

Сайт с программами фитнеса на дому

FitFlow

Выполнили:

Лашманов Ю.А. 14122-ДБ
Порохня Т.А. 14124-ДБ

FitFlow: Дизайн-проект для женского фитнес-приложения

Целевая аудитория сайта FitFlow – девушки в возрасте 18–35 лет, которые:

- интересуются фитнесом и здоровым образом жизни;
- тренируются дома или в зале без экстремальных нагрузок;
- имеют начальный или средний уровень подготовки;
- ценят комфорт, эстетику и заботу о психоэмоциональном состоянии;
- стремятся к балансу между физическим здоровьем и ментальным благополучием.

Аудитория осознанная, мотивированная на долгосрочный результат, предпочитает поддерживающий подход вместо жёстких тренировок и давления.



Проблемы целевой аудитории, которые решает проект

Проект FitFlow направлен на решение следующих проблем:

- отсутствие персонализированных тренировочных программ;
- сложность выбора подходящих упражнений без перегрузок;
- нехватка мотивации и контроля прогресса;
- отсутствие системного подхода в контенте из социальных сетей;
- игнорирование психологического состояния в фитнес-сервисах.

FitFlow предлагает комплексное решение, объединяя физические тренировки, мотивацию и психологическую поддержку.

Анализ аналогов

Fitgirl

Русскоязычный ресурс с тренировками и программами питания, но с ограниченной персонализацией и устаревшим пользовательским интерфейсом.

Fitplan / Nike Training Club

Качественные международные платформы с профессиональным контентом, однако:

- ориентированы на англоязычную аудиторию;
- слабо адаптированы под особенности девушек СНГ;
- не фокусируются на ментальном здоровье.

Социальные сети (Instagram, TikTok)

Популярный формат коротких тренировок, но без структуры, прогрессии и долгосрочной системы.

Ключевые слова и фразы для перехода на сайт

→ персонализированные фитнес-программы для девушек

→ тренировки дома для начинающих

→ фитнес без перегрузок

→ женский фитнес онлайн

→ тренировки + ментальное здоровье

→ осознанный фитнес

→ домашние тренировки для тела и баланса

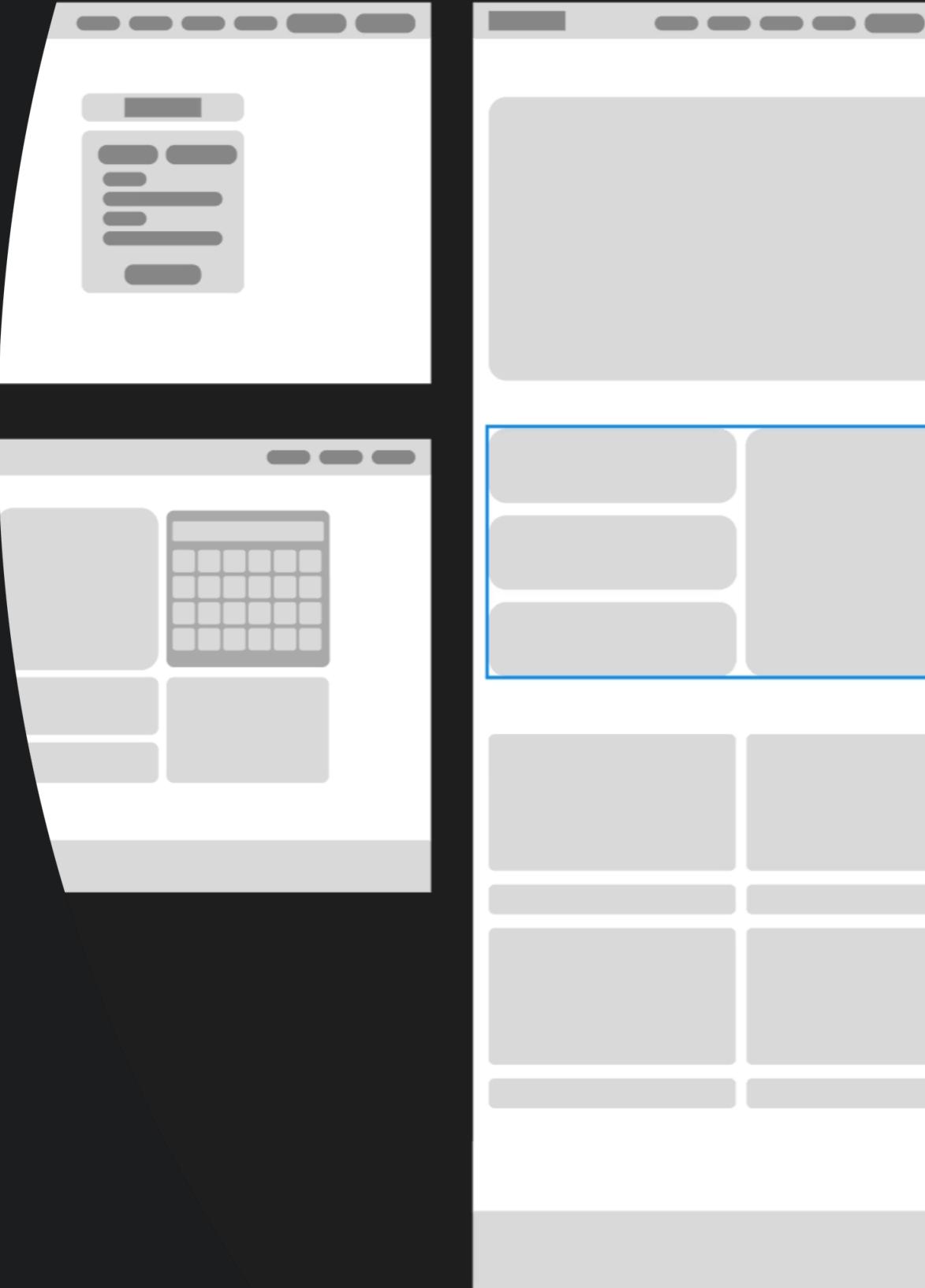
Низкоуровневый макет структуры (вайрфрейм)

Разработан низкоуровневый вайрфрейм, включающий:

- шапку с навигацией и кнопками «Вход» и «Начать»;
- герой-секцию с основным сообщением проекта;
- карточки популярных программ;
- подвал с контактной информацией.

Вайрфрейм адаптирован под десктоп и мобильные устройства.

Макет структуры проекта готов и используется как основа дизайна.

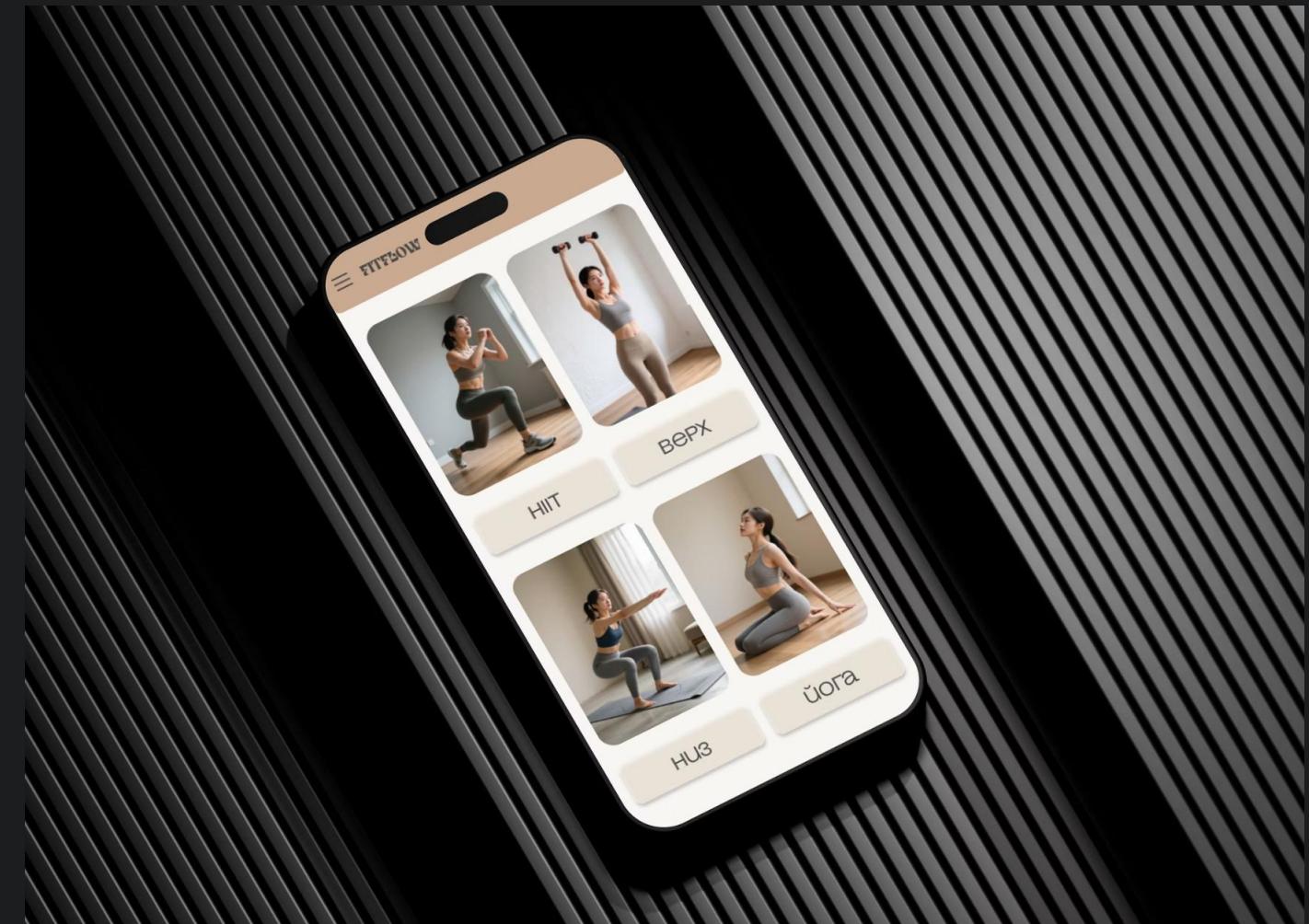


Мокап

Для проекта создан визуальный мокап, демонстрирующий:

- финальный внешний вид интерфейса;
- цветовую палитру;
- типографику;
- стиль изображений и UI-элементов.

Мокап отражает эмоциональную и визуальную концепцию бренда FitFlow.



Модульная сетка

В проекте используется модульная сетка, обеспечивающая:

- визуальный ритм;
- удобство восприятия контента;
- адаптивность под разные устройства;
- консистентность интерфейса.

Сетка разработана и применена во всех экранах проекта.

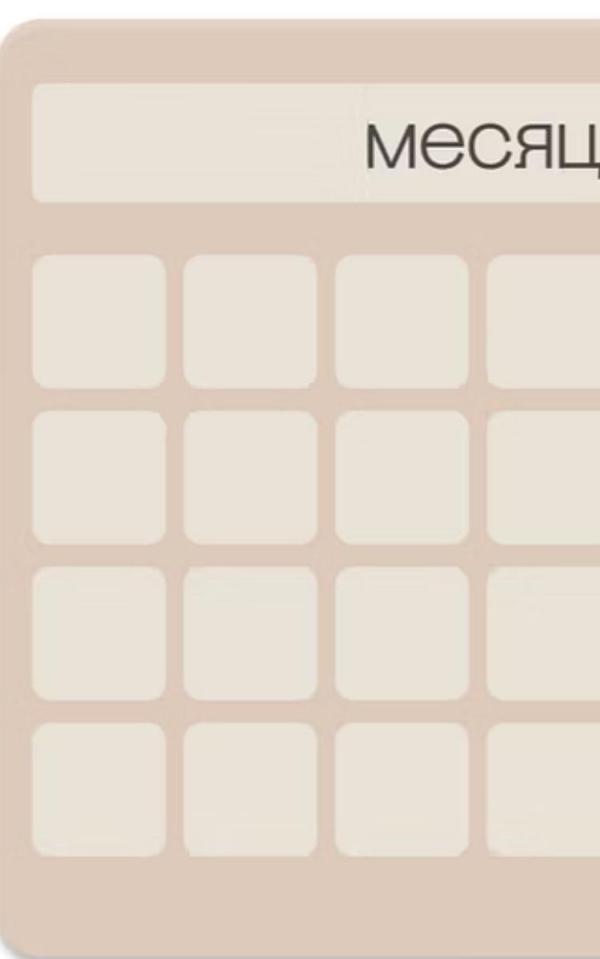
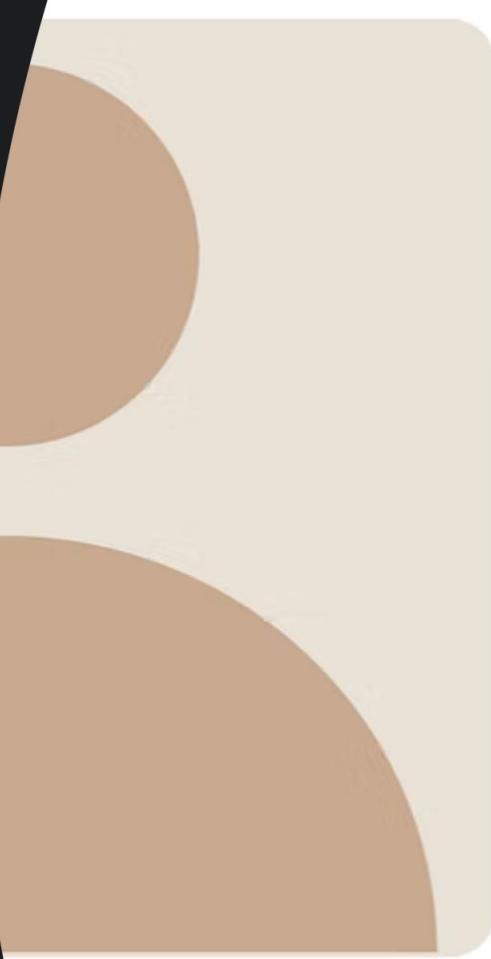


Цветовая схема

Основная цветовая палитра сайта:

- #F8F6F2 – основной фон
- #E9E2D7 – вторичный фон / акцентные блоки
- #7AB8B6 – основной акцент (кнопки, CTA)
- #C9A98F – дополнительный акцент
- #4A4A4A – основной цвет текста

Палитра создаёт ощущение уюта, спокойствия и внутреннего баланса.



следующая
тренировка

FITFLOW

Шрифт

В проекте используются следующие шрифты:

- **Soledago** – акцентный шрифт для заголовков Используется для передачи мягкости, женственности и эмоциональности бренда.
- **Gothic №60** – основной текстовый шрифт Применяется для основного контента, интерфейсных элементов и навигации благодаря хорошей читаемости.

Шрифты используются в соответствии с иерархией и не перегружают интерфейс.

Оба шрифта бесплатны и могут использоваться для любой деятельности.



Изображения

Все изображения для проекта:

- сгенерированы с помощью ИИ;
- используются исключительно в рамках данного проекта;
- не требуют сторонних лицензий;
- соответствуют визуальной концепции бренда (мягкий свет, естественные позы, спокойная атмосфера).

Использование сгенерированных изображений обеспечивает уникальность визуального контента.