

# **SZABADKAI MŰSZAKI SZAKFŐISKOLA**

## **PROJEKTUM**

### **Web programozás tantárgyból**

**Személyes edző**

**JELÖLT**

**Huszár Bálint, Matkovity Gábor**

**MENTOR**

**dr Zlatko Čović**

---

**SZABADKA, 2023.**

# TARTALOM

A FELADATKÖR MEGHATÁROZÁSA .....	3
KIDOLGOZÁS .....	4
AZ ADATBÁZIS STRUKTÚRÁJA (MySQL Workbench) .....	9
A PROJEKT MŰKÖDÉSÉNEK LEÍRÁSA .....	10
Felhasználó rész .....	11
Trainer rész .....	15
Admin rész .....	20
FELHASZNÁLT IRODALOM .....	23

## A FELADATKÖR MEGHATÁROZÁSA

A projektnek a célja egy olyan webalkalmazás-oldal létrehozása, ahol egy javasolt edzés program létrehozását teszi lehetővé. A weboldalon a vendég tud regisztrálni, meg tudja nézni az alap információkat az oldalról, és az információkat az edzőkről.

A regisztrált felhasználó megnézheti az edzés programokat, ki csinálta azokat és ha esetleg egy programot amit érdekesnek talált annak a programnak az edzőjét tudja értékelni. Ezek mellett egy egyszerű edzést össze tud rakni a rendelkezésre álló gyakorlatokból.

Az edző képes megnézni, melyik edzés mennyire népszerű - mennyien vették igénybe, a meglévő gyakorlatok mellé tud újakat is létrehozni illetve ha akarja a már fennálló gyakorlatokat tudja módosítani illetve törölni, ha az szükséges.

//tud programot csinálni

A rendszergazda képes új edzés kategóriákat létrehozni, amik alapján a felhasználók tudják keresni az oldalon a nekik megfelelő edzés programot. Az újonnan regisztrált edzőket tudja engedélyezni de akár el is utasíthatja őket.

Az összes edző értékeléseit meg tudja nézni, a felhasználókat tudja tiltani, engedélyezni a rendszerbe való bejelentkezésnél,

Ha egy edzést nem akar látni a rendelkezésre állók között azt blokkolhatja, de fel is oldhatja azokat.

## KIDOLGOZÁS

```
$sqlTrainerListing = "SELECT * FROM `trainer` WHERE
admin_approval=1;";
$stmtTrainerListing = $pdo->prepare($sqlTrainerListing);
$stmtTrainerListing->execute();
if($stmtTrainerListing->rowCount() > 0){
    while ($row = $stmtTrainerListing->fetch(PDO::FETCH_ASSOC)) {
        echo "

        <h2>".$row["firstname"]." ".$row["lastname"]."</h2>
        <p>Age: ".$row["age"]."</p>
        <p>Telephone number: ".$row["phone"]."</p>
        <p>".$row["biography"]."</p>
        ";
    }
}
```

Ez a kódrész kilistázza a trainereknek az információit. A kilistázás, csak akkor valósul meg, ha a trainert már engedélyezte a rendszergazda. Itt mindegyik soron átmegy (\$row) a trainer táblában.

A guest, user és trainer részen is használva van, csak meg van különböztetve, ki mit tud csinálni.

```
if (isset($_SESSION['username']) && isset($userID) )
{
}
}
```

Ahol csak a user tud valamit csinálni, akkor ezt a kódrészt használjuk, mivel így muszáj, hogy be legyen jelentkezve a felhasználó és muszáj, hogy user legyen.

```
function insertOngoingProgram(PDO $pdo, string $user_id, string
$program_id):bool
{
    $sql = "SELECT user_id,program_id,in_usage FROM ongoing_programs
WHERE user_id = :user_id AND program_id = :program_id";
    $stmt = $pdo->prepare($sql);

    $stmt->bindParam(':user_id', $user_id);
    $stmt->bindParam(':program_id', $program_id);
    $stmt->execute();
    $foundRow = $stmt->fetch(PDO::FETCH_ASSOC);

    // we only change inusage if we find a row
    // if we got 0 for inusage we update it to 1 meaning they start
the program again
    // if inusage is 1, we update it to 0 meaning the user isnt using
the program currently
    // else we insert a new ongoing program
    if ($foundRow) {
        if ($foundRow['in_usage'] == 0) {
            $sqlProgramUsage = "UPDATE ongoing_programs SET in_usage
= '1' WHERE user_id = :user_id AND program_id = :program_id;";
        } elseif ($foundRow['in_usage'] == 1) {
            $sqlProgramUsage = "UPDATE ongoing_programs SET in_usage
= '0' WHERE user_id = :user_id AND program_id = :program_id;";
        }
    }
}
```

```

    } else {
        $sqlProgramUsage = "INSERT INTO ongoing_programs (program_id,
user_id, in_usage) VALUES (:program_id, :user_id, '1')";
    }

    $stmtProgramUsage = $pdo->prepare($sqlProgramUsage);
    $stmtProgramUsage->bindParam(':program_id', $program_id);
    $stmtProgramUsage->bindParam(':user_id', $user_id);
    $stmtProgramUsage->execute();

    if(!$foundRow){
        $sqlPopularityUpdate = "UPDATE programs SET popularity =
popularity + 1 WHERE program_id = :program_id";
        $stmtPopularityUpdate = $pdo->prepare($sqlPopularityUpdate);
        $stmtPopularityUpdate->bindParam(':program_id', $program_id);
        $stmtPopularityUpdate->execute();
    }

    return true;
}

```

Ez a funkció fogadja a felhasználónak az id-jét(`user_id`) és az edzés programnak az id-jét (`program_id`), ez után megnézi az adatbázisban, hogy a felhasználó felvette-e a kiválasztott programot, és ez alapján ha még nem vette fel, akkor beleteszi az `ongoing_programs` táblába, ahol azok a felhasználók és programok vannak, amik vagy fel lettek véve, vagy már nincs a felhasználónak a használatában, de az adatbázisban megmaradt. Ezek után, ha a felhasználó először veszi fel a programot akkor beleilleszti a funkció az `ongoing programs`-ba, ha ezek után nincs szüksége a programra, akkor a használatát (`in_usage`) 0-ra teszi, de ha megint fel akarja venni a programot, akkor az `in_usage`-ot 1-esre teszi.

```

function programInUsage(PDO $pdo, string $user_id, string
$trainer_id): bool
{
    $sqlOngoingProgramListing = "SELECT pc.trainer_id FROM
program_creators pc
INNER JOIN programs p ON
pc.p_creator_id = p.creator_id
INNER JOIN ongoing_programs op ON
p.program_id = op.program_id
WHERE op.user_id = :user_id AND
pc.trainer_id = :trainer_id; ";
    $stmt = $pdo->prepare($sqlOngoingProgramListing);

    $stmt->bindParam(':user_id', $user_id);
    $stmt->bindParam(':trainer_id', $trainer_id);
    $stmt->execute();
    $trainerFound = $stmt->fetch(PDO::FETCH_ASSOC);

    if ($trainerFound !== false) {
        return true;
    } else {
        return false;
    }
}

```

```
}
```

Ez a része a kódnak megnézi, hogy a felhasználó vett-e már fel a bizonyos trainer-ektől programot, ha igen akkor true-t ad vissza, egyébként false.

Ezt a funkciót akkor használjuk fel, amikor a felhasználó már belépett az oldalra és az edzőket megnézi, és ha valamelyiktől vett már fel programot, akkor azokat tudja osztályozni illetve kommentelni rájuk egyébként csak a sima adatokat látja az edzőkről.

```
case "insertExercise":
```

```
    $creator = $_SESSION['trainer_id'];

    if (isset($_POST['title'])) {
        $title = trim($_POST["title"]);
    }

    if (isset($_POST['description'])) {
        $description = trim($_POST["description"]);
    }

    if(isset($_FILES['image'])                                     &&
$_FILES['image']['error'] === 0) {
        $image = $_FILES['image'];
    }

    if (isset($_POST['link'])) {
        $link = trim($_POST["link"]);
    }

    if (isset($_POST['unit'])) {
        $unit_id = trim($_POST["unit"]);
    }

    if (empty($creator)) {
        redirection('exercises.php?e=4');
    }

    if (empty($title)) {
        redirection('exercises.php?e=4');
    }

    if (empty($description)) {
        redirection('exercises.php?e=4');
    }
    if (empty($image)) {
        redirection('exercises.php?e=4');
    }

    if (empty($link)) {
        redirection('exercises.php?e=4');
    }

    if (empty($unit_id)) {
        redirection('exercises.php?e=4');
```

```

    }

    try{
        if(!existsExercise($pdo,$title)){

            $result =
insertExercise($pdo,$title,$creator,$image,$link,$unit_id,$description);

            if ($result == true)
                redirection('exercises.php?e=27');
            else
                redirection('exercises.php?e=28');
        }
        else{
            redirection('exercises.php?e=2');
        }

    }catch (Exception $e){

error_log("*****");
        error_log($e->getMessage());
        error_log("file:" . $e->getFile() . " line:" .
$e->getLine());
        redirection('exercises.php?e=28');
    }

    break;

```

Ebben a switch-case állításban készíthetik el a trainerek a gyakorlatokat. A try-catch-ben megnézi az if, hogy létezik-e már olyan gyakorlat avval a névvel, mivel ha létezik akkor nem fut le az új gyakorlat legyártása. Ha viszont új a gyakorlat akkor bekér rengeteg értéket az insertExercise függvény.

A \$image -et nem lehetett \$\_POST-al fogadni, mivel egy fájlról van szó.

Amikor tölti fel a trainer a képet, akkor csak képformátumú fájlokat tud feltölteni egyébként megjelenik egy hibaüzenet.

```

function programPopularity(PDO $pdo, string $program_id, string
$trainer_id):int
{
    $popularity = 0;
    $sql = "SELECT p.popularity FROM programs p
            INNER JOIN program_creators pc ON pc.p_creator_id =
p.creator_id
            WHERE pc.trainer_id =:trainer_id AND
p.program_id=:program_id
            ";
    $stmt = $pdo->prepare($sql);
    $stmt->bindParam(':trainer_id', $trainer_id);
    $stmt->bindParam(':program_id', $program_id);
    $stmt->execute();
    $foundRow = $stmt->fetch(PDO::FETCH_ASSOC);

    if($foundRow){
        $popularity = $foundRow['popularity'];
    }
    return $popularity;
}

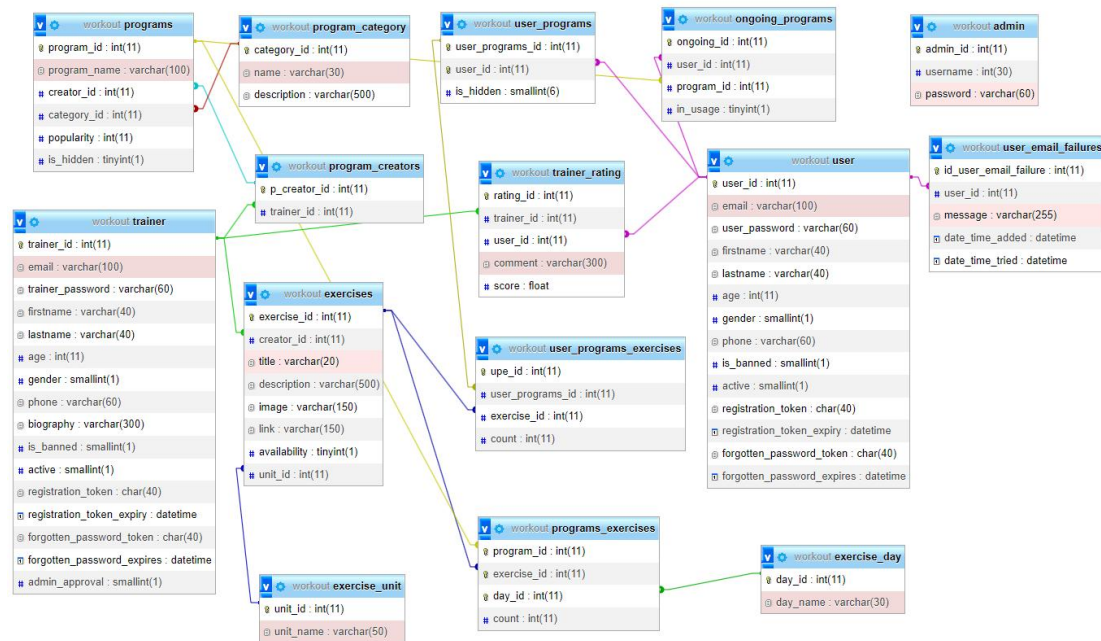
```

Ez a funkció teszi lehetővé, trainerek által készített programoknak a népszerűségének a lehívását. Fogadja a kapcsolatot, a programnak az identifikátorát, és a trainerét.

Megnézi, a program készítőjének az id-jét és a program id-jét és az alapján visszaad egy integer-t ami utána a trainerek meg tudnak nézni, ahogy melyik program mennyire híres, hányan vették használatba vagy találták érdekesnek.



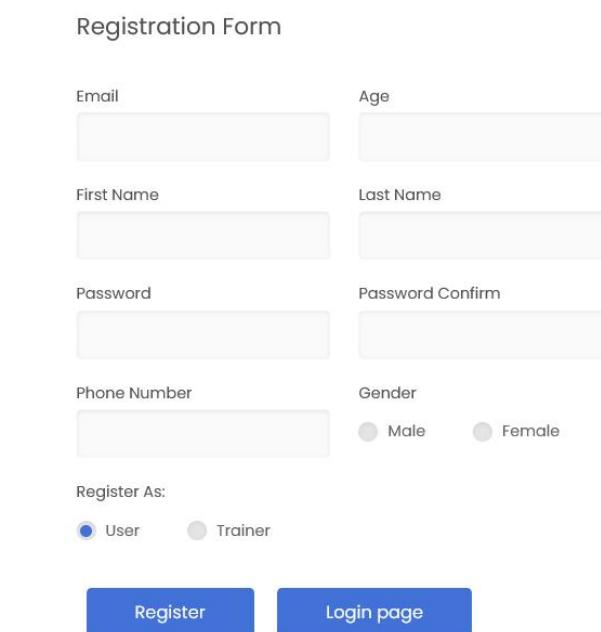
# AZ ADATBÁZIS STRUKTÚRÁJA (MySQL Workbench)



1. Ábra: Adatbázis struktúrája

# A PROJEKT MŰKÖDÉSÉNEK LEÍRÁSA

A felhasználók ezen a regisztrációs platformon tudnak regisztrálni, miután kiválasszák minden adatjukat utána regisztrálhatnak.



Registration Form

Email

Age

First Name

Last Name

Password

Password Confirm

Phone Number

Gender ☐ Male ☐ Female

Register As:

☒ User ☐ Trainer

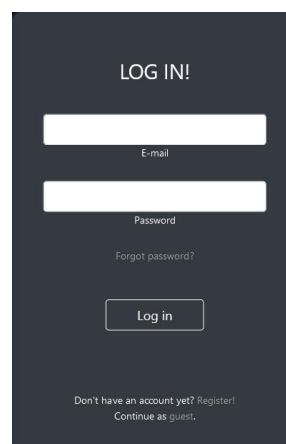
[Register](#) [Login page](#)

## 2. Ábra: Regisztrációs űrlap

\*Az emailnek valósnak kell lennie.

\*Az email nem lehet már elfoglalt.

\*Ha edzőként regisztrál kell egy önéletrajzot is kitöltenie, és a rendszergazdának el kell fogadnia mint edző.



LOG IN!

E-mail

Password

[Forgot password?](#)

[Log in](#)

Don't have an account yet? [Register!](#)

[Continue as guest.](#)

## 3. Ábra: Bejelentkezési űrlap

Itt tudnak a felhasználók bejelentkezni. Meg kell adniuk egy már regisztrált emailt és a hozzá járó jelszavat. Trainereknek kell a rendszergazdai jóváhagyás is.

## Felhasználó rész

A Programs oldalon megnézhetik az összes programot a felhasználók amik a rendelkezésre állnak. Tudnak kategória és keresés alapján is keresni.

### TRAINING PROGRAMS

All of our programs:

Search

Search

Program category: Choose

Go search

#### Josh's weightloss journey

Created by: Josh Trejning

Category: Weightloss

More information

#### Fruzi's cardio help

Created by: Fruzi Pelda

Category: Cardiovascular

More information

#### Triner helps you with flexibility

Created by: Bruise Knee

Category: Flexibility

More information

#### Get strong with Josh

Created by: Josh Trejning

Category: Strength

More information

#### Have a great balance with Triner

Created by: Bruise Knee

Category: Balance

More information

#### Be flexible with Fruzi

Created by: Fruzi Pelda

Category: Flexibility

More information

### 4. Ábra: Programok kilistázása

Ha valami megtetszik nekik akkor rámehetnek a More information gombra és megtudnak többet a programról.

## Josh's weightloss journey

If there isn't a day mentioned then it's a rest day

### Monday

Exercise name	How many	Unit	Tutorial
Squat	36	repetitions	<a href="#">Link</a>
Dead lift	24	repetitions	<a href="#">Link</a>
Stretching	20	minutes	<a href="#">Link</a>
Bench-press	25	repetitions	<a href="#">Link</a>
Jumping rope	30	repetitions	<a href="#">Link</a>

### Tuesday

Exercise name	How many	Unit	Tutorial
Crunch	45	repetitions	<a href="#">Link</a>
Plank	90	seconds	<a href="#">Link</a>
Stretching	25	minutes	<a href="#">Link</a>
Running	30	minutes	<a href="#">Link</a>

### Thursday

Exercise name	How many	Unit	Tutorial
Bench-press	30	repetitions	<a href="#">Link</a>
Stretching	25	minutes	<a href="#">Link</a>
Pull-up	24	repetitions	<a href="#">Link</a>

### Friday

Exercise name	How many	Unit	Tutorial
Leg press	33	repetitions	<a href="#">Link</a>
Running	20	minutes	<a href="#">Link</a>
Stretching	25	minutes	<a href="#">Link</a>
Jumping rope	45	repetitions	<a href="#">Link</a>
Bulgarian splitsquat	30	repetitions	<a href="#">Link</a>

Start our program

## 5. Ábra: Adatok a programról

Ha valamelyik gyakorlatra ráhúzza a cursor-t akkor megjelenik leírás a gyakorlatról, valamint egy kép. (abbr-vel lett megoldva)

Crunch	45	repetitions	<a href="#">Link</a>
Plank			
Stretching			
Running	minutes	<a href="#">Link</a>	

By your sides, place your hands on the ground. As you inhale, pull your abs up toward your spine. When you exhale, lift your feet off the ground and bring your knees up and in toward your chest while maintaining a 90-degree angle at the knees. To engage your abs, you should tuck your hips in.



## 6. Ábra: Adatok egyes gyakorlatokról

Miután felveszi a programot, le tudja osztályozni a hozzá járó trainert.

Ezen az oldalon meg tudja nézni az összes információt a trainer-ekről(név, vezetéknev, telefonszám, önéletrajz).

## TRAINERS

Information about our trainers.

Josh Trejning	Bruise Knee	Sesion Lesion
Age: 23	Age: 44	Age: 32
Telephone number: 0602345678	Telephone number: 12	Telephone number: 0608123456
Josh Trejning, this is my biography.	asddsa	Sesion Lesion, this is my biography.
Rating: 1 <input type="range"/> 5	Rating: 1 <input type="range"/> 5	Rating: 1 <input type="range"/> 5
Comment: <input type="text"/>	Comment: <input type="text"/>	Comment: <input type="text"/>
<input type="button" value="send"/>	<input type="button" value="send"/>	<input type="button" value="send"/>

### 7. Ábra: Edzők kilistázása

Miután leosztályozza a felhasználó a trainert, ajax és json segítségével bejut az értékelés és komment az adatbázisba.

Josh Trejning

Age: 23

Telephone number: 0602345678

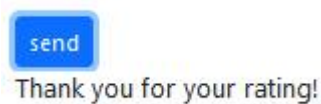
Josh Trejning, this is my biography.

Rating:  
1  5

Comment:

### 8. Ábra: Edző értékelése

Miután bement az értékelés a felhasználó kap róla egy értesítést, ahol eddig töltött a küldés.



### 9. Ábra: Sikeres értékelés

A regisztrált felhasználó tud magának is csinálni egy egyszerű programot.

A My works fülön tudja megtekinteni. Ha még nem csinált ez fogadja:

# MY PROGRAM

## You didn't make a program yet.

### 10. Ábra: Nincs még saját program

Ha visszamegy a programokhoz lesz egy kérdés, hogy “Akarsz-e csinálni magadnak programot?”

Do you want to make yourself a program?

Yes I do

### 11. Ábra: Saját program létrehozása

Ha rámegy az “Igen akarok” gombra elkezdí a saját program létrehozását.

Először azt a kérdést kapja, hogy hány gyakorlatot szeretne a programjában.

## YOUR OWN TRAINING PROGRAM

How many exercises:  Submit

### 12. Ábra: Gyakorlatok számának meghatározása

Hármat választottam ezért három legördülő lista jelenik meg.

1. Exercise:	<input type="text" value="Squat"/>	How many:	<input type="text"/>
2. Exercise:	<input type="text" value="Squat"/>	How many:	<input type="text"/>
3. Exercise:	<input type="text" value="Squat"/>	How many:	<input type="text"/>

Submit

### 13. Ábra: Gyakorlatok kiválasztása

Miután kiválassza melyik gyakorlatokat akarja, és belőlük hányat és rányom a gombra az oldal visszaküldi a My works oldalra, ahol mostmár láthatja a saját programját.

## MY PROGRAM

Exercise name	How many	Unit	Tutorial
Pull-up	20	repetitions	<a href="#">Link</a>
Squat	10	repetitions	<a href="#">Link</a>
Crunch	40	repetitions	<a href="#">Link</a>

Delete program

### 14. Ábra: Létrehozott saját program

Ha újat szeretne készíteni törölheti a megcsináltak és készíthet újat ugyanott.


## Trainer rész

A programoknál a trainer nem tudja kilistázni a hozzájuk tartozó gyakorlatokat, de látja, melyiket vették fel legtöbbször, hányan vették őket fel.

### TRAINING PROGRAMS

All of our programs:

Search

Program category: Choose 

[Go search](#)

#### Josh's weightloss journey

Created by: Josh Trejning

Category: Weightloss

**Popularity: 1**

#### Fruzi's cardio help

Created by: Fruzi Pelda

Category: Cardiovascular

**Popularity: 2**

#### Triner helps you with flexibility

Created by: Bruise Knee

Category: Flexibility

**Popularity: 2**

#### Get strong with Josh

Created by: Josh Trejning

Category: Strength

**Popularity: 3**

#### Have a great balance with Triner

Created by: Bruise Knee

Category: Balance

**Popularity: 2**

#### Be flexible with Fruzi

Created by: Fruzi Pelda

Category: Flexibility

**Popularity: 1**











### 15. Ábra: Trainer nézete a programokról

A trainerek nem tudják a másik trainereket értékelni.

Az Exercises fülnél kitudja az összes gyakorlatot listázni:

## EXERCISES

[Make new exercise](#)

Creator email	Title	image	link	availability	Unit	Operation	
sesion@gmail.com	Sit-up3		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=1fbU_MkV7NE&amp;ab_channel=LIVESTRONG.COM">https://www.youtube.com/watch?v=1fbU_MkV7NE&amp;ab_channel=LIVESTRONG.COM</a>	1	repetitions	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Squat		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=gsNoPYwWxeM&amp;ab_channel=Calisthenicmovement">https://www.youtube.com/watch?v=gsNoPYwWxeM&amp;ab_channel=Calisthenicmovement</a>	1	repetitions	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Crunch		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=MKmrqcoCZ-M&amp;ab_channel=Howcast">https://www.youtube.com/watch?v=MKmrqcoCZ-M&amp;ab_channel=Howcast</a>	1	repetitions	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Plank		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=pSHJTRCQxiw&amp;ab_channel=ScottHermanFitness">https://www.youtube.com/watch?v=pSHJTRCQxiw&amp;ab_channel=ScottHermanFitness</a>	1	seconds	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Pull-up		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=eG04YIbE5g&amp;ab_channel=Calisthenicmovement">https://www.youtube.com/watch?v=eG04YIbE5g&amp;ab_channel=Calisthenicmovement</a>	1	repetitions	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Weight lift		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=t4A2o4Ycudw&amp;ab_channel=getfitover40">https://www.youtube.com/watch?v=t4A2o4Ycudw&amp;ab_channel=getfitover40</a>	1	repetitions	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Dead lift		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ytGaGin3SjE&amp;ab_channel=JeremyEthier">https://www.youtube.com/watch?v=ytGaGin3SjE&amp;ab_channel=JeremyEthier</a>	1	repetitions	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Feet-up crunch		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=1yM7fDnGDQo&amp;ab_channel=ClubZeroFitness">https://www.youtube.com/watch?v=1yM7fDnGDQo&amp;ab_channel=ClubZeroFitness</a>	1	repetitions	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Stretching		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=xGzeJdiNr8&amp;t=52s&amp;ab_channel=MichelleKenway">https://www.youtube.com/watch?v=xGzeJdiNr8&amp;t=52s&amp;ab_channel=MichelleKenway</a>	1	minutes	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>
josht1@gmail.com	Lunge		<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QOVaHwm-Q6U&amp;ab_channel=Bowflex">https://www.youtube.com/watch?v=QOVaHwm-Q6U&amp;ab_channel=Bowflex</a>	1	repetitions	<a href="#">Edit</a>	<a href="#">Delete</a>

16. Ábra: Gyakorlatok kilistázása

Tudja őket változtatni, ha valami nem tetszik akkor akár a képet is letudja cserélni.

### Edit exercise

Title

Image  

Browse...

 No file selected.

Availability

Description:  
 Knees bent, feet flat on the ground, lie on your back. Put your hands in a relaxed position on either side of your head. In order to lift your body off the ground, bend your hips and waist. Put your body in the starting position by lowering it to the ground.

Creator:

Link

Unit:

Edit

17. Ábra Gyakorlat változtatása



sesion@gmail.com	Sit-up3		https://www.youtube.com/watch?v=1fbU_MkV7NE&ab_channel=LIVESTRONG.COM	1	repetitions	<button>Edit</button>	<button>Delete</button>
------------------	---------	---	---	---	-------------	-----------------------	-------------------------

18. Ábra: Régi gyakorlat

Creator email	Title	image	link	availability	Unit	Operation	
sesion@gmail.com	Sit-up		https://www.youtube.com/watch?v=1fbU_MkV7NE&ab_channel=LIVESTRONG.COM	1	repetitions	<button>Edit</button>	<button>Delete</button>

19. Ábra: Változtatott gyakorlat

Új gyakorlatot is hozzátud adni az edző például:

Insert new exercise

Title

Side plank

Unit:

repetitions

Image

Browse...

side-plank.jpg

Link

tps://thumbs.gfycat.com/RingedGleefulCrustacean-mobile.mp4

Description:


Lie on your right or left side and stack your opposite foot on the side you chose then pushn up your whole lower body and then start again.

Insert

20. Ábra: Új gyakorlat létrehozása

Ha sikerült hozzáadni kiírja felül, hogy Success

Megjelenik a gyakorlatok tábla legvégén.

qwer@gmail.com	Side plank		https://thumbs.gfycat.com/RingedGleefulCrustacean-mobile.mp4	1	repetitions	<button>Edit</button>	<button>Delete</button>
----------------	------------	---	--	---	-------------	-----------------------	-------------------------

21. Ábra: Új gyakorlat kilistázása

Ha kitörlünk egy gyakorlatot akkor is a Success felirat fog fogadni

Ha a Program making fülre kattint az edző kilistázhatja a saját programjait, törölheti őket és tud létrehozni újat is.

## PROGRAMS

Make new program

Program name	Category	Popularity	Operation	
Fruzi's cardio help	Cardiovascular	2	Edit	Delete
Be flexible with Fruzi	Flexibility	1	Edit	Delete
Fruzi one with balance	Balance	1	Edit	Delete

22. Ábra: Trainer programok kilistázása

Ha ki tudta törölni a Success felirat fogadja.

## PROGRAMS

Make new program

Success

23. Ábra: Sikeresen törlődött a program

Ha újat szeretne csinálni, csak rá kell mennie a Make new program nevezetű gombra.

## Program making

Name:

category:

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

Saturday

Sunday

Which days should the program happen:

24. Ábra: Program készítése

Itt kitudja választani a program nevét, kategóriáját és melyik napokon szeretné, hogy a program lefolyjon.

Következő lapon kapnak olyan kérdéseket a kiválasztott napokra, hogy mennyi gyakorlatot szeretne rájuk.

# Program making

How many exercises should there be on, Tuesday

How many exercises should there be on, Wednesday

How many exercises should there be on, Thursday

[go next](#)

25. Ábra: Gyakorlatok számának kiválasztása napokra nézve

Az utolsó lapon a gyakorlatokat kell kiválasztani és a rájuk járó ismétlést.

## Program making

**Tuesday**

Exercise:  How many?

Exercise:  How many?

**Wednesday**

Exercise:  How many?

**Thursday**

Exercise:  How many?

Exercise:  How many?

[insert](#)

26. Ábra: Gyakorlat kiválasztása, ismétlések kiválasztása

Miután sikerült létrehozni a programot a megnézhetjük a My works-ben, hogy létrejött-e.

## Strength for you

Created by: Fruzsí Pelda

Category: Strength

**Popularity: 0**

27. Ábra: Bizonyíték a létrejött programról

Létrejött.

## Admin rész

All users:

ID	Email	Firstname	Lastname	Age	Gender	Phone	Banned	Operation
1	balinth3@gmail.com	Bálint	Huszár	21	0	35301	0	<button>Ban</button>
2	ketondtry@gmail.com	go	goo	21	0		0	<button>Ban</button>
3	asd@gooasd.com	asdasd	asdasd	22	0		0	<button>Ban</button>
4	asd123@gmiao.com	eoeeo	eoeeoee	23	1		0	<button>Ban</button>
6	phone@gmail.com	phone	phone	32	1	32	0	<button>Ban</button>
7	exam@d.com	exam	exam	21	0	3231213	0	<button>Ban</button>

All trainers:

5	snus@gmail.com	Suns	Luberg	30	1	0640121451	Suns Luberg, this is my biography.	0	0	<button>Ban</button>	<button>Approve</button>	<button>Deny</button>
6	asddsa@go.com	asddsa	asddsa	42	1	12312	213dasd1	0	0	<button>Ban</button>	<button>Approve</button>	<button>Deny</button>
8	qwer@gmail.com	Fruzi	Pelda	23	1	0605678912	Fruzi Pelda, this is my biography....	0	1	<button>Ban</button>		

28. Ábra: Felhasználó engedélyek

Ezen az oldalon tudják kitiltani, illetve feloldani a felhasználókat.

Az edzők regisztrációját is itt tudják elfogadni.

Trainer programs:

Program ID	Creator name	Category	Popularity	Blocked	Operation
1	Josh Trejning	Weightloss	1	0	<button>Block</button>
2	Fruzi Pelda	Cardiovascular	2	0	<button>Block</button>
3	Bruise Knee	Flexibility	3	0	<button>Block</button>
4	Josh Trejning	Strength	2	0	<button>Block</button>
5	Bruise Knee	Balance	2	0	<button>Block</button>
6	Fruzi Pelda	Weightloss	1	0	<button>Block</button>

User programs:

Program ID	Firstname	Lastname	Blocked	Operation
7	eoeeo	eoeeoee	1	<button>Unblock</button>
31	Bálint	Huszár	0	<button>Block</button>
32	Smith	Jhon	0	<button>Block</button>

29. Ábra: Program engedélyek

Itt tudják eltüntetni, illetve láthatóvá tenni a felhasználók edzés programjait.

Trainers average rating:

Trainer ID	Firstname	Lastname	Average score
1	Josh	Trejning	3
3	Bruise	Knee	3.5
4	Sesion	Lesion	2.5
5	Suns	Luberg	3
8	Fruzi	Pelda	3.25

All ratings:

User	Trainer	Score	Comment	
alekosz ale	Josh Trejning	1	BEST TREJNER	Delete
Bálint Huszár	Josh Trejning	2	rating5	Delete
alekosz ale	Josh Trejning	5	I really liked doing he's program.	Delete
alekosz ale	Josh Trejning	4	not bad	Delete
Bálint Huszár	Bruise Knee	2	rating2	Delete

30. Ábra: Értékelések

Adminok itt láthatják az edzők átlag értékelését és az összes megjegyzést, amelyeket törölni is tudják.

## Categories

ID	Name
3	Balance
Description	
Balance exercises helps you with your stability, which is especially helpful for older people.	

[Add new](#) [Edit](#) [Delete](#)

### All categories:

ID	Name	Description
1	Cardiovascular	Endurance exercise includes activities, where you increase your breathing and heart rate.
2	Strength	Strength training helps you develop stronger muscles, which helps everyday activities feel easier.
3	Balance	Balance exercises helps you with your stability, which is especially helpful for older people.
4	Flexibility	Flexibility exercises help you move more freely and look around without the probability of pulling your shoulders.
5	Weightloss	Weightloss training consists of doing endurance and weight training at the same time with a good diet.

### 31. Ábra: Kategóriák

Ezen a felületen tekinthetik meg az összes gyakorlat kategóriát.

Kategóriákat törölhetnek, módosíthatják és új kategóriákat is vihetnek be az adatbázisba.

## FELHASZNÁLT IRODALOM

W1. <http://www.w3schools.com/>

W2. <http://www.jquery.com>