

# Applicazioni per Dispositivi Mobili

## A.A. 2020/2021

# TFPF-Fitness

## Design documentation<sup>1,2</sup>

Team Members <sup>3</sup>		
Name	Student Number	E-mail address
Davide Palombaro	258845	<a href="mailto:davide.palombaro@student.univaq.it">davide.palombaro@student.univaq.it</a>
Federico Cantoro	258941	<a href="mailto:federico.cantoro@student.univaq.it">federico.cantoro@student.univaq.it</a>

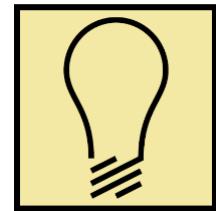
---

<sup>1</sup> REMOVE THE FOOTNOTE: The max length of this document is 20 pages

<sup>2</sup> REMOVE THE FOOTNOTE: The structure of this document is fixed, it cannot be changed in any way

<sup>3</sup> REMOVE THE FOOTNOTE: The team leader is listed as first member in this table

# Strategy



## Product Objectives

### Business goals

Il nostro obiettivo è quello di creare un'applicazione mobile dedicata al mondo del fitness che sia di aiuto a tutti coloro che intendono mantenere la propria condizione fisica o migliorarla, che siano esperti o meno, che lo facciano da casa o da un centro sportivo.

## Product Overview

L' applicazione sarà incentrata sul mondo del fitness, ed in particolare sulle schede di allenamento che verranno fornite e caricate sull'app sia da persone già inserite in questo mondo, come personal trainer e istruttori, o da autodidatti appassionati del lifestyle sportivo, permettendo di organizzare al meglio i propri allenamenti e allo stesso tempo trovare nuovi spunti per migliorarli grazie all'interazione con gli altri utenti. La tipologia di utenza a cui l'applicazione è dedicata è piuttosto ampia: essa va dai giovani che desiderano migliorare la propria condizione fisica e che hanno molta familiarità con l'utilizzo di smartphone e applicazioni mobili; a persone di età più avanzata che vorrebbero mantenersi in forma e che potrebbero avere più o meno difficoltà nell'uso dello smartphone.

## Competitors

Attualmente sono già tante le applicazioni a tema fitness presenti sui vari store, ma le migliori e anche più affermate sono principalmente le seguenti:

- **Freeletics Personal Trainer:** un'applicazione dal design curato e semplice, che permette di scegliere tra una vasta gamma di schede di allenamento, divise per tipologia di obiettivo, difficoltà, tempo a disposizione e attrezzatura in possesso. Inoltre, per ciascun esercizio presente all'interno delle schede, in aiuto ai meno esperti, è possibile vedere un breve video da diverse angolazioni per capire come svolgere correttamente l'esercizio.
- **Adidas Training by Runtastic:** un'applicazione anche questa dal design curato, ma un po' più completa rispetto alla precedente. Questa non si limita a proporre schede di allenamento diversificate, ma permette di creare la propria scegliendo diversi parametri, come la parte del corpo che si intende allenare e l'obiettivo che si vuol raggiungere. Inoltre, propone anche diversi tipi di diete, che è possibile abbinare a specifici allenamenti proposti dall'applicazione.

## User Needs

### Needs & goals

#### Goals:

- Ricerca e visualizzazione di profili utente
- Ricerca e visualizzazione di schede di allenamento
- Caricare e offrire schede di allenamento dettagliate
- Raccogliere le schede preferite in un'unica sezione

#### Needs:

- Cercare una scheda di allenamento adatta al proprio obiettivo e alla propria condizione fisica
- Caricare e condividere schede di allenamento, per renderle a disposizione di tutti
- Organizzare al meglio i propri allenamenti, avendo sempre a portata di mano le proprie schede

## User Research

La principale funzione che TFPF-Fitness vuole fornire al pubblico è quella di proporre una soluzione semplice e veloce per tutti coloro che vogliono cimentarsi in attività per mantenersi in forma ma non sanno da dove iniziare, e per coloro che vogliono aiutare questi ultimi. L'applicazione comprende vari campi ed è mirata per coprire una fetta di utenti molto ampia, infatti sarà utile sia ad un utente appena iscritto in palestra sia ad un utente che semplicemente vuole lavorare da casa. Inoltre è un'applicazione utile anche per gli esperti del settore poiché permette una condivisione con il pubblico del proprio materiale tramite il caricamento di schede di allenamento. Ogni scheda presenterà delle categorie, quindi qualsiasi utente che la starà seguendo saprà quale parte del corpo sta allenando e con quale intensità. TFPF-Fitness è un'applicazione semplice da usare grazie alla sua struttura pseudo-social, che quindi permetterà ad ogni utente, tramite la funzionalità "preferiti", di tenere traccia delle schede che più gli si addicono.

## Personas

### Mario



Età: 35 anni  
Lavoro: Tecnico Informatico  
Famiglia: Single  
Città: Zurigo, Svizzera

#### Obiettivi:

- Punta presto a ricevere un aumento a lavoro.
- Vorrebbe mantenere la forma fisica
- Utilizzare al meglio il proprio tempo

Mario è un uomo in carriera che vuole presto realizzarsi in ambito lavorativo ma per fare ciò deve dedicarsi molto a quest'ultimo. Vive in un appartamento dove lo spazio manca. Vorrebbe comunque non tralasciare la sua forma fisica anche perché il suo lavoro lo tiene molto tempo seduto al computer.

#### Abilità:

Utilizzare Applicazioni Mobile

Navigare su internet

Palestra

#### Tempo impiegato

Lavoro

Tempo libero

### Anna



Età: 63 anni  
Lavoro: Casalinga  
Famiglia: Sposata, 3 figli.  
Città: Tollo, Italia

#### Obiettivi:

- Vorrebbe mettersi in forma per se stessa.
- Presentarsi bene alla vecchiaia.
- Impegnare il tempo.

Anna è una madre di 3 figli ormai adulti, dopo molti anni dedicati a loro vuole dedicarsi a se stessa e mettersi in forma. Vive in una casa di campagna distante dal centro abitato.

#### Abilità:

Utilizzare Applicazioni Mobile

Navigare su Internet

Palestra

#### Tempo impiegato

Lavoro

Tempo libero

## Paolo



**Età:** 47 anni  
**Lavoro:** Geometra  
**Famiglia:** Sposato  
**Città:** Milano, Italia

### Obiettivi:

- Dedicarsi al lavoro senza tralasciare i suoi hobby
- Continuare ad allenarsi con costanza
- Aiutare grazie alla sua esperienza.

Paolo è un Geometra di 47 anni sposato ma senza figli. Ormai da 20 anni si tiene in forma come può: palestra, corpo libero, ecc.. Ama il suo lavoro ma non per questo tralascia i suoi numerosi hobby. Non ama la tecnologia ma è iscritto a molteplici social.

### Abilità:

Utilizzare Applicazioni Mobile

Navigare su Internet

Palestra

### Tempo impiegato

Lavoro

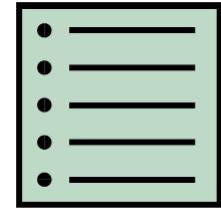
Tempo libero

# Scope

## Features

### Main features:

- Registrazione/accesso: l'utente per utilizzare le funzionalità implementate nella nostra applicazione deve necessariamente iscriversi, il che comporterà l'inserimento di dati personali. Una volta iscritto, ogni qualvolta che l'utente vorrà utilizzare l'applicazione, dovrà semplicemente fare l'accesso.
- Visualizzazione delle schede di allenamento
- Possibilità di caricare le proprie schede di allenamento e renderle disponibili a tutti.



### Rules and Constraints:

- Navigazione disponibile a tutto schermo, senza menù nascosti.
- Tutto può essere compiuto all'interno dell'applicazione senza utilizzare siti / link esterni.

## Other requirements

- Navigazione semplice e intuitiva
- Design curato
- Tempi di caricamento delle viste rapidi.

## Scenarios



### Scenario 1:

Mario ha appena concluso una giornata stressante di lavoro. È molto stanco ma, nonostante ciò, vuole fare un ultimo sforzo e fare un po' attività a corpo libero.

Mario prende il suo telefono e apre TFPF-Fitness, filtra la ricerca della scheda di allenamento in "Corpo libero" e in "Bassa intensità" e il gioco è fatto. Ora a Mario non resta che rimboccarsi le maniche e darsi da fare.



### Scenario 2:

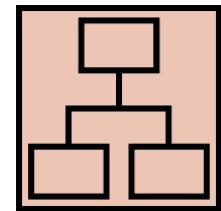
Anna si è appena iscritta nella palestra del suo paese, è alla prima esperienza e non ha idea di come intraprendere la sua prima giornata. Anna chiede consiglio ai suoi figli, i quali le consigliano TFPF-fitness. Il giorno dopo Anna in palestra seguirà una scheda di allenamento adatta a lei proveniente dall'applicazione TFPF-Fitness.



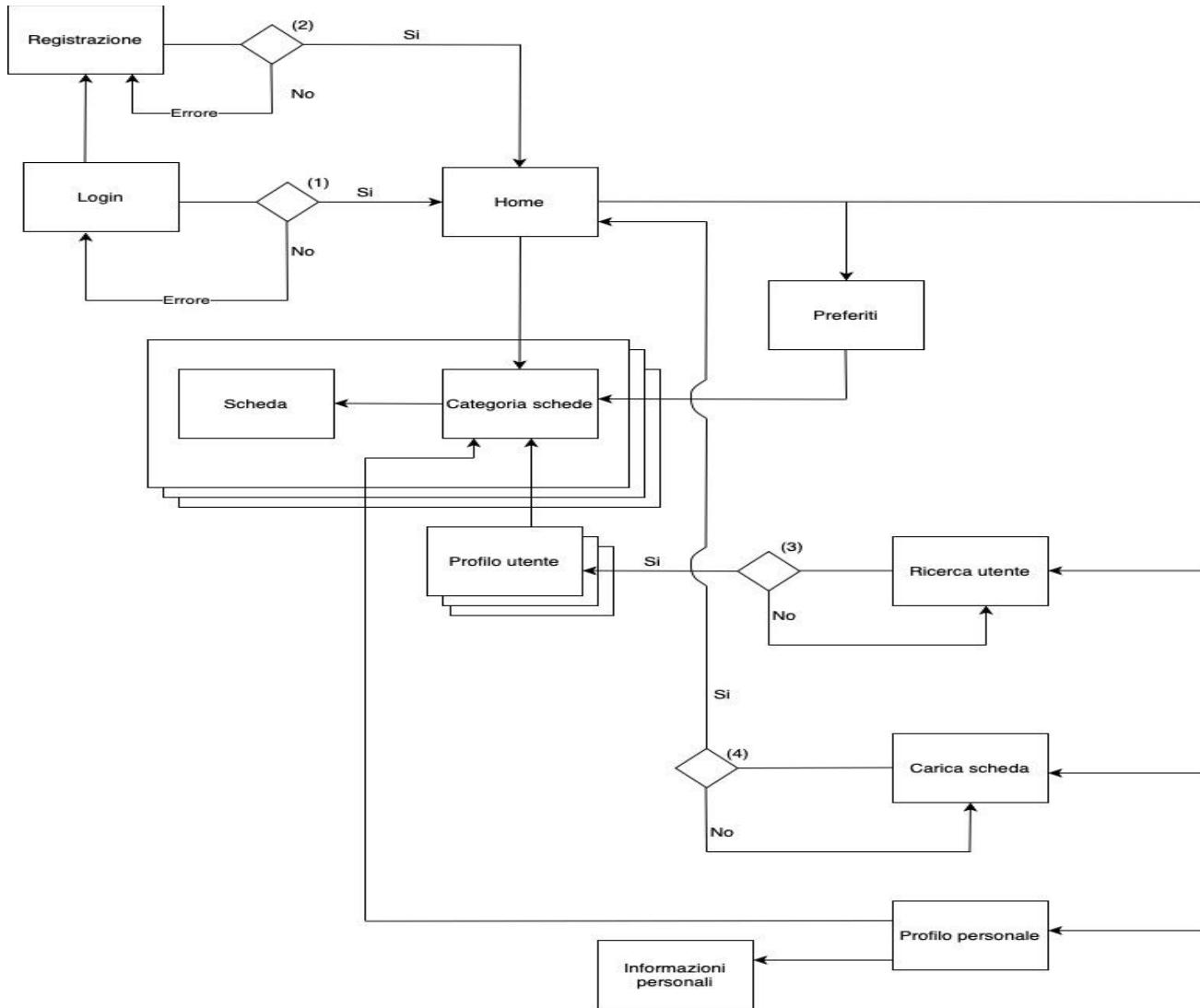
### Scenario 3:

Paolo è un amante della palestra, adora dare consigli a tutti coloro che si affacciano per la prima volta su questo mondo. In un discorso tra i suoi colleghi è uscito il nome di TFPF-Fitness, un'applicazione nel quale è possibile condividere schede di allenamento di ogni tipo. Paolo prova quindi a scaricarla e dopo qualche click ha già caricato un paio di schede di allenamento.

# Structure



## Navigation model



- (1): L'autenticazione è andata a buon fine?
- (2): Tutti i campi richiesti sono stati riempiti correttamente?
- (3): La ricerca ha prodotto qualche risultato?
- (4): Tutti i dati della scheda richiesta sono stati correttamente inseriti?

**Login:** questa è la prima vista che si apre al primo accesso all'applicazione. Da qui è possibile inserire le proprie credenziali se si dispone già di un account registrato, altrimenti è possibile navigare verso la vista per la registrazione.

**Registrazione:** qui è possibile creare un proprio account per l'utilizzo del servizio.

**Home:** questa è la vista principale dell'applicazione, dalla quale è possibile vedere nuove schede, raggruppate per tipologia, caricate da altri utenti registrati.

**Categoria schede:** in questa vista è possibile vedere tutte le schede, caricate da diversi utenti, con le stesse caratteristiche in comune.

**Scheda:** qui vengono mostrate tutte le informazioni riguardanti la scheda di allenamento e vengono listati tutti i suoi esercizi.

**Preferiti:** similmente alla vista Home, vengono mostrate tutte le categorie a cui appartengono le schede di allenamento, le quali sono state contrassegnate dall'utente con il marker "Preferiti".

**Ricerca utente:** in questa vista è possibile cercare tramite username qualsiasi utente registrato alla piattaforma.

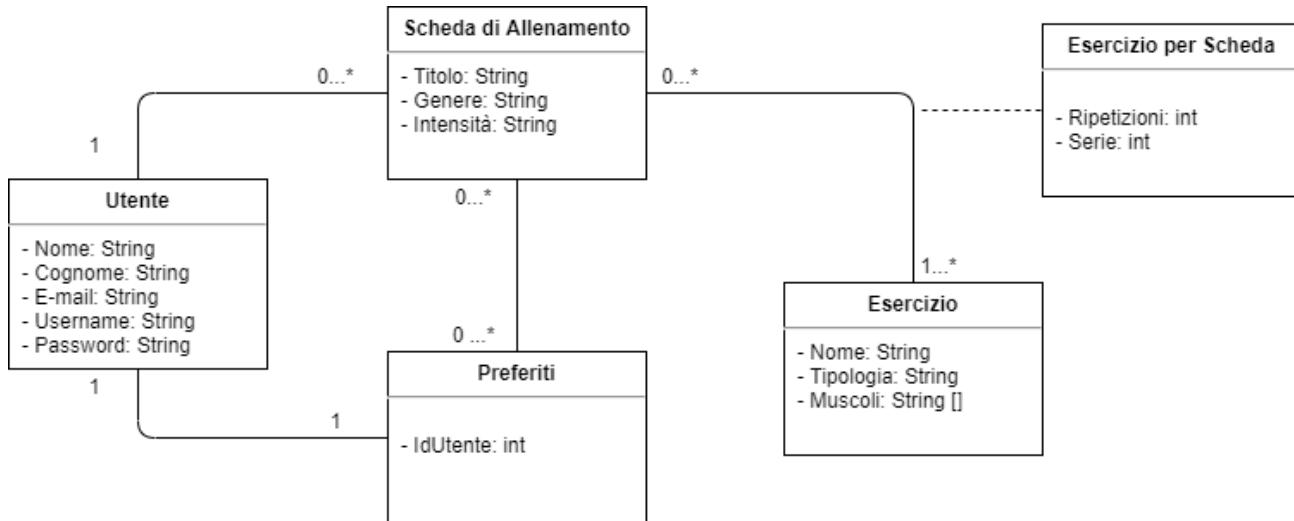
**Profilo utente:** qui è possibile visualizzare le informazioni base dell'utente cercato e tutte le schede da lui caricate, raggruppate per categoria.

**Carica scheda:** in questa vista è richiesto l'inserimento di tutte le informazioni sulla scheda.

**Profilo personale:** qui è possibile visualizzare, oltre alle informazioni base dell'utente come il nominativo e l'username, le proprie schede caricate. Anche qui le schede di allenamento sono raggruppate per categoria.

**Informazioni personali:** è la vista che mostra tutte le informazioni personali, inserite durante la fase di registrazione.

## Data model



### Utente:

L' entità Utente rappresenta l'utente con le sue informazioni base. È collegata all' entità Scheda di allenamento con una cardinalità uno a molti poiché ogni utente può caricare dalle 0 alle infinite schede di allenamento. È collegata, invece, con un'entità preferiti con una cardinalità uno ad uno poiché ogni utente avrà la propria sezione preferiti.

### Schede di Allenamento:

L' entità Schede di Allenamento contiene il genere di una determinata scheda ("Corpo Libero", "Yoga", ecc..) e l'intensità (Bassa, Media, Alta). Informazioni necessarie per dare un'identità ad ogni scheda di allenamento. L' Entità Scheda di allenamento è collegato con cardinalità molti ad uno con l'Entità Esercizio per Scheda e con cardinalità molti ad uno con l'entità Preferiti per descrivere il fatto che nei preferiti di un determinato utente ci potranno essere più schede di allenamento.

### Preferiti:

Preferiti è un'entità di supporto necessaria per legare ogni utente alle sue schede di allenamento preferite. Quest'entità non presenta attributi. È collegata con cardinalità uno ad uno con utente e con cardinalità uno a molti con schede di allenamento.

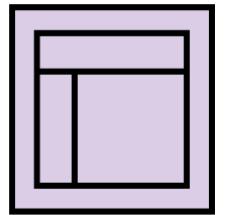
### Esercizio:

L'entità Esercizio rappresenta l'esercizio ginnico con le sue informazioni principali: il nome e la tipologia (cardio, massa, ecc..). Quest'entità è collegata con cardinalità molti a uno con l'entità di supporto Esercizi per scheda.

### Esercizio per scheda:

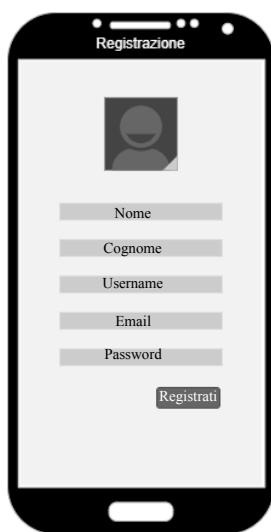
L'entità Esercizio per Scheda è un'entità di supporto per collegare con cardinalità molti a molti l'entità Esercizio e l'entità Scheda di Allenamento. Come attribuito presenta il numero di ripetute che si devono compiere di un determinato esercizio per una determinata scheda.

# Skeleton



**Login:**

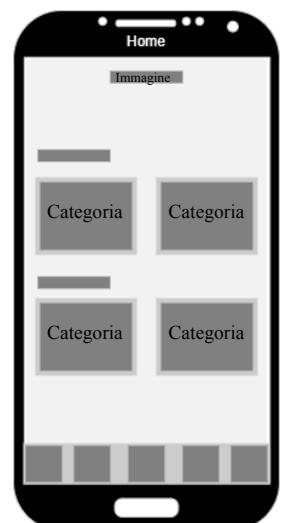
Il login è la prima vista che appare quando si apre l'applicazione per la prima volta, questa presenta: due box di testo riempibili, inerenti a username e password; un bottone accedi, che in caso in cui le informazioni inserite nei box di testo corrispondano ad un utente fa loggare l'utente mostrandogli la propria home. Viceversa, se le informazioni inserite risulteranno non corrispondenti a nessun utente, o incomplete, riporteranno alla stessa vista login con un messaggio di errore. Come ultimo elemento della vista, è presente un tasto che servirà ad un utente non ancora registrato di andare nell'apposita vista.

**Registrazione:**

Registrazione è la vista raggiungibile dalla vista di login tramite l'apposito bottone. Vista che presenta una serie di box di testo riempibili, una per ogni informazione personale dell'utente, ed in fondo alla pagina un bottone per confermare la registrazione con i dati inseriti. Quest'ultimo bottone, nel caso in cui qualche informazione sia incorretta, riporterà alla stessa vista Registrazione, con l'aggiunta di un messaggio di errore. Al contrario, se tutte le informazioni sono corrette, porterà nella pagina Home.

**Home:**

La vista Home è la prima vista che appare una volta effettuata l'autenticazione, è inoltre raggiungibile tramite il tasto nella barra di navigazione inferiore. Da questa pagina è possibile vedere: in alto il logo dell'applicazione e, nella parte centrale, una serie di tipologie di schede di allenamento. In basso, infine, si trova la barra di navigazione, che sarà ricorrente nell'applicazione e presenta, in ordine da sinistra verso destra, i tasti che portano alle seguenti viste: "Home", "Ricerca utente", "Carica scheda", "Preferiti" e "Profilo personale".

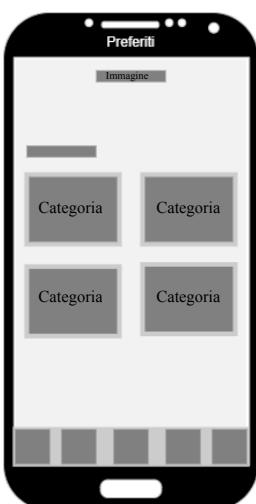


**Ricerca Utente:**

La vista “Ricerca utente” è raggiungibile da ogni altra vista che dispone della barra di navigazione inferiore. In questa vista è presente una barra di ricerca, inizialmente vuota, che andrà riempita con l’username dell’utente che si vuole cercare. In particolare, ad ogni carattere inserito usciranno degli utenti consigliati, il cui username fa match con quanto scritto nella barra di ricerca. Infine, per selezionare l’utente che si intende visualizzare basterà tappare sul box dell’utente.

**Carica Scheda:**

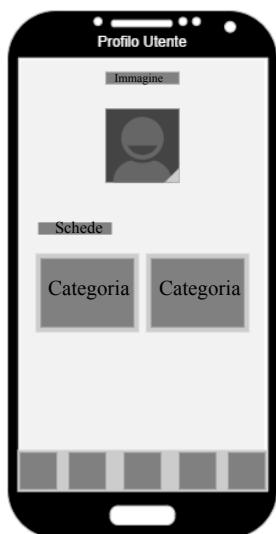
La vista “Carica scheda” è raggiungibile da ogni altra vista che dispone della barra di navigazione inferiore. Questa vista presenta una textbox riempibile, dove l’utente dovrà inserire il nome della scheda di allenamento; due menù a tendina, dove si definiranno intensità e genere della scheda; ed infine una box dove si selezioneranno gli esercizi da una lista preimpostata. Si inserirà quindi, per ciascuno di essi, il numero di ripetizioni e di serie e, tramite il tasto “+”, si inserirà all’interno della scheda di allenamento.

**Preferiti:**

La vista Preferiti è raggiungibile da ogni altra vista della barra di navigazione inferiore. Questa vista avrà una serie di rettangoli tappabili, i quali raggruppano le schede preferite per vari generi. Ogni rettangolo porterà alla vista “Categoria scheda” corrispondente.

## Profilo Personale:

La vista “Profilo personale” è raggiungibile da ogni altra vista che dispone della barra di navigazione inferiore. In questa vista, nella parte centro-superiore, ci sarà l’immagine del profilo dell’ utente loggato; ed un tasto che, se tappato, porterà alle sue informazioni personali. Nella parte centro-inferiore, è presente una sezione dedicata alle proprie schede caricate, anch’esse raggruppate per tipologia.



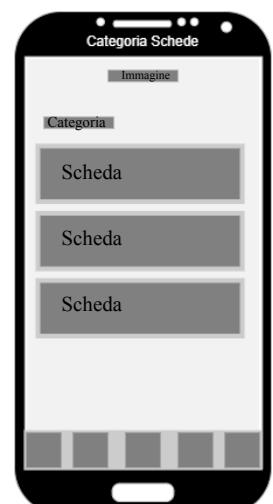
## Profilo Utente:

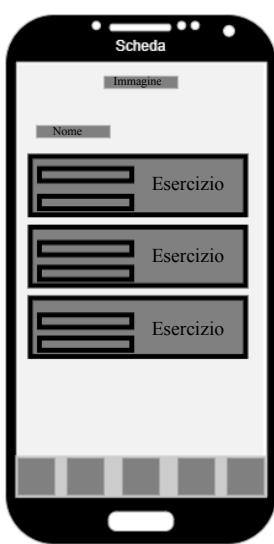
La vista “Profilo utente” è raggiungibile dalla vista “Ricerca utente”, cliccando un determinato profilo che comparirà durante la ricerca.

Anche qui è ricorrente il layout di base con il logo in alto e la barra di navigazione in basso. La zona centrale invece si può dividere in due parti: la parte superiore, con l’immagine del profilo dell’utente selezionato; e la parte inferiore, con le schede create da quest’ultimo, sempre divise per tipologia. Il tap su una delle tipologie porterà alla vista “Categoria Schede” corrispondente.

## Categoria Schede:

“Categoria Schede” è ua vista raggiungibile in diverse modalità, ognugna delle quali porterà alla visualizzazione delle schede di allenamento legate a quella tipologia, filtrate in base alla modalità utilizzata. Le diverse modalità sono: dalla vista “Home”, e saranno presenti tutte le schede per quella tipologia; dal profilo personale, quindi avremo solamente le schede della rispettiva tipologia, caricate dall’utente loggato; dai preferiti, e in tal caso ci saranno solo le schede che sono state inserite dall’ utente nei preferiti, sempre di una determinata tipologia; ed infine, dal profilo utente, ed in questo caso sarranno visualizzate soltanto le schede caricate da quel determinato utente, per quella determinata categoria.



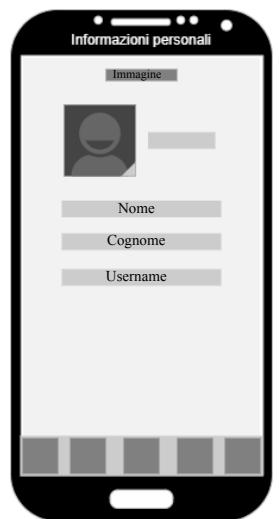


### Scheda:

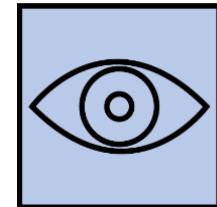
La vista "Scheda" è raggiungibile da "Categoria Schede" ed in essa è presente il ricorrente layout di base, con il logo in alto e la barra di navigazione in basso. La vista "Scheda" avrà, nella zona centrale-alta, il nome della scheda e, appena sotto di esso, tutti gli esercizi con le varie informazioni, legate alla scheda di allenamento.

### Informazioni Personali:

La vista "Informazioni Personali" è raggiungibile da "Profilo Personale" ed è possibile controllare tutte le proprie informazioni personali.



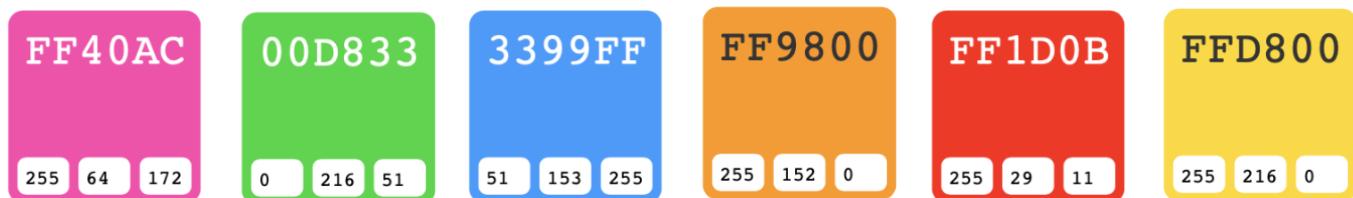
# Surface



## Color palette

Per l'applicazione sono stati scelti dei colori caldi e vivaci, ma non troppo lucidi, in maniera tale da non risaltare troppo sullo sfondo bianco e non dare fastidio agli occhi dell'utente. Questa scelta è stata dettata, oltre che dalla pura scelta di design, dal fatto che, secondo la psicologia del colore, le tonalità calde trasmettono dinamismo e volontà di azione.

La paletta dei colori è la seguente:



## Font

Per quanto riguarda invece il font, è stato scelto Lato, per via della sua semplicità e facilità di lettura. Il font che sarà utilizzato è quindi il seguente:

abcdefghijklmnopqrstuvwxyz  
ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ  
0123456789 (!@#\$%&.,?;:)

## Icona

Per l'icona è stato scelto di usare un design semplice, minimale, che rispecchi la scelta di design fatta per lo stile dell'applicazione. Al centro è presente un manubrio per pesi in uno stile minimale, forma che si ritrova anche nel logo in alto presente sulla maggior parte delle viste dell'applicazione. Infine, il colore è lo stesso scelto per i bottoni presenti nella barra di navigazione, nel precedente logo e in generale per la maggioranza delle linee dell'applicazione.



## Hi-Fi Wireframes

Home

The Home screen displays a grid of six colored cards representing different fitness categories: Calisthenics (green), Yoga (blue), Powerlifting (red), Cardio (orange), Crossfit (yellow), and Pesistica (pink). Below the cards, there is a section titled "Scopri nuove schede per te". At the bottom is a navigation bar with icons for Home, Search, Add, Heart, and Profile.

Categoria schede

The Categoria schede screen shows a list of three fitness programs under the heading "Pesistica". Each program card includes the author's name, intensity level, and duration.

Autore	Intensità	Durata
mario.ciocca78	media	1h 15m
anna.macciani	bassa	50m
luca.pedersoli	alta	1h