

Logo du groupe

onglet accueil

Connexion /
Espace membre

PHOTO

Ceci est le descriptif de notre groupe. Nous y mettons les informations importantes.

Contact

Ici est indiqué le fonctionnement de l'application selon vos demande cher client.

Développeur + Date



bouton logout



bouton callendrier

Bouton visible uniquement si loggé

Logo du groupe

onglet accueil

Connexion /
Espace membre

Envoyer

Formulaire d'inscription
Identifiant
Mot de passe
Prénom
Nom
Date de naissance
Adresse
Numéro de téléphone
Adresse mail

Logo du groupe

onglet accueil

Connexion

Identifiant
Mot de passe

Connexion

Logo du groupe

onglet accueil

Espace membre

Espace admin
(visible uniquement si
droits)Espace Coach
(visible uniquement si
droits)

7 avril

intéressé

participer

8 avril Endurance 2h20

intéressé

participer

10 avril Endurance 1h dont 2*12' allure marathon récup 2'30 trot

intéressé

participer

12 avril 20' échauffement / 5 x (800 à 90% VMA / récup 1'30 arrêt / 15' RAC

intéressé

participer

13 avril Endurance 1h

intéressé

participer

15 avril endurance 1h30

intéressé

participer

17 avril Echauffement 25 min - 2 x 8 (30"/30" récupération - 2' trot entre les 2 séries) - RAC

intéressé

participer

19 avril Endurance 1h

intéressé

participer

Plan d'entrainement actuel

Entrainement Endurance

8 avril Endurance 2h20

10 avril Endurance 1h dont 2*12' allure marathon récup 2'30 trot

13 avril Endurance 1h

15 avril endurance 1h30

19 avril Endurance 1h

Formulaire de modification d'informations

Utilisateur 1

Karl

Hibern

01/01/1980

Rue Bidon 88, 4590 Ouffet

0470 00 00 00

Test@student.vinci.be

Envoyer

Développeur + Date



Logo du groupe

onglet accueil

Espace membre

Espace damin

Espace Coach
(visible uniquement si
droits)

Coach

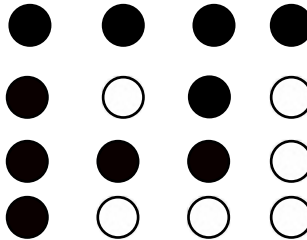
Utilisateur 1 Karl Hibern

Roxy644 Jean Dupont

HrCK732 Evelyne Chasale

Kat33 Catherine Milet

Membre Admin Cotisation Coach



Envoyer

Reset cotisation

Formulaire création événement
21 avrilBouillonnante 50km
Course de 50km réservée aux membres dans un cadre idyllique.
41°24'12.2" N 2°10'26.5" E
Bouillonante.be
17€/participants

Envoyer

Modifier l'événement
10 avrilEndurance 1h dont 2*12' allure marathon récup 2'30 tro
41°24'12.2" N 2°10'26.5" E
<https://www.google.com/intl/fr/drive/Endu10Avril>

Jean Dupont Dupont.J@outlook.com


Envoyer

Développeur + Date

Les fonctions affichées dans le tableau dépendent des droits de l'utilisateur souhaité par le client.

 Menu déroulant

Radiohead pour sélectionner et afficher les options de chacun des membres

 Bouton visible par les membres disposant des droits uniquement, permet de remettre toutes les cotisations à 0 en nouvelle année

Logo du groupe

onglet accueil

Espace membre

Espace damin

Espace Coach

Modifier l'événement

10 avril

Endurance 1h dont 2*12' allure marathon récup 2'30 trot

Plan d'entrainement Endurance

41°24'12.2" N 2°10'26.5" E

<https://www.google.com/intl/fr/drive/Endu10Avril>

Envoyer

Insérez ici votre csv d'un plan d'entrainement

Envoyer

Jean Dupont Dupont.J@outlook.com

Cher membre,
J'ai bien reçu votre demande d'inscription à un plan d'entrainement. Comme c'est votre première année au sein de notre groupe, je vous propose de commencer par l'endurance.
Merci de me répondre au plus vite afin que je puisse vous inscrire.
Cordialement,
Karl Hibern

Envoyer

Logo du groupe

onglet accueil

Espace membre

Espace admin
(visible uniquement si
droits)

Espace Coach
(visible uniquement si
droits)

1 avril Endurance 7h00

5 avril Endurance 1h00

8 avril Endurance 2h20

10 avril Endurance 1h dont 2*12' allure marathon récup 2'30 trot

12 avril 20' échauffement / 5 x (800 à 90% VMA / récup 1'30 arrêt /
15' RAC

13 avril Endurance 1h

15 avril endurance 1h30

17 avril Echauffement 25 min - 2 x 8 (30"/30" récupération -
2' trot entre les 2 séries) - RAC

19 avril Endurance 1h

5 avril Endurance 1h00

google.be/drive/end5Av

OneDrive.live.com/JeanDupont/photos

Développeur + Date