

**MANUAL DO UTILIZADOR**  
**BODYHEALTH**

**Realizado por: Miguel Cruz e Rúben Martins**

# Índice

1. Introdução.....	3
2. Home.....	4
3. Registo.....	4
4. Login.....	5
5. FitHub.....	5
6. Visualização.....	6
7. Perfil.....	6
8. Favoritos .....	7
9. Criação.....	7
10. Mapa.....	8
11. Eventos e aulas.....	8-9

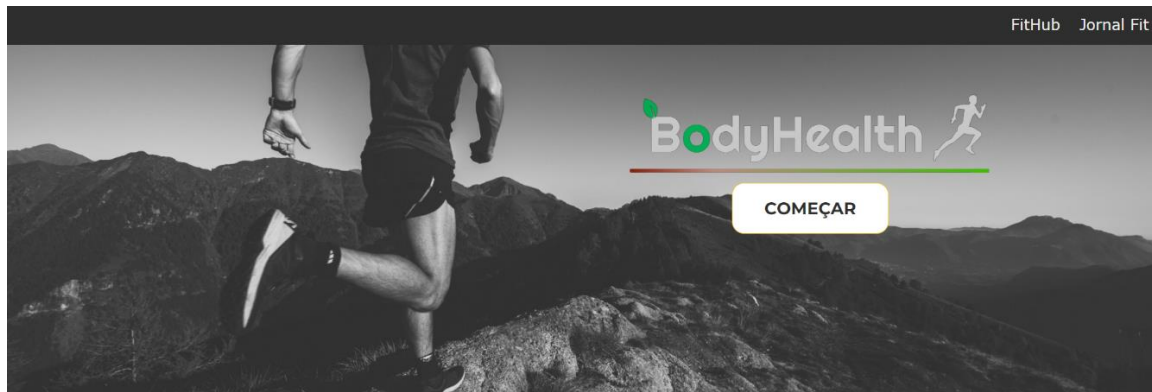
## **Introdução**

Neste documento encontra-se o manual de utilizador da aplicação web BodyHealth, com as descrições das suas diferentes componentes.

Em cada componente terá uma imagem e a sua respetiva descrição.

## Home page:

Ao abrir a aplicação web irá encontrar o seguinte:



### DESFruta DAS NOSSAS VANTAGENS

*DISPONIBILIZAMOS VÁRIAS FERRAMENTAS PARA ADQUIRIRES UMA VIDA SAUDÁVEL!*

Nesta página terá diversas informações acerca da plataforma. Poderá clicar na opção “começar” e ser levado para o registo ou visitar o FitHub e Jornal Fit no canto superior esquerdo.

## Registo:

Aqui poderá efetuar o registo na aplicação

The screenshot displays the registration interface of the BodyHealth application. The page is dark-themed. On the left side, under the heading 'REGISTO', there are four input fields: 'Username', 'Password', 'Email', and 'Morada'. The 'Morada' field is split into two sub-fields: 'Rua, Cidade'. Below these fields is a yellow 'REGISTAR' button. Underneath the button is the word 'OU' and two circular icons: one showing a person's head and shoulders, and the other showing a person with a backpack. At the bottom left, there is a link that says 'Já possui uma conta? Login'. On the right side, under the heading 'SENDO UM UTILIZADOR PODES:', there is a list of benefits: '- DESCOBRIR NOVAS RECEITAS', '- PRATICAR NOVOS EXERCÍCIOS', '- ENCONTRAR PERSONAL TRAINER'S', and '- DESCOBRIR NOVOS LOCAIS E PERCURSOS', followed by 'E MAIS!'. The top right of the page has links for 'FitHub', 'Jornal FIT', and 'Perfil'.

Terá que colocar os diferentes parâmetros e clicar no registo. Também poderá clicar nas imagens específicas caso queira registar-se como um Nutricionista ou PT.

Caso já tenha uma conta poderá também efetuar o login.

## Login:

Aqui tem a página de login, terá que colocar o seu email e password registados na aplicação. Será redirecionado para o FitHub.

**BodyHealth**

FitHub Jornal FIT Perfil

**LOGIN**

Username  
[input type="text"]

Password  
[input type="password"]

ENTRAR

**BodyHealth**

**Morada**  
Av. Dom Carlos | 4  
1200-649 Lisboa, Portugal

**Contactos**  
Tel.: +351 213 939 600  
E-mail: geral.lade@universidadeeuropéia.pt

**Menu**  
Home  
FitHub  
Jornal FIT

BodyHealth © 2022

No canto superior esquerdo terá 3 barras, que representam o menu.

## FitHub:

Aqui no FitHub tem a página principal da aplicação web. Aqui poderá dirigir-se e ver as receitas/ementas, exercício/planos de treino, eventos e a loja ou consultar diversas informações como os produtos mais recentes da loja ou o leaderboard.

**BodyHealth**

FitHub Jornal FIT Perfil

**O QUE QUERES DESCOBRIR HOJE?**

RECEITAS E EMENTAS

PLANOS DE TREINO

EVENTOS

LOJA

**NOVOS PRODUTOS DA LOJA 'FIT'**

IR PARA A LOJA

**GLOBAL LEADERBOARD**

Raquetes de Ténis Reebok Pontos: 9250	Fit Cereais Pontos: 250	Jordan XXX Pontos: 65000	Suplementos Vitaminas I Pontos: 12350
--	----------------------------	-----------------------------	--

PT10: 126000  
Admin: 9999  
PT: 9999

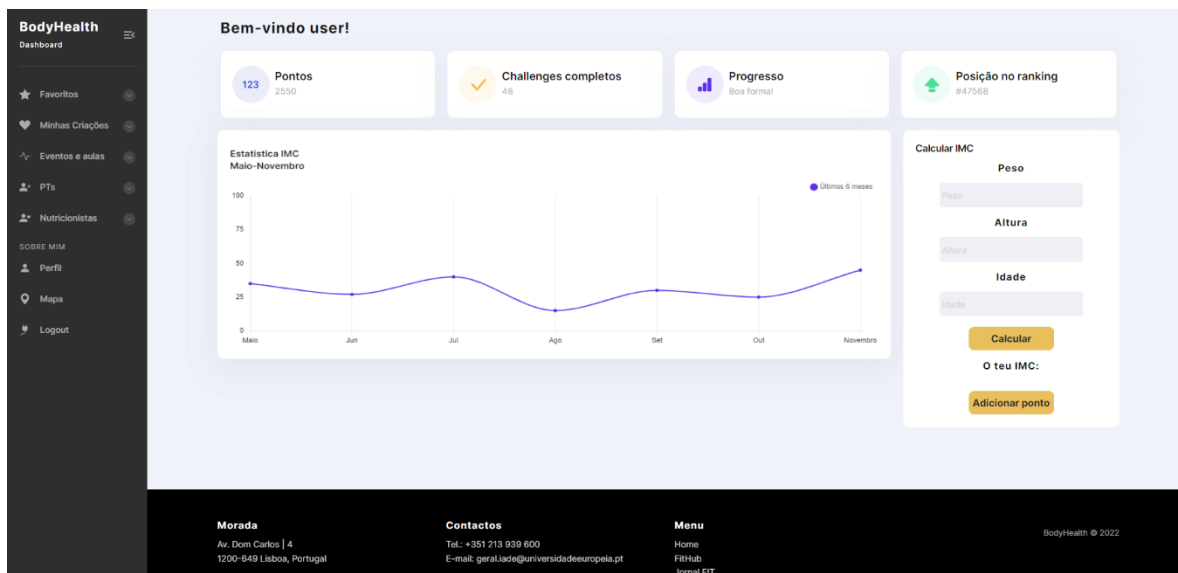
## Visualização:

Aqui pode observar os itens criados por outros utilizadores, neste caso os exercícios e planos de treino, filtrando os mesmos. Esta página é semelhante à de receitas/ementas, eventos e a loja, aqui apenas iremos mostrar a de exercícios e planos de treino.



## Perfil/Dashboard:

Ao entrar na opção “Perfil” irá encontrar esta página. Aqui tem o perfil do utilizador, onde tem diversas informações e pode calcular o seu IMC. Do lado esquerdo tem diversas opções dentro deste dashboard. Para efeitos de mostragem possui as opções todas, mas caso não fosse um PT ou Nutricionista não iria ver essas opções.



## Favoritos:

Ao entrar na opção favoritos poderá escolher entre as receitas/ementas ou os exercícios/planos de treino. Aqui poderá ver os itens ao qual atribuiu a marca do favorito

Nesta página também poderá ir diretamente para a página de visualização para ver todos os itens criados.

**Meus favoritos**

**Receitas**

Descobrir mais receitas

CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA
NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA
BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA
TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA

CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA
NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA
BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA
TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA

CRIADOR DA RECEITA	CRIADOR DA RECEITA
NOME DA RECEITA	NOME DA RECEITA
BASE DA RECEITA	BASE DA RECEITA
TIPO DA RECEITA	TIPO DA RECEITA

**Ementas**

Descobrir mais ementas

## Criação:

Ao entrar na opção criação poderá escolher entre as receitas/ementas ou os exercícios/planos de treino. Aqui poderá ver os itens que o utilizador criou. Aqui possui o botão de criar, onde ao clicar terá o pop-up de criação.

Nesta página também poderá ir diretamente para a página de visualização para ver todos os itens criados.

**Minhas criações**

**Receitas**

Criar receita

**Ementas**

Criar ementa

**CRIAR RECEITA**

**Selecionar Ingredientes**

Título	Título	Título
Título	Título	Título
Título	Título	Título

**Categoria**

☐ Entrada

☐ Prato Principal

☐ Sobremesa

☐ Bebida

☐ Outros

**Base**

☐ Carne

☐ Peixe

☐ Vegan

☐ Frutas

☐ Outros

**Morada**

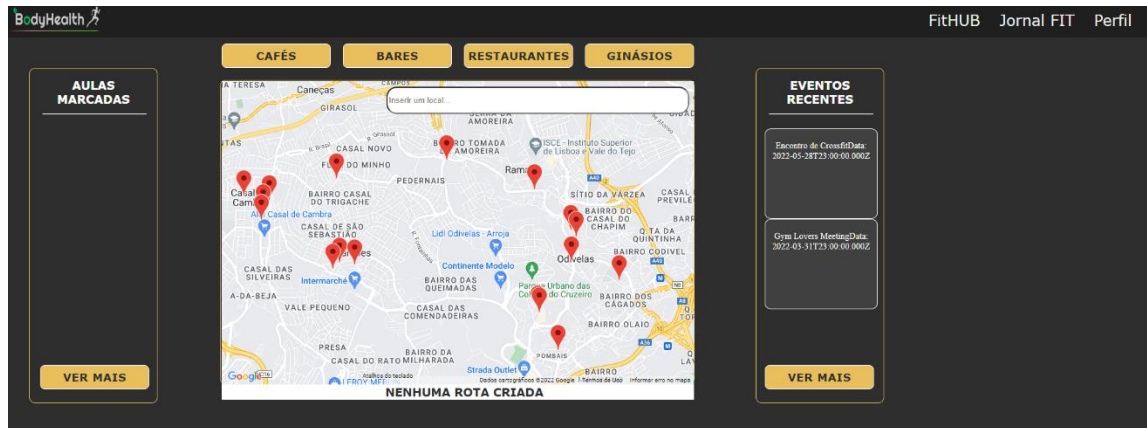
Av. Dom Carlos I  
1200-649 Lisboa Portugal

BodyHealth © 2022

Jornal FIT

## Mapa:

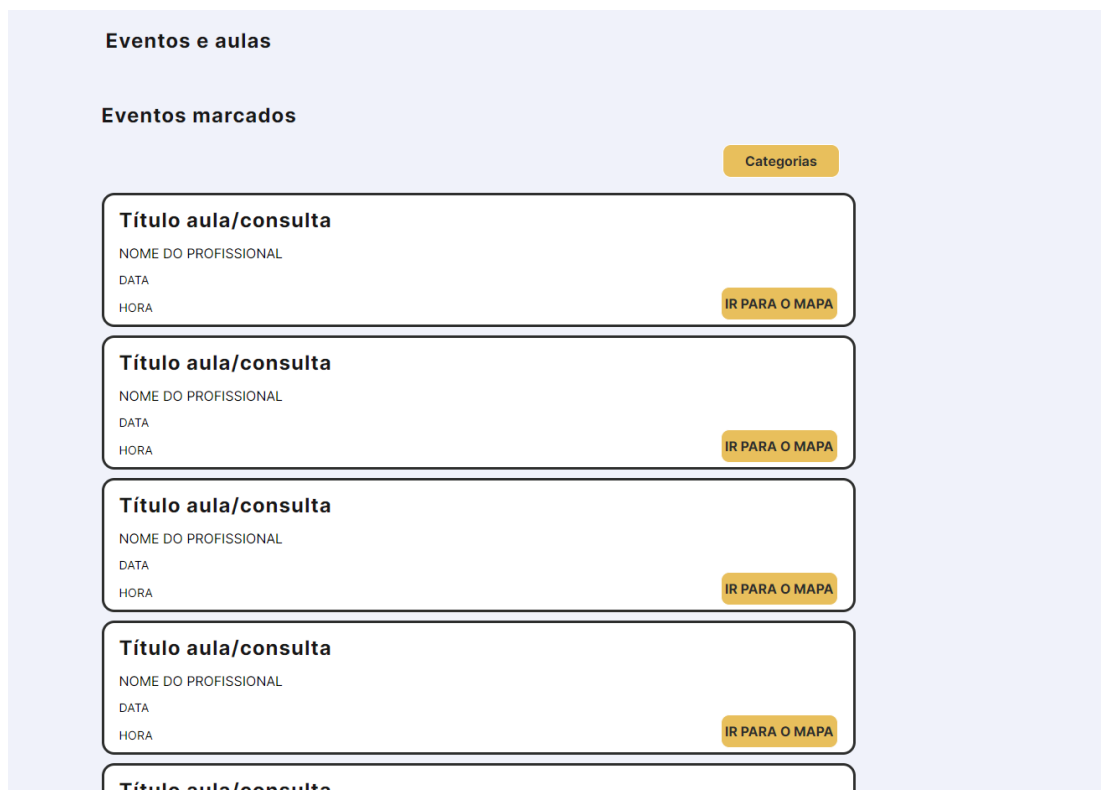
Ao clicar na opção mapa irá observar esta página. Aqui poderá ver o mapa da nossa aplicação. Poderá filtrar os locais pelas opções em cima do mapa e ao clicar nos mesmos poderá marcar uma rota.



## Eventos e aulas:

Nesta aba poderá encontrar 3 opções sendo elas:

### - Eventos marcados:



Onde poderá ver os eventos que tem marcados e ir diretamente para o mapa.



## - Turmas

Eventos e aulas

Turmas

**Nome da turma**  
Descrição da turma  
ENTRAR

**Nome da turma**  
Descrição da turma  
ENTRAR

**Nome da turma**  
Descrição da turma  
ENTRAR

**Nome da turma**  
Descrição da turma  
ENTRAR

**Nome da turma**

Onde poderá ver as diversas turmas em que pode fazer parte.

## - Pedidos pendentes

Eventos e aulas

Pedidos pendentes

**Criar pedido** **Categoria**

**Título do pedido**  
NOME DO PROFISSIONAL  
DATA  
HORA  
IR PARA O MAPA

**Título do pedido**  
NOME DO PROFISSIONAL  
DATA  
HORA  
IR PARA O MAPA

**Título do pedido**  
NOME DO PROFISSIONAL  
DATA  
HORA  
IR PARA O MAPA

**Título do pedido**  
NOME DO PROFISSIONAL  
DATA  
HORA  
IR PARA O MAPA

**Título do pedido**

Onde poderá ver os pedidos que tem pendentes e criar um novo. Também pode filtrar pela categoria dos mesmos.