Recherche : Saisie -> filtre dynamiquement le tableau par Titre

-Tableau :

-Data colonne : Image ; Titre recette ; Informations nutritionnelles (Calorie ; Protéine ; Glucide ; Lipide) ; Tag (absent sur l'image) ; Note (donnée par les élèves) ; Zone bouton (Modifier ; Supprimer) (absent sur l'image ci-dessus)

-Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en A -> Z / 0 -> 9 / Note

-Bouton :

-Modifier : (absent sur l'image ci-dessus) positionner dans la dernière colonne à droite

-Action : Rediriger vers la fenêtre de Création de diète avec la diète sélectionnée charger dans l'outil de création

-Supprimer : (absent sur l'image ci-dessus) positionner dans la dernière colonne à droite

-Action : On click ouvre pop-up contenant :

-Bouton 1 : Confirmer

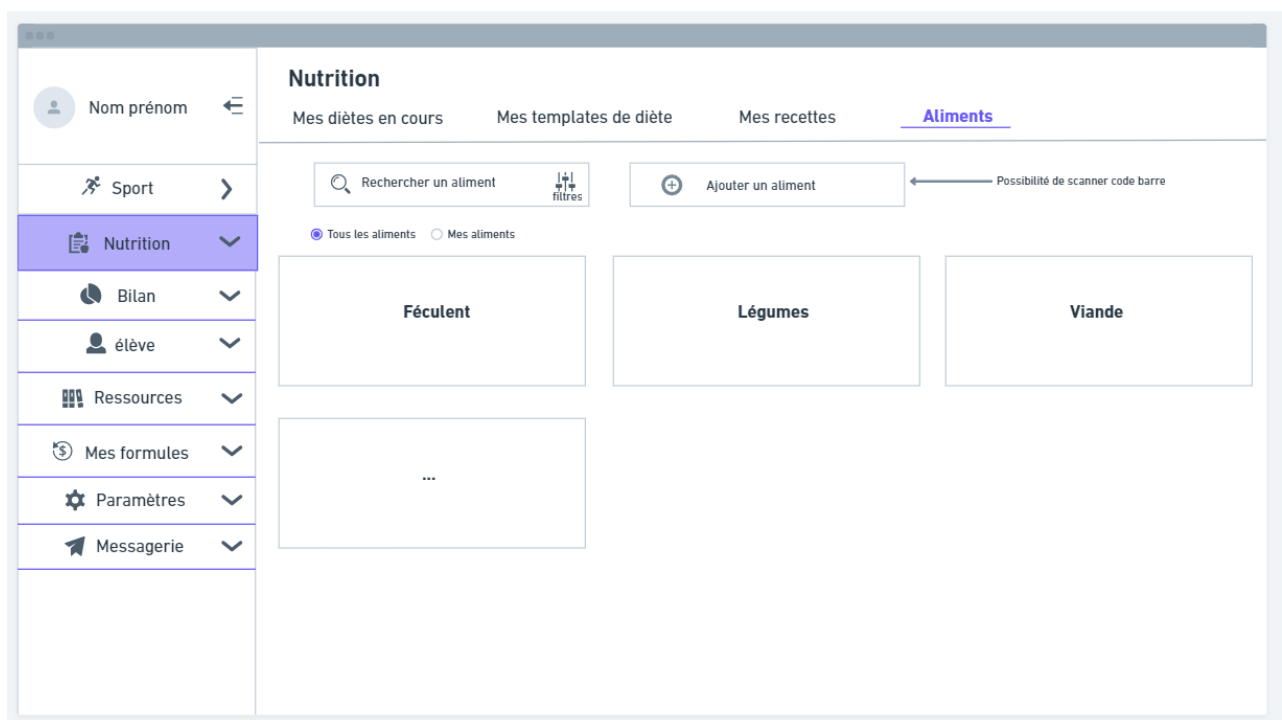
-Bouton 2 : Annuler

-Créer une Recette :

-Action : Rediriger vers la page de Création de Recette

-Fenêtre Aliment - Nutrition :

Listes de tous les aliments



-Champs :

-Input :

Recherche : filtre les Aliments par nom et les affiche dans une liste/tableau avec les informations suivantes (Image ; Nom Aliment ; Calorie ; Protéine ; Glucide ; Lipide ; Zone bouton (Modifier ; Supprimer) (absent sur l'image ci-dessus)) -> afficher **seulement la zone bouton si l'aliment a été créé par le coach**

-Grid : Catégorie aliment : Les aliments sont regroupés sous forme de catégorie (fruit, légume etc. Cela reste à affiner). Ces catégories seront affichées sous forme de Grid (Cf. Image ci-dessus)

-Boutons :

-Modifier : (absent sur l'image ci-dessus, positionner dans la dernière colonne à droite)

-Action : permet de modifier les données de l'aliment (directement dans la liste à voir)

-Supprimer : (absent sur l'image ci-dessus) positionner dans la dernière colonne à droite

-Action : On click ouvre pop-up contenant :

-Bouton 1 : Confirmer

-Bouton 2 : Annuler

-Ajouter un aliment : (Peut pertinent sur version PC)

-Action : Accède à la caméra du téléphone, permet d'ajouter l'aliment en scannant le code barre, les informations à récupérer sont : (Calorie ; Protéine ; Glucide ; Lipide, les valeurs sont pour 100 grammes / 10 cl) et le nom de l'aliment.

Les aliments ajouter de cette manière ne doit être visible que dans la bibliothèque d'aliment du coach.

Dashboard :

- Sous formes de graphes Diète validé
- Diète en attente
- Diète bientôt fini
- Note moyenne des aliments
- Note moyennes des recettes
- En cliquant le graphes listes des élèves concernées

Gestion :

Un élève peut valider sa journée de repas

Un élève peut modifier la quantité d'un aliment qu'il a mangé et le valider

Un coach peut décider de rendre visible ou non les calories par l'élève

Un élève peut noter un aliment ou une recette sur 5

Cf : voir avec Bastien pour l'ui/ux des modules

Module de Bilan

Le module Bilan est composé d'une part de l'outil de création de bilan (sous forme de pop-up) dont le but est de simplifier au coach la création de modèle de bilan et de réaliser un suivi précis de l'élève. C'est bilan pourront ensuite être programmer aux élèves dans l'onglet élève. D'une autre part, il est composé de l'onglet Bilan permettant d'avoir un visuel complet de la gestion des bilans.

-Pop-up de Création de Bilan :

The image shows a 'Pop-up création de bilan' form. It contains several sections: 'Titre du bilan' with a text input field; 'Description' with a large text area; 'Mensuration' with a grid of checkboxes for various body measurements (Tour de Bras, Tour de taille, Tour de mollet, Tour de cuisse, Tour abdominal, Tour de hanches, Tour de poitrine, Tour de cou, Poids) and a 'Tous' option, followed by an 'Ajouter une nouvelle mensuration' button; 'Photos de progression' with checkboxes for 'Vue de face', 'Vue de profil', and 'Vue de dos'; 'Questions' with checkboxes for 'Question 1', 'Question 2', 'Question 3', and 'Tous', followed by an 'Ajouter une nouvelle question' button. At the bottom are two buttons: 'ENREGISTRER' (green) and 'SUPPRIMER' (red).

Pop-up création de bilan

Titre du bilan

Titre du bilan

Description

Mensuration

☐ Tour de Bras ☐ Tour de taille ☐ Tour de mollet
☐ Tour de cuisse ☐ Tour abdominal ☐ Tour de hanches
☐ Tour de poitrine ☐ Tour de cou ☐ Poids
☐ Tous

Ajouter une nouvelle mensuration

Photos de progression

☐ Vue de face
☐ Vue de profil
☐ Vue de dos

Questions

☐ Question 1
☐ Question 2
☐ Question 3
☐ Tous

Ajouter une nouvelle question

ENREGISTRER SUPPRIMER

Un template de Bilan est composé d'un Titre ; Une Description ; une liste de Mensurations demandées ; une liste de Photos demandées ; une liste de Questions demandées.

-Fonctionnalités du pop-up création de bilan :

-Champs :

- Input :

- Texte : Défini le titre du template de bilan
- Texte : Description du bilan (nombre max de caractère à définir)

- Checkbox :

- Mensurations : Listes des mensurations à sélectionner (Checkbox = tous : Sélectionne toutes les mensurations)
- Photos de progression : Liste des vues demandées
- Questions : Liste des question demandées

- Boutons :

- Enregistrer : Enregistre le bilan dans les templates de bilan
- Supprimer : Supprime le bilan -> Ouvre pop-up de confirmation
- Ajouter une nouvelle mensuration : Ouvre pop-up (Cf. Image ci-dessous)

- Champs pop-up :

-Input : Texte : Nom de la mensuration

-Dropbox : Select : Type de mesure (kg ; cm ; arbitraire)

-Bouton : Enregistrer : Enregistre la mensuration (elle sera alors visible pour les prochaines créations de bilan)

-Bouton : Annuler : Ferme le pop-up sans enregistrer

The image shows a pop-up window titled "Ajouter une nouvelle mensuration". It contains two input fields: "Nom de la mesure" with a placeholder "Nom de la mesure" and "Type de mesure" which is a dropdown menu currently showing "Poids (kg)". Below these fields are two buttons: a green "ENREGISTRER" button and a red "ANNULER" button. The dropdown menu for "Type de mesure" is open, showing options: "Poids (kg)", "Taille (cm))", and "Arbitraire".

- Ajouter une nouvelle question : Ouvre pop-up (Cf. Image ci-dessous)

- Champs pop-up :

-Input : Texte : Intituler de la question

-Dropbox : Select : Type de question (oui/non ; Commentaire ; Note sur 10)

-Bouton : Enregistrer : Enregistre la nouvelle question (elle sera alors visible pour les prochaines créations de bilan)

-Bouton : Annuler : Ferme le pop-up sans enregistrer

Ajouter une nouvelle question

Question:

Type de question: oui/non

ENREGISTRER **ANNULER**

Note (sur 10)
Commentaire

Une fois le template de Bilan créé il sera visible dans la liste des templates de bilan. Les templates de Bilan sont visibles par le coach et son organisation (évolution futur). Les questions et mensurations créer sont visibles par les mêmes personnes.

L'Onglet Bilan est composé de 2 fenêtres : (Suivi de bilan ; Mes modèles de bilan)

La fenêtre affichée par défaut est : Suivi de bilan

- Fenêtre : Suivi de bilan - Bilan

Bilan

Suivi de bilan Mes modèles de bilan

Bilan reçu Bilan en attente Bilan programmé

Rechercher un élève filtres Créer un bilan

Nom Prénom	dd/mm/aa	Titre bilan	Autres information pertinente ?	CONSULTER
Nom Prénom	dd/mm/aa	Titre bilan	Autres information pertinente ?	CONSULTER

-Champs :

-Sélecteur tableau :

-Checkbox : affiche/filtre le tableau par (Bilan reçu ; bilan en attente ; bilan programmé)

-Input :

- Texte : Rechercher un élève : filtre dynamiquement le tableau par nom

-Boutons :

- Créer un bilan : ouvre pop-up de création de bilan

- Consulter : (Tableau dernier bilan reçu) Ouvre un pop-up contenant le bilan envoyé par l'élève

- Relancer : (Tableau bilan en attente) Renvoie une notification à l'élève

- Voir bilan : (Tableau bilan programmé) Ouvre un pop-up contenant le modèle de bilan programmer

-Tableau :

- Dernier Bilan reçu :

Nom prénom élève		Date de reception		
Nom Prénom	dd/mm/aa	Titre bilan	Autres information pertinente ?	CONSULTER
Nom Prénom	dd/mm/aa	Titre bilan	Autres information pertinente ?	CONSULTER

- Data colonne : Nom Prénom (élève) ; Date de réception du bilan ; Titre du bilan ; Zone bouton (consulter)

- Filtre : Trier par nom (A -> Z) ; trier par date

- Bilan en attente :

Nom prénom élève		Date d'envoi		
Nom Prénom	dd/mm/aa	Titre bilan	Autres information pertinente ?	RELANCER
Nom Prénom	dd/mm/aa	Titre bilan	Autres information pertinente ?	RELANCER

- Data colonne : Nom Prénom (élève) ; Date d'envoi du bilan ; Titre bilan ; Zone bouton (relancer)

- Filtre : Trier par nom (A -> Z) ; trier par date


- Bilan programmé :


Nom prénom élève		Date prévu		
Nom Prénom	dd/mm/aa	Titre bilan	Autres information pertinente ?	VOIR BILAN
Nom Prénom	dd/mm/aa	Titre bilan	Autres information pertinente ?	VOIR BILAN


- Data colonne : Nom Prénom (élève) ; Date programmé du bilan ; Titre bilan ; Zone bouton (voir bilan)


- Filtre : Trier par nom (A -> Z) ; trier par date


- Fenêtre Mes modèles de bilan - Bilan :


 Nom prénom


 Sport


 Nutrition


 Bilan

 élève

 Ressources


 Mes formules


 Paramètres

 Messagerie

Bilan

Suivi de bilan [Mes modèles de bilan](#)



 Créer un bilan

Titre bilan	Nombre mensuration	Photos demandés	Nombre questions	
Titre bilan	n	Face / Dos / Profile	n	VOIR
Titre bilan	n	Face / Dos / Profile	n	VOIR

- Champs :

- Input :

- Texte : Recherche un template : Filtre dynamiquement le tableau des modèles de bilan

- Boutons :

- Créer un bilan : ouvre pop-up de création de bilan
- Voir : Dernier colonne du tableau, ouvre un pop-up contenant le template de bilan avec possibilité de le modifier/supprimer

Dashboard :

Sous formes de graphe

- Bilan reçu
- Bilan en attente
- Bilan à venir
- Meilleurs élèves
- En cliquant le graphes listes des élèves concernées

Gestion :

Le but est que le coach puisse créer un Template de bilan

Un bilan est composé d'un formulaire

Il y a des questions prédéfinies (mensuration mollet, mensuration quadriceps, mensuration biceps, mensuration avant-bras, mensuration torse, mensuration ventre, poids exercices poids séries)

Un coach peut fournir des objectifs en termes de poids et de mensurations

Un coach peut créer une question et définir le type de la réponse

Un coach peut demander des photos dans son bilan

Un élève répond aux questions et valide le bilan

Le coach configure la fréquence des bilans en semaines

Un élève dans le bilan donne une note globale du programme

Un coach peut gérer la muscu ou la diète ou les deux

Cf : voir avec Bastien pour l'ui/ux des modules

Module Élève

L'onglet élève est composé de la liste de tous les élèves sur sa première page. Cf Image :

-Onglet Élève :

Elève							
Rechercher un élève Nom / Prénom		nombre total élève :		Envoyer lien invitation		autres statistique général importante ????	
order AZ	order AZ	order +-	order AZ	order +-	order by price +-	order by date +-	Message
Nom Prénom élève	Titre programme sportif attribué	NB jour restant	Titre programme nutritionnel attribué	NB jour restant	Formule choisi	Dernier bilan	
Nom Prénom élève	Titre programme sportif attribué	NB jour restant	Titre programme nutritionnel attribué	NB jour restant	Formule choisi	Dernier bilan	
Nom Prénom élève	Titre programme sportif attribué	NB jour restant	Titre programme nutritionnel attribué	NB jour restant	Formule choisi	Dernier bilan	
Nom Prénom élève	Titre programme sportif attribué	NB jour restant	Titre programme nutritionnel attribué	NB jour restant	Formule choisi	Dernier bilan	
Nom Prénom élève	Titre programme sportif attribué	NB jour restant	Titre programme nutritionnel attribué	NB jour restant	Formule choisi	Dernier bilan	
Nom Prénom élève	Titre programme sportif attribué	NB jour restant	Titre programme nutritionnel attribué	NB jour restant	Formule choisi	Dernier bilan	
Nom Prénom élève	Titre programme sportif attribué	NB jour restant	Titre programme nutritionnel attribué	NB jour restant	Formule choisi	Dernier bilan	
Nom Prénom élève	Attribuer un programme		Attribuer une diète				

Tableau :

-Data colonne : Avatar ; Nom ; Prénom ; Titre/Tag programme sportif attribué ; nb jour restant ; Titre/Tag programme nutritionnel attribué ; nb jour restant ; Formule choisi ; Date dernier Bilan reçu ; Bouton messagerie

-Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9

-Un élève ne possédant pas de diète et/ou de programme voit ses informations remplacer par un/des bouton(s) (Cf. Plus haut)

-Lors d'un clic sur la ligne d'un élève possédant une diète et/ou un programme sportif on accède à la page de son Tableau de bord. (Cf. Image Fenêtre Tableau de bord - élève)

Bouton de la page :

Champs :

-Recherche : Filtre par nom dynamiquement dans le tableau lié (tableau liste élève)

-Envoyer une invitation :

-Action : Ouvre un pop-up contenant :

-Un formulaire contenant :

-Champs 1 : mail

-Champs 2 : Checkbox permettant de sélectionner une des formules créer.

-Bouton 1 : Submit (Génère un mail contenant un lien de paiement pour la formule sélectionner (Champs 2) envoyer à l'adresse mail entré (Champs 1)

-Bouton 2 : Voir mes formules

- « Icône message » :

-Action : Redirige dans l'onglet Messagerie dans le chat avec la personne choisi

-Attribuer un programme : (Condition : Afficher si pas de programme assigner)

-Action : Ouvre un pop-up contenant :

Pop-up assignation programme

Q Chercher un programme

Créer nouveau programme

Programme 1	Durée	Tag	aperçu	Assigner template	Importer et modifier template
Programme 2	Durée	Tag	aperçu	Assigner template	Importer et modifier template

liste des templates de programmes

Assigne directement le programme

-Champs du pop-up :

- Input :

- Texte : Recherche : Filtre dynamiquement le tableau

- Boutons :

- Créer un nouveau programme : Redirige vers l'outils de création de programme sportif

- Tableau :

- Data colonne : Titre programme ; Durée ; Tag ; Zone bouton (Aperçu : ouvre pop-up contenant la liste des jours avec les exercices ; Assigner template : Assigne directement le programme ; Importer et modifier le template : Redirige vers la fenêtre de création de programme sportif avec le programme charger dans l'outil de création)

- Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9

- Attribuer une diète : (Condition : Afficher si pas de diète assigner)

- Action : Ouvre un pop-up contenant :

Pop-up assignation diète

Q Chercher un programme

Créer nouvelle diète

diète 1	Durée	Tag	aperçu	Assigner template	Importer et modifier template
diète 2	Durée	Tag	aperçu	Assigner template	Importer et modifier template

liste des templates de diète

Assigne directement la diète

- Champs du pop-up :

- Input :

- Texte : Recherche : Filtre dynamiquement le tableau

- Boutons :

- Créer nouvelle diète : Redirige vers l'outil de création de diète

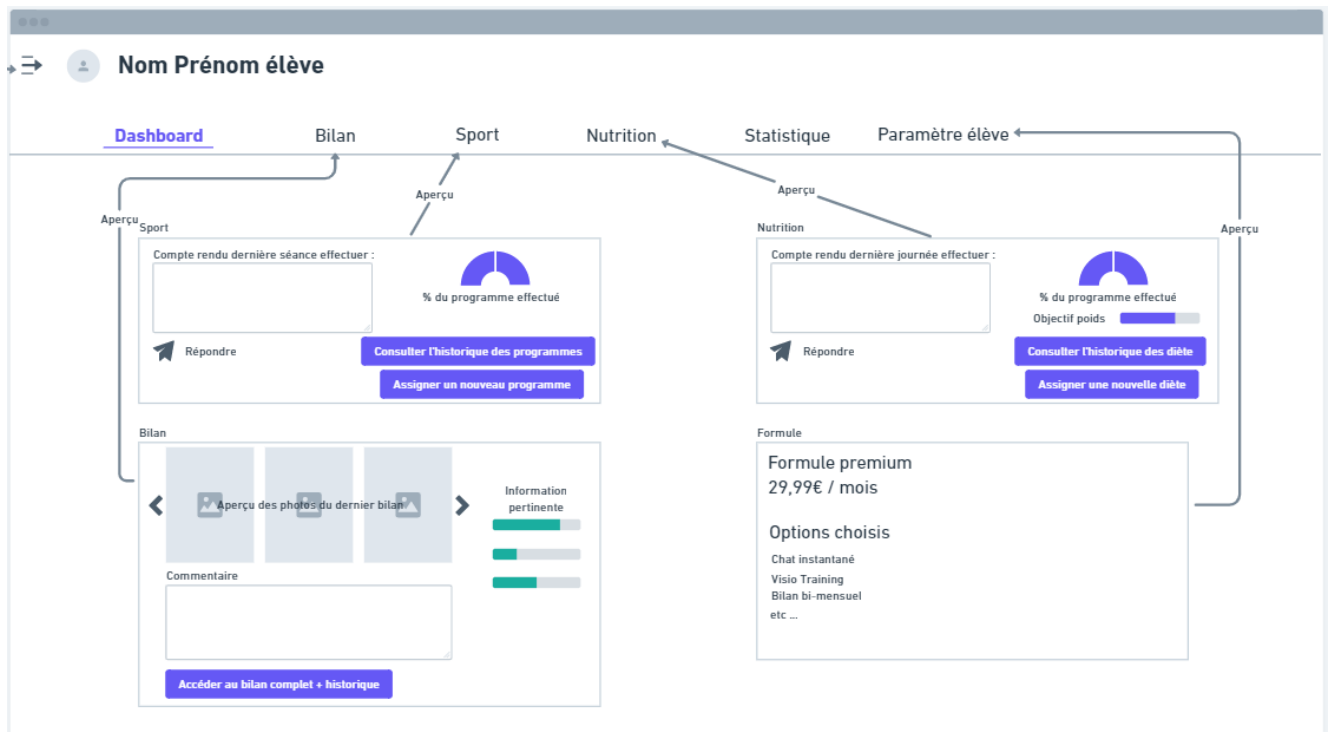
- Tableau :

- Data colonne : Titre diète ; Durée ; Tag ; Zone bouton (Aperçu : ouvre pop-up contenant la liste des jours avec les repas ; Assigner template : Assigne directement la diète ; Importer et modifier le template : Redirige vers la fenêtre de création de diète avec la diète charger dans l'outil de création)

- Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9

L'onglet suivi de l'élève est composé de 6 sous parties (fenêtres) : Tableau de bord (information général), Bilan (historique des bilans + comparateur), Sport (historique des séances), Nutrition (historique des journées de diètes), Statistiques (Toutes les informations sur l'élève, mensuration, charges, calorie etc.), Paramètre client (gestion de l'élève, paramétrage des formules etc.).

-Fenêtre Tableau de bord - élève :



Le Tableau de bord est composé de 4 champs :

-Champs 1 : Aperçu d'informations pertinentes contenant des données issues du programme sportif

-Exemple data :

-Dernier commentaire envoyé par l'élève par rapport à son programme

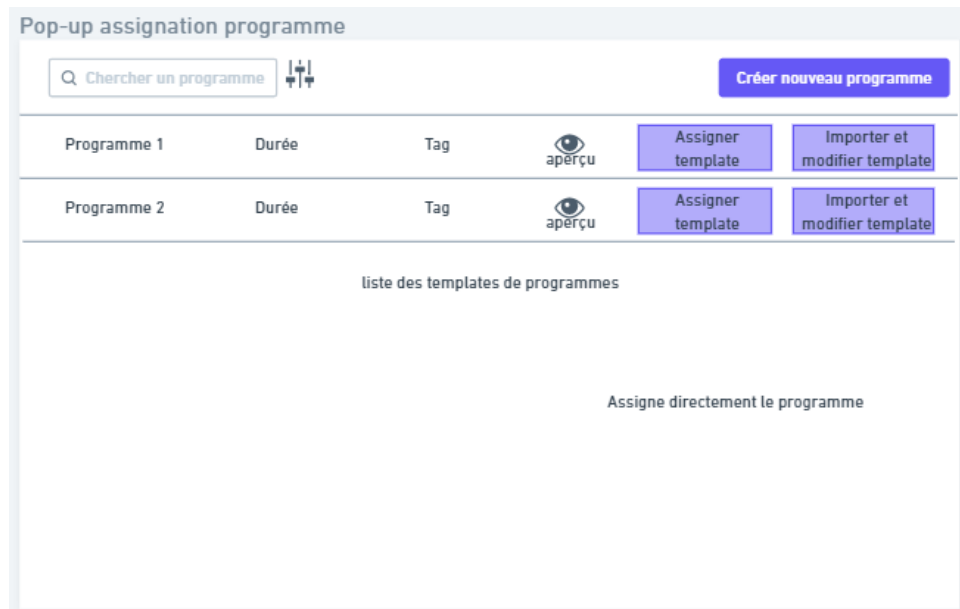
-Progress barre sur l'avancement du programme en %

-Boutons :

- « Icône message » : Redirige dans l'onglet Messagerie dans le chat avec la personne choisi (avec le #tag sport)

-Consulter l'historique des programmes : Redirige vers la fenêtre Sport de l'onglet élève

-Assigner un nouveau programme : -Action : Ouvre un pop-up contenant :



-Champs du pop-up :

- Input :

- Texte : Recherche : Filtre dynamiquement le tableau

- Boutons :

- Créer un nouveau programme : Redirige vers l'outil de création de programme sportif

- Tableau :

- Data colonne : Titre programme ; Durée ; Tag ; Zone bouton (Aperçu : ouvre pop-up contenant la liste des jours avec les exercices ; Assigner template : Assigne directement le programme ; Importer et modifier le template : Redirige vers la fenêtre de création de programme sportif avec le programme chargé dans l'outil de création)

- Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9

-Champs 2 : Aperçu d'informations pertinentes contenant des données issues de la diète

-Exemple data :

-Dernier commentaire envoyé par l'élève par rapport à sa diète

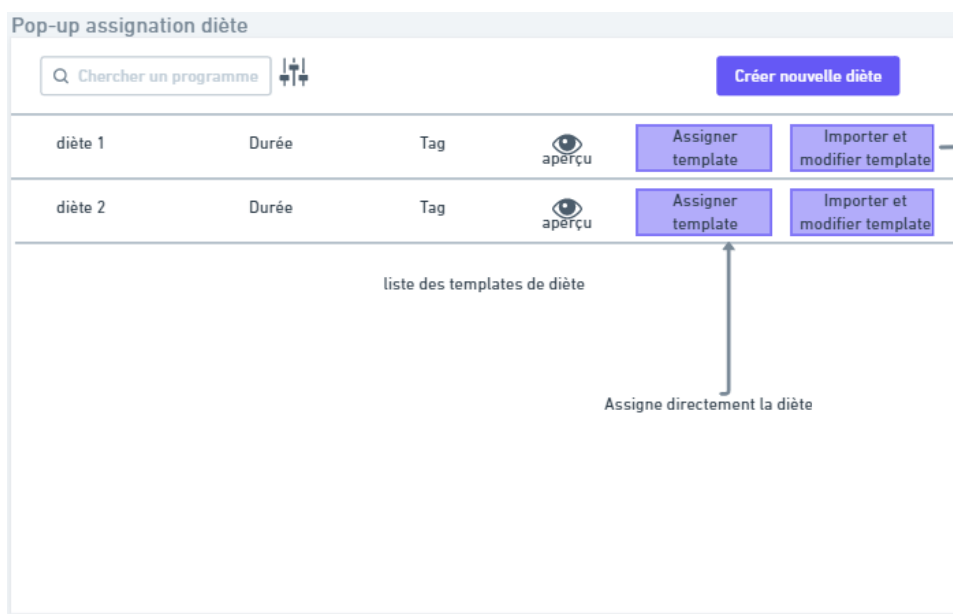
-Progress barre sur l'avancement de la diète en %

-Boutons :

- « Icône message » : Redirige dans l'onglet Messagerie dans le chat avec la personne choisie (avec le #tag nutrition)

-Consulter l'historique des diètes : Redirige vers la fenêtre Nutrition de l'onglet élève

-Assigner une nouvelle diète : -Action : Ouvre un pop-up contenant :



-Champs du pop-up :

- Input :

- Texte : Recherche : Filtre dynamiquement le tableau

- Boutons :

- Créer nouvelle diète : Redirige vers l'outil de création de diète

- Tableau :

- Data colonne : Titre diète ; Durée ; Tag ; Zone bouton (Aperçu : ouvre pop-up contenant la liste des jours avec les repas ; Assigner template : Assigne directement la diète ; Importer et modifier le template : Redirige vers la fenêtre de création de diète avec la diète charger dans l'outil de création)

- Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -> 9

-Champs 3 : Aperçu d'informations pertinentes contenant des données issues du bilan

-Exemple data :

-Carrousel photo provenant des/du dernier(s) bilan(s) envoyé par l'élève

-Progress barre (objectif poids élève, mensuration etc.)

-Commentaire de l'élève dans son dernier bilan

-Boutons :

- « Icône message » (absent sur l'image) : Redirige dans l'onglet Messagerie dans le chat avec la personne choisi (avec le #tag bilan)

-Accéder au bilan complet + historique : Redirige vers la fenêtre Bilan de l'onglet élève

-Champs 4 : Aperçu de la formule à laquelle l'élève a souscrit

-Exemple data : Tarif formule ; Liste options choisis

-Boutons : (absent sur l'image)

-Gérer abonnement : Redirige vers la fenêtre Paramètre client de l'onglet élève

-Fenêtre Bilan - Élève :

The screenshot displays the 'Bilan' (Balance Sheet) window for a student, titled 'Nom Prénom élève'. The interface includes a navigation bar with tabs: Dashboard, Bilan (selected), Sport, Nutrition, Statistique, and Paramètre élève. On the left, there is a sidebar with 'Historique des bilans' (History of balance sheets) showing a list of balance sheets with dates and a '1' icon. Below this are buttons for 'Programmer une demande de bilan' (Schedule a balance sheet request), 'Envoyer une demande de bilan' (Send a balance sheet request), and 'Automatiser les demandes de bilans' (Automate balance sheet requests). The main area shows two balance sheets side-by-side, both titled 'Bilan du dd/mm/aa'. Each balance sheet has a 'Titre du bilan' (Title of the balance sheet) section with a 'Description' field. Below the description are three photo upload slots, each labeled 'Intitulé photo' (Photo title). A 'Comparer bilan' (Compare balance sheet) button is located between the two balance sheets. Below the photo slots are three question fields, each labeled 'Question 1:', 'Question 2:', and 'Question 3:', with corresponding 'Réponse' (Answer) fields. Below the questions is a 'Mensuration' (Measurement) section with a table of measurements and their values.

Mensuration	
Poids	NN
Tour de cuisse	NN
Tour de poitrine	NN
Tour de bras	NN
Tour de taille	NN
Tour abdominal	NN
Tour de cou	NN
Tour de mollet	NN
Tour de hanches	NN

-Champs :

-Liste/Checkbox :

-Historique des bilans : Affiche l'historique des bilans sous formes de listes, possibilités de sélectionner jusqu'à 2 bilans à comparer dans les 2 Champs

-Bilan sélectionné 1 : Affiche le bilan complet de l'élève dans le champ à gauche (violet sur l'image)


-Bilan sélectionné 2 : Affiche le bilan complet de l'élève dans le champ à droite (vert sur l'image)


-Boutons :

-Programmer une demande de bilan : Redirige vers la fenêtre paramètre élève – Onglet élève



-Envoyer une demande de bilan : Ouvre pop-up contenant :

Pop-up envoi bilan

Date du bilan :  dd/mm/aa



[Créer nouveau bilan](#)

Bilan 1	Nb mensuration	Photos demandées	 aperçu	Assigner Bilan	Importer et modifier bilan
Bilan 2	Nb mensuration	Photos demandées	 aperçu	Assigner Bilan	Importer et modifier bilan

liste des templates de bilan

Assigne directement le bilan

- Champs pop-up :

- Input :

- Texte : Recherche : Filtre dynamiquement le tableau

- Calendrier : Ouvre calendrier permettant de sélectionner la date à laquelle le bilan sera envoyé (Les jours où un bilan est déjà programmé sont grisés)

- Boutons :

- Créer un nouveau bilan : Ouvre pop-up de création de bilan (une fois enregistrer le pop-up de création se ferme, le nouveau bilan apparaît dans la liste)

- Tableau :

- Data colonne : Titre bilan ; Nb mensuration ; Photos demandées (dos, face...) ; Zone bouton (Aperçu : ouvre pop-up contenant le template de bilan ; Assigner bilan : Assigne directement le bilan (une date doit avoir été sélectionner ; Importer et modifier le Bilan : Ouvre pop-up de création de bilan avec le template charger dedans, un nouveau bilan sera créé)

> 9 - Filtre : Possibilité de trier chaque colonne en croissant/décroissant A -> Z / 0 -

Fenêtre Sport - Élève

Historique des séances

Dashboard Bilan **Sport** Nutrition Statistique Paramètre élève

Historique des séances Historique des programmes

Séance du dd/mm/aa	Titre du programme	Tag séance	Statut	Diète du même jour	Date début	Date fin
DD/MM/AA	Programme X	Haut du corps	Validé	Voir repas	Voir séance	
DD/MM/AA	Programme X	Bas du corps	Manquée	Voir repas	Voir séance	
DD/MM/AA	Programme X	Bas du corps	Non terminée	Voir repas	Voir séance	

-Champs :

-Input :

-Date : Date début : permet de sélectionner la date de début pour filtrer la liste

-Fin : Date fin : permet de sélectionner la date de fin pour filtrer la liste

-Tableau :

-Data colonne : Date de la séance ; Titre du programme auquel la séance est affiliée ; Tag de la séance ; Statut (Validé, Manquée, Non terminée) ; Zone bouton (Voir repas ; Voir séance)

-Filtres : Trier par date ; titre ; tag

-Boutons :

-Historique des séances : (sélectionne les données à afficher dans le tableau) affiche sous formes de tableau la liste des séances effectuées

-Historique des programmes : (sélectionne les données à afficher dans le tableau) affiche sous forme de tableau la liste des programmes effectués et programmés


-Voir repas : Ouvre pop-up contenant les repas du même jour que la séance sélectionner

-Voir séance : Ouvre pop-up contenant la liste des exercices de la séance + les commentaires s'il y en a eu

Pop-up aperçu séance



Exercice 1	Nb série	Nb Répétition	Temps repos	Statut	(Commentaire élève)	(Dérouler série)
Exercice 2	Nb série	Nb Répétition	Temps repos	Statut	(Commentaire élève)	(Dérouler série)
Exercice 3	Nb série	Nb Répétition	Temps repos	Statut	(Commentaire élève)	(Dérouler série)
	Série 1	Nb Répétition	Temps repos	Statut	(Commentaire élève)	
	Série 2	Nb Répétition	Temps repos	Statut	(Commentaire élève)	
	Série 3	Nb Répétition	Temps repos	Statut	(Commentaire élève)	
Exercice 4	Nb série	Nb Répétition	Temps repos	Statut	(Commentaire élève)	(Dérouler série)

Historiques des programmes

⇒  **Nom Prénom élève**

Dashboard Bilan Sport Nutrition Statistique Paramètre élève

Historique des séances Historique des programmes

Titre du Programme	Date de début	Date de fin	Tag	Statut	 Date début	 Date fin
Programme W	DD/MM/AA	DD/MM/AA	Prise de masse	Programmé	Voir les séances	
Programme X	DD/MM/AA	DD/MM/AA	Prise de masse	En cours	Voir les séances	
Programme Y	DD/MM/AA	DD/MM/AA	Prise de masse	Validé	Voir les séances	
Programme Z	DD/MM/AA	DD/MM/AA	Prise de masse	Validé	Voir les séances	

Date	Tag	Statut	Diète du même jour	Détail
DD/MM/AA	Haut du corps	Validé	Voir repas	Voir séance
DD/MM/AA	Bas du corps	Validé	Voir repas	Voir séance
DD/MM/AA	Bras	Non terminé	Voir repas	Voir séance
DD/MM/AA	Dos	Validé	Voir repas	Voir séance

-Champs :

-Input :

-Date : Date début : permet de sélectionner la date de début pour filtrer la liste

-Fin : Date fin : permet de sélectionner la date de fin pour filtrer la liste

-Tableau :

-Data colonnes : Titre programme ; Date début ; Date fin ; Tag ; Statut ; Zone bouton (Voir les séances)

-Filtres : Trier par date ; titre ; tag

-Sous-tableau :

-Data colonnes : Date (séance) ; Tag (séance) ; Statut ; Zone bouton (Voir repas, Voir séance)

-Boutons :

-Historique des séances : (sélectionne les données à afficher dans le tableau) affiche sous formes de tableau la liste des séances effectuées

-Historique des programmes : (sélectionne les données à afficher dans le tableau) affiche sous forme de tableau la liste des programmes effectués et programmés

-Voir les séances : Déroule la liste des séances appartenant au programme en dessous (Cf. image ci-dessus)

-Voir repas : Ouvre pop-up contenant les repas du même jour que la séance sélection (même pop-up que pour historiques des séances)

-Voir séance : Ouvre pop-up contenant la liste des exercices de la séance + les commentaires s'il y en a eu (même pop-up que pour historiques des séances)

Fenêtre Nutrition – Élève

Historique des journées

Nom Prénom élève

Dashboard

Bilan

Sport

Nutrition

Statistique

Paramètre élève

Historique des journées

Historique des diètes

Date début

Date fin

Journée du dd/mm/aa	Titre de la diète	Tag	Statut	Calorie	Protéine	Glucide	Lipide	Séance du même jour
DD/MM/AA	Diète X	xxxxxxx	Validé	N kcal	N g	N g	N g	<div>Voir séance</div> <div>Voir repas</div>
DD/MM/AA	Diète X	xxxxxxx	Manquée	N kcal	N g	N g	N g	<div>Voir séance</div> <div>Voir repas</div>
DD/MM/AA	Diète X	xxxxxxx	Non terminée	N kcal	N g	N g	N g	<div>Voir séance</div> <div>Voir repas</div>

Historique des journées

Historique des diètes

Titre de la diète

Date de début

Date de fin

Tag

Statut

Date début

Date fin

Diète W

DD/MM/AA

DD/MM/AA

Prise de masse

Programmé

Voir les journées

Diète X

DD/MM/AA

DD/MM/AA

Prise de masse

En cours

Voir les journées

Diète Y

DD/MM/AA

DD/MM/AA

Prise de masse

Validé

Voir les journées

Diète Z

DD/MM/AA

DD/MM/AA

Prise de masse

Validé

Voir les journées

Date

Calorie

Protéine

Glucide

Lipide

Statut

DD/MM/AA

N kcal

N g

N g

N g

Validé

Voir séance

Voir repas

DD/MM/AA

N kcal

N g

N g

N g

Validé

Voir séance

Voir repas

DD/MM/AA

N kcal

N g

N g

N g

Non terminé

Voir séance

Voir repas

DD/MM/AA

N kcal

N g

N g

N g

Validé

Voir séance

Voir repas

-Champs :

-Input :

-Date : Date début : permet de sélectionner la date de début pour filtrer la liste

-Fin : Date fin : permet de sélectionner la date de fin pour filtrer la liste

-Tableau :

-Data colonne : Titre de la diète ; Date de début ; Date de fin ; Tag ; Statut ; Zone bouton (Voir les journées)

-Filtres : Trier par date ; titre ; tag

-Sous-tableau :

-Data colonne : Date ; Calorie ; Protéine ; Glucide ; Lipide ; Statut ; Zone bouton (Voir séance, voir repas)

-Boutons :

-Historique des journées : (sélectionne les données à afficher dans le tableau) affiche sous formes de tableau la liste des journées effectuées

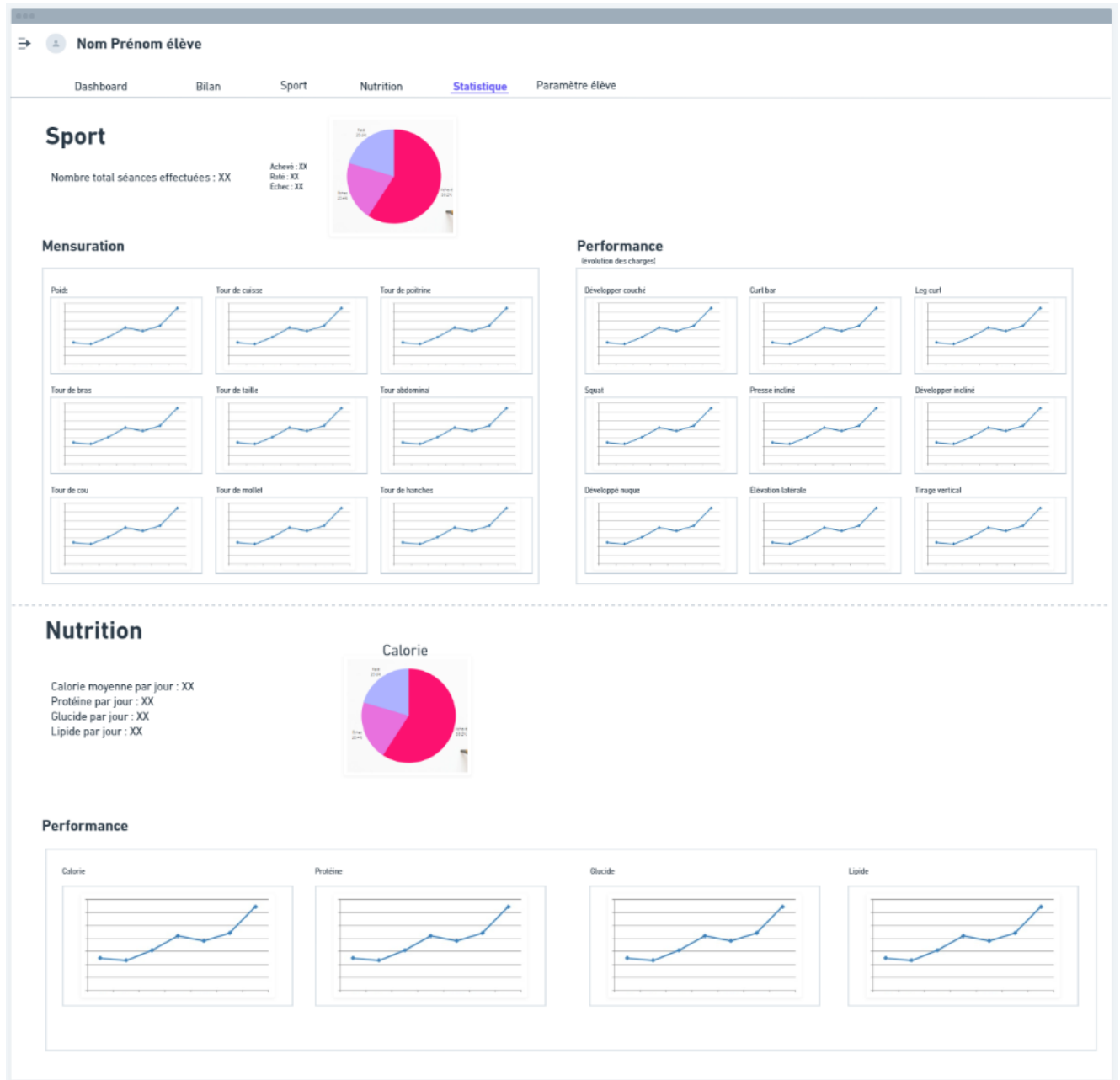
-Historique des diètes : (sélectionne les données à afficher dans le tableau) affiche sous forme de tableau la liste des programmes de diètes effectués et programmés

-Voir les journées : Déroule la liste des repas contenu dans la diète

-Voir repas : Ouvre pop-up contenant la liste des repas de la journée avec les aliments qui les compose (même pop-up que pour historiques des séances)

-Voir séance : Ouvre pop-up contenant la liste des exercices de la séance + les commentaires s'il y en a eu (même pop-up que pour historiques des séances)

Fenêtre Statistique - Élève



La fenêtre statistique rassemble toutes les informations pertinentes sur l'élève tel que l'évolution du poids, des mensurations, des charges etc. sous forme de différents graphes.

-Champs :

-Sport :

-Graphe circulaire :

Data : Nombre séance achevé, nombre de séance raté, nombre d'échec (séance terminer mais avec au moins un échec sur un exercice) + nombre total de séance effectué à afficher en dehors

-Graphe :

Mensuration : Liste de graphe contenant toute la liste des mensurations demandés dans les bilans

Suivi d'un élève :

Donnée : Fourni par les informations remplies par l'élève dans les bilans

Design : Sous forme de courbe

(Si un objectif est défini à l'avance, faire apparaitre dans une couleur différente la courbe de l'objectif de celle réel)

- Mensuration, si demandé par le coach dans les bilans

Mensuration = filtre (courbe à afficher), Jours = abscisse (x), Mensuration = Ordonné (y)

- Poids de l'élèves comparer avec objectifs si défini

Jours = abscisse (x), Poids = Ordonné (y)

- Courbe d'évolution du poids utilisé dans les différents exercices par l'élèves si défini

Exercice = filtre (courbe à afficher), Jours = abscisse (x), Poids = Ordonné (y)

- Mélange des deux séparations des courbes par une couleurs

Formules :

Le coach choisit si l'élève à la formule diète ou muscu ou les deux

Les fonctionnalités sont ensuite attribuées à l'élèves

Le coach choisi si oui ou non il est atteint de tca

Si ou les calories ne sont pas affichés

Il définit le nb de bilan et la périodicité

Le coach peut attribuer un Template de bilan a une formule

Ressources :

Le coach peut mettre des ressources à dispositions de ses élèves (PDF)

Il peut attribuer ses ressources à un groupe d'élèves (nutrition ou sport) ou à un élève unique

Messagerie :

Un système de messagerie entre les élèves et le coach

Paramètre :

Le coach peut choisir d'activer ou non le système de messagerie pour un élèves

Le coach peut modifier son mot de passe

Le coach peut modifier sa photo de profil

Le coach peut récupérer ses factures de nôtres applications