## 1.1 – Workout Configuration (1) Use Case

**Βασική ροή**

1. Ο χρήστης επιλέγει “Create My Workout” από τη σελίδα διαμόρφωσης προπόνησης.
2. Το σύστημα εμφανίζει τις επιλογές έκδοσης προγράμματος (“Έτοιμο Πακέτο Προπόνησης”, “Διαμόρφωση Προπόνησης από το Χρήστη” και “Personalized AI Generated Workout”).
3. Ο χρήστης επιλέγει “Personalized AI Generated Workout”.
4. Το σύστημα ελέγχει το προφίλ του χρήστη προκειμένου να διαπιστώσει ότι έχουν συμπληρωθεί όλα τα απαραίτητα στοιχεί για να δοθεί πρόσβαση στη λειτουργία.
5. Το σύστημα ολοκληρώνει επιτυχημένα τον έλεγχο στοιχείων του χρήστη.
6. Το σύστημα εμφανίζει λίστα με ισοδύναμα εξατομικευμένα προγράμματα προπόνησης.
7. Ο χρήστης εξετάζει τα προγράμματα γυμναστικής και επιλέγει αυτό που επιθυμεί να εκτελέσει.
8. Ο χρήστης επιλέγει εκκίνηση.
9. Το σύστημα ανανεώνει τα στατιστικά δραστηριότητάς του (Calories, Distance, Steps, Points) όσο ο ίδιος γυμνάζεται, και του τα εμφανίζει στην οθόνη.
10. Με το πέρας της προπόνησής του, ο χρήστης επιλέγει τερματισμό.
11. Το σύστημα ενημερώνει τα Charts του χρήστη για τη συγκεκριμένη ημέρα.
12. Το σύστημα ρωτάει το χρήστη εάν επιθυμεί να ελέγξει τα εν λόγω Charts.
13. Ο χρήστης επιλέγει «Ναι».
14. Η ροή συνεχίζει στο βήμα 5 του Use Case “Activity Charts”.

**Εναλλακτικές Ροές**

1. Εναλλακτική Ροή – Απουσία στοιχείων λειτουργίας “Personalized AI Generated Workout”

* 5.α.1 Το σύστημα διαπιστώνει ότι απουσιάζουν τα απαραίτητα στοιχεία από το προφίλ του χρήστη προκειμένου να ενεργοποιηθεί η λειτουργία “Personalized AI Generated Workout”.
* 5.α.2 Το σύστημα προειδοποιεί το χρήστη με κατάλληλο μήνυμα.
* 5.α.3 Το σύστημα δίνει τη δυνατότητα στο χρήστη να μεταφερθεί στο “Set Up My Profile” περιβάλλον.
* 5.α.4 Ο χρήστης δέχεται και μεταφέρεται στο περιβάλλον διαμόρφωσης λογαριασμού της εφαρμογής.
* 5.α.5 Η ροή συνεχίζεται στο βήμα 11 του Use Case “Profile Setup”.

2. Εμφωλευμένη Εναλλακτική Ροή – Άρνηση συμπλήρωσης απαραίτητων στοιχείων

* 5.α.5.β Ο χρήστης αρνείται να μεταφερθεί στο “Profile Setup” περιβάλλον.
* 5.α.6.β Το σύστημα αναγκάζει το χρήστη να επιλέξει κάποιον από τους υπόλοιπους τρόπους έκδοσης προγράμματος προπόνησης (“Έτοιμο Πακέτο Προπόνησης”, “Διαμόρφωση Προπόνησης από το Χρήστη”).
* 5.α.7.β Ο χρήστης επιλέγει “Διαμόρφωση Προπόνησης από το Χρήστη”
* 5.α.8.β Η ροή συνεχίζεται στο βήμα 4 του “Workout Configuration (3)” Use Case.

## 1.2 – Workout Configuration (2) Use Case

**Βασική ροή**

1. Ο χρήστης επιλέγει “Create My Workout” από τη σελίδα δημιουργίας προπόνησης.
2. Το σύστημα εμφανίζει τις επιλογές έκδοσης προγράμματος (“Έτοιμο Πακέτο Προπόνησης”, “Διαμόρφωση Προπόνησης από το Χρήστη” και “Personalized AI Generated Workout”).
3. Ο χρήστης επιλέγει “ Έτοιμο Πακέτο Προπόνησης ”.
4. Το σύστημα εμφανίζει οθόνη καθορισμού δυσκολίας (Easy / Medium / Hard), μυϊκών ομάδων και χρονικής διάρκειας του προγράμματος που επιθυμεί ο χρήστης.
5. Ο χρήστης εισάγει τα παραπάνω.
6. Το σύστημα ελέγχει τις επιλογές που εισήγαγε ο χρήστης προκειμένου να διαπιστώσει ότι υπάρχει έτοιμο πακέτο προπόνησης που να πληροί τα κριτήρια του χρήστη.
7. Το σύστημα ολοκληρώνει επιτυχημένα τον έλεγχο.
8. Το σύστημα εμφανίζει μια λίστα από προγράμματα τα οποία πληρούν τα κριτήρια του χρήστη.
9. Ο χρήστης εξετάζει τα προγράμματα γυμναστικής και επιλέγει αυτό που επιθυμεί να εκτελέσει.
10. Ο χρήστης επιλέγει εκκίνηση.
11. Το σύστημα ανανεώνει τα στατιστικά δραστηριότητάς του (Calories, Distance, Steps, Points) όσο ο ίδιος γυμνάζεται, και του τα εμφανίζει στην οθόνη.
12. Με το πέρας της προπόνησής του, ο χρήστης επιλέγει τερματισμό.
13. Το σύστημα ενημερώνει τα Charts του χρήστη για τη συγκεκριμένη ημέρα.
14. Το σύστημα ρωτάει το χρήστη εάν επιθυμεί να ελέγξει τα εν λόγω Charts.
15. Ο χρήστης επιλέγει «Ναι».
16. Η ροή συνεχίζει στο βήμα 5 του Use Case “Activity Charts”.

**Εναλλακτικές Ροές**

1. Εναλλακτική Ροή – Αδυναμία εύρεσης προγράμματος

* 5.α.1 Το σύστημα διαπιστώνει ότι ο χρήστης έχει καταχωρήσει κριτήρια τα οποία δεν αντιστοιχούν σε κάποιο από τα έτοιμα προγράμματα που διαθέτει η εφαρμογή.
* 5.α.2. Το σύστημα ενημερώνει το χρήστη με κατάλληλο μήνυμα.
* 5.α.3 Το σύστημα προτείνει στο χρήστη παραπλήσια προγράμματα με αυτά των κριτηρίων του.
* 5.α.4 Ο χρήστης επιλέγει ένα από τα παραπάνω και εκκινεί τη διαδικασία.
* 5.α.5 Επιστροφή στο βήμα 11 της Βασικής Ροής.

2. Εναλλακτική Ροή – Ο χρήστης δεν επιθυμεί να δει τα Charts tου

* 15.α.1 Ο χρήστης επιλέγει «Όχι».
* 15.α.2 Το σύστημα τον ενημερώνει ότι τα στατιστικά όλων των ημερών που έχει καταγραφεί δραστηριότητα είναι διαθέσιμα μέσω του Calendar.
* 15.α.3 Ο χρήστης επιλέγει εντάξει και κλείνει τη σελίδα διαμόρφωσης προπόνησης.

## 1.3 – Workout Configuration (3) Use Case

**Βασική ροή**

1. Ο χρήστης επιλέγει “Create My Workout” από τη σελίδα δημιουργίας προπόνησης.
2. Το σύστημα εμφανίζει τις επιλογές έκδοσης προγράμματος (“Έτοιμο Πακέτο Προπόνησης”, “Διαμόρφωση Προπόνησης από το Χρήστη” και “Personalized AI Generated Workout”).
3. Ο χρήστης επιλέγει “Διαμόρφωση Προπόνησης από το Χρήστη”.
4. Το σύστημα εμφανίζει στο χρήστη οθόνη επιλογής μυϊκών ομάδων προς εκγύμναση.
5. Ο χρήστης επιλέγει τις μυϊκές ομάδες που επιθυμεί
6. Το σύστημα εμφανίζει κατάλληλη οθόνη διαμόρφωσης προγράμματος, με πληθώρα ασκήσεων που ανήκουν στις παραπάνω ομάδες.
7. Ο χρήστης διαμορφώνει το πρόγραμμα γυμναστικής του και επιλέγει εκκίνηση.
8. Το σύστημα ελέγχει εάν το πρόγραμμα του χρήστη είναι εφικτό και εκκινεί τη διαδικασία.
9. Το σύστημα ανανεώνει τα στατιστικά δραστηριότητάς του (Calories, Distance, Steps, Points) όσο ο ίδιος γυμνάζεται, και του τα εμφανίζει στην οθόνη.
10. Με το πέρας της προπόνησής του, ο χρήστης επιλέγει τερματισμό.
11. Το σύστημα ενημερώνει τα Charts του χρήστη για τη συγκεκριμένη ημέρα.
12. Το σύστημα ρωτάει το χρήστη εάν επιθυμεί να ελέγξει τα εν λόγω Charts.
13. Ο χρήστης επιλέγει Ναι.
14. Η ροή συνεχίζει στο βήμα 5 του Use Case “Activity Charts”.

**Εναλλακτικές Ροές**

1. Εναλλακτική Ροή – Δημιουργία ανέφικτου προγράμματος

* 8.α.1 Το σύστημα διαπιστώνει ότι το πρόγραμμα που διαμόρφωσε ο χρήστης είναι ανέφικτο (υπερβολικός αριθμός ασκήσεων, σετ και επαναλήψεων).
* 8.α.2 Το σύστημα προειδοποιεί το χρήστη με κατάλληλο μήνυμα και του δίνει τη δυνατότητα να επιστρέψει στο αρχικό βήμα διαμόρφωσης προπόνησης.
* 8.α.3 Ο χρήστης δέχεται και επιστρέφει.
* 8.α.4 Επιστροφή στο βήμα 4 της Βασικής Ροής.

2. Εναλλακτική Ροή – Αδυναμία ολοκλήρωσης προγράμματος

* 10.α.1 Ο χρήστης επιθυμεί να διακόψει το πρόγραμμα χωρίς αυτό να έχει τερματίσει, και επιλέγει πρόωρος τερματισμός.
* 10.α.2 Το σύστημα ενημερώνει το χρήστη ότι προκειμένου να προκύψουν στατιστικά (Calories, Distance, Seps, Points) πρέπει ο ίδιος να καθορίσει τις ασκήσεις, σετ και επαναλήψεις που εκτέλεσε.
* 10.α.3 Το σύστημα εμφανίζει το πρόγραμμα στο χρήστη, με τη δυνατότητα επιλογής σετ και επαναλήψεων.
* 10.α.4 Ο χρήστης εισάγει τα δεδομένα από την προπόνησή του.
* 10.α.5 Το σύστημα ανανεώνει τα παραπάνω στατιστικά με βάση τα δεδομένα που έδωσε ο χρήστης.
* 10.α.6 Επιστροφή στο βήμα 11 της Βασικής Ροής.

**Παραδοχή και Περιγραφή Αλλαγών**

Τα **Workout Configuration (1), (2), (3) Use Cases** είναι αλληλένδετα και περιγράφουν την ίδια διαδικασία από κάποιον χρήστη (διαμόρφωση και εκτέλεση προπόνησης). Θα μπορούσαν να αποτελούν ενιαίο Use Case και το ένα να χρησιμοποιείται ως εναλλακτική ροή του άλλου, ωστόσο λόγω του μεγέθους στο τελικό Robustness διάγραμμα (προκύπτει εξαιρετικά μεγάλο και δυσνόητο) πραγματοποιήθηκε η εν λόγω διάσπαση. Παρατηρούνται εναλλακτικές ροές που θα μπορούσαν να ανήκουν και στις τρεις περιπτώσεις χρήσης (πχ, «Ο χρήστης δεν επιθυμεί να δει τα στατιστικά του»), ενώ η δομή τους έχει διαφοροποιηθεί αρκετά από το αντίστοιχο ενιαίο 0.1 version. Περιορίστηκε αρκετά η υπερβολική αλληλεπίδραση (ειδοποιήσεις και μηνύματα) μεταξύ συστήματος και χρήστη και δόθηκε περισσότερη βάση στους τρείς τρόπους διαμόρφωσης της προπόνησης. Οι αλλαγές που πραγματοποιήθηκαν είναι θεμελιώδεις, ωστόσο το κόκκινο χρώμα σε όλο το κείμενο αποφεύχθηκε για λόγους ευκολίας στην ανάγνωση.