**Desktop-Anwendung:**

Der Therapeut meldet sich mit seinem Benutzernamen und Passwort beim Desktop-Programm an. Daraufhin kann der eingeloggte Physiotherapeut auswählen, für welchen Kunden er einen Trainingsplan erstellen möchte. Ist der Kunde noch nicht vorhanden, kann man ihn im Reiter „Kunden verwalten“ neu anlegen. Wechselt man wieder auf den „Trainingsplan erstellen“-Reiter, kann man ihn jetzt auswählen und man wird auf die nächste Seite weitergeleitet. Hier kann man den Trainingsplannamen eingeben und Übungen mit Sätzen, Wiederholungen und eventuell einer Dauer hinzufügen. Klickt man auf den „Trainingsplan erstellen“-Button, wird der Trainingsplan als PDF-Datei generiert, in der die durchzuführenden Übungen mit der zugehörigen Anzahl an Sätzen, Wiederholungen und der Dauer angezeigt wird.

**App:**

Der User meldet sich mit der E-Mail-Adresse und seinem vorher festgelegten Passwort bei der App an. Ist der Login erfolgreich, gelangt er auf die Startseite, auf der er sieht, wer sein Therapeut ist und wie er ihn erreichen kann. Mit einem Klick auf den Menübutton hat er die Möglichkeit, seine derzeitigen Trainingspläne anzusehen. Klickt er auf einen Trainingsplan, werden ihm die dazugehörigen Übungen angezeigt. Möchte der Benutzer nun wissen, wie viele Sätze und Wiederholungen er durchführen muss, klickt er auf die jeweilige Übung und sie werden ihm, zusätzlich zu einer Beschreibung, angezeigt. Außerdem gibt es zu jeder Übung eine Computeranimation, in der genau zu sehen ist, wie sie durchzuführen ist. Im Menüpunkt „Geben Sie uns Feedback“ kann man dem Therapeuten ein Feedback darüber geben, ob sich die Beschwerden durch das Training verbessert haben. Dieses Feedback kann der Therapeut, wenn er sich bei der App einloggt, abfragen.