

Contexte Life Health

Que vous cherchiez à améliorer votre qualité de sommeil, à être plus actif, ou tout simplement surveiller l'évolution de votre poids, Life Health et son capteur de pas vous accompagne vers la route d'une vie saine. Dans cette application, vous trouverez vos données personnelles que vous aurez remplies au fil de son utilisation. Elles sont faciles à comprendre, personnalisables, et entièrement exploitable.

Avec Life Health, vous avez maintenant le pouvoir d'agir sur votre qualité de vie, et de faire le bilan sur l'évolution de vos données corporelles au fil du temps.

Suivi de l'activité avec le compteur de pas :

Suivez automatiquement votre activité quotidienne et votre déplacement journalier grâce à des informations détaillées sur votre nombre de pas.

Suivi du poids et de la composition corporelle :

Atteignez vos objectifs de poids grâce à des informations avancées sur le poids, l'évolution du poids, l'IMC et la composition corporelle.

Suivi et analyse du sommeil :

Contrôlez vos nuits grâce à la possibilité de rentrer la durée de vos nuits, pour ensuite suivre l'évolution de votre sommeil.

Système de succès :

Motivez vous et atteignez vos objectifs personnels avec le système de succès disponible dans l'application.

Simple d'utilisation :

Facile à comprendre et intuitive, n'hésitez pas à abuser de l'application !