GymBody Uživatelská Příručka - KLIENT

**Registrace a Přihlášení**

1. **Registrace**

* Otevřete aplikaci ve webovém prohlížeči
* Klikněte na tlačítko “ÚČET” v hlavním menu.
* Klikněte na tlačítko “REGISTRACE”
* Vyplňte požadované informace (uživatelské jméno, e-mail, heslo)
* Vyberte předplatné:
  + - BEZ PŘEDPLATNÉHO – Aplikace bez generovaného tréninkového plánu jen pro vlastní zapisování
    - EXCLUSIVE – vygenerovaný plán aplikací na základě tělesných měření (váha, miry, množství tělesného tuku, …), týdenní úrovně aktivit, nemocí (kardiovaskulární, …)
    - PREMIUM – Propojení skrz aplikaci s trenérem ve vašem okolí ( či v místě kde si zvolíte,…)

1. **Přihlášení**

* Otevřete aplikaci ve webovém prohlížeči.
* Klikněte na tlačítko "Přihlášení" v hlavním menu.
* Zadejte své uživatelské jméno a heslo.
* Klikněte na tlačítko "Přihlásit se".

**Navigace a Funkce**

1. **Trenéři**: Informace o dostupných trenérech.
2. **Fitness Centra a Posilovny**: Seznam a detaily fitness center a posiloven.
3. **Tréninkové Plány**: Správa a prohlížení tréninkových plánů či vygenerovaný fitness plán nebo sestavený trenérem.
4. **Míry a Statistiky**: Záznamy a sledování pokroků uživatele.

**Vytváření a Správa Poznámek**

1. V hlavním menu vyberte "GymList".
2. Vložte poznámku do textového pole.
3. Klikněte na tlačítko "Vložit" pro přidání poznámky do seznamu.
4. Pro označení úkolu jako dokončeného, klikněte na něj.
5. Pro smazání poznámky, klikněte na ikonu křížku vedle poznámky.

**Cvičební Plán**

1. V hlavním menu vyberte "Cvičební plán".
2. V kalendáři vyberte den, ke kterému chcete přidat nový cvik.
3. Klikněte na tlačítko "Přidat".
4. Vyplňte datum a název cviku v modálním okně.
5. Klikněte na tlačítko "Vložit cvik" pro přidání cviku do plánu.

GymBody Uživatelská Příručka - TRENÉR

**Registrace a Přihlášení**

1. **Registrace**

* Otevřete aplikaci ve webovém prohlížeči
* Klikněte na tlačítko “ÚČET” v hlavním menu.
* Klikněte na tlačítko “REGISTRACE”
* Vyplňte požadované informace (uživatelské jméno, e-mail, heslo)
* Vyberte roli:
  + - Klient
    - Trenér (ověřuje Administrátor)
    - Fitness centrum/Posilovna (ověřuje Administrátor)
    - Administrátor
* Vyberte předplatné:
  + - BEZ PŘEDPLATNÉHO – Aplikace bez generovaného tréninkového plánu jen pro vlastní zapisování
    - EXCLUSIVE – vygenerovaný plán aplikací na základě tělesných měření (váha, miry, množství tělesného tuku, …), týdenní úrovně aktivit, nemocí (kardiovaskulární, …)
    - PREMIUM – Propojení skrz aplikaci s trenérem ve vašem okolí ( či v místě kde si zvolíte,…)

1. **Přihlášení**

* Otevřete aplikaci ve webovém prohlížeči.
* Klikněte na tlačítko "Přihlášení" v hlavním menu.
* Zadejte své uživatelské jméno a heslo.
* Klikněte na tlačítko "Přihlásit se".

**Navigace a Funkce**

1. **Klienti**: Informace o klientech kteří si od vás žádají plán a spolupráci.
2. **Fitness Centra a Posilovny**: Seznam a detaily fitness center a posiloven výběr v jaké posilovně působíte.
3. **Tréninkové Plány**: Správa a prohlížení tréninkových plánů a vytváření vlastních plánů pro klienty.
4. **Míry a Statistiky**: Záznamy a sledování pokroků uživatele a statistiky klientů které máte pod sebou

.

**Vytváření a Správa Poznámek**

1. V hlavním menu vyberte "GymList".
2. Vložte poznámku do textového pole.
3. Klikněte na tlačítko "Vložit" pro přidání poznámky do seznamu.
4. Pro označení úkolu jako dokončeného, klikněte na něj.
5. Pro smazání poznámky, klikněte na ikonu křížku vedle poznámky.

**Cvičební Plán**

1. V hlavním menu vyberte "Cvičební plán".
2. V kalendáři vyberte den, ke kterému chcete přidat nový cvik.
3. Klikněte na tlačítko "Přidat".
4. Vyplňte datum a název cviku v modálním okně.
5. Klikněte na tlačítko "Vložit cvik" pro přidání cviku do plánu.

GymBody Administrátorská Příručka

**Přístup do Administrátorského Panelu**

1. Přihlaste se jako administrátor.
2. Klikněte na odkaz "Administrátorský Panel" v hlavním menu.

**Správa Uživatelů**

1. V administrátorském panelu vyberte sekci "Uživatelé".
2. Zde můžete přidávat, upravovat a odstraňovat uživatele.

**Správa Trenérů**

1. V administrátorském panelu vyberte sekci "Trenéři".
2. Zde můžete přidávat, upravovat a odstraňovat trenéry.
3. Můžete také doporučovat trenéry k uživatelům.

**Správa Fitness Center a Posiloven**

1. V administrátorském panelu vyberte sekci "Fitness Centra a Posilovny".
2. Zde můžete přidávat, upravovat a odstraňovat fitness centra a posilovny.

**Správa Tréninkových Plánů**

1. V administrátorském panelu vyberte sekci "Tréninkové Plány".
2. Zde můžete přidávat, upravovat a odstraňovat tréninkové plány.
3. Můžete také doporučovat tréninkové plány k uživatelům.

**Míry a Statistiky**

1. V administrátorském panelu vyberte sekci "Míry a Statistiky".
2. Zde můžete sledovat pokroky jednotlivých uživatelů a generovat reporty.