Střední průmyslová škola a Vyšší odborná škola, Liberec, příspěvková organizace

Fitness Coaching Web

Ročníková práce

Autor **David Udič**

Obor **Informační Technologie**

Vedoucí práce **Ing. Jan Boháček**

Školní rok **2024/2025**

Počet stran **17**

Počet slov **1275**



Anotace

Práce se zabývá vývojem webové prezentace pro osobního fitness trenéra s důrazem na moderní design a funkcionalitu. Vychází z analýzy potřeb fitness koučů, kteří potřebují efektivně prezentovat své služby a získávat nové klienty v online prostředí. Přináší komplexní řešení postavené na frameworku Next.js, které zahrnuje responzivní design, přepínání mezi světlým a tmavým režimem a funkční kontaktní formulář s napojením na e-mailovou službu.

Summary

This work focuses on developing a web presentation for a personal fitness trainer with emphasis on modern design and functionality. It is based on analyzing the needs of fitness coaches who need to effectively present their services and acquire new clients in the online environment. It delivers a comprehensive solution built on the Next.js framework, featuring responsive design, light and dark mode switching, and a functional contact form connected to an email service.

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou ročníkovou práci vypracoval sám a uvedl jsem veškerou použitou literaturu a bibliografické citace.

V Liberci dne

David Udič

Obsah

[Úvod 1](#_Toc196463788)

[1 Analýza problematiky 2](#_Toc196463789)

[1.1 Analýza existujících řešení 2](#_Toc196463790)

[1.2 Požadavky na moderní fitness web 2](#_Toc196463791)

[1.3 Cílová skupina a její potřeby 3](#_Toc196463792)

[1.4 Klíčové funkcionality pro fitness coaching web 3](#_Toc196463793)

[Závěr 5](#_Toc196463794)

[Seznam zkratek a odborných výrazů 6](#_Toc196463795)

[Seznam obrázků 7](#_Toc196463796)

[Použité zdroje 8](#_Toc196463797)

[A. Seznam přiložených souborů I](#_Toc196463798)

Úvod

**Proč jsem si vybral tuto práci**

Webové stránky jsou dnes naprostou nutností pro každého, kdo chce úspěšně podnikat, a fitness trenéři nejsou výjimkou. Téma jsem si vybral, protože mě baví spojení dvou mých zájmů – programování a fitness. Sám se věnuji cvičení už několik let a všiml jsem si, že mnoho trenérů nemá profesionálně zpracované webové stránky, nebo je nemá vůbec.

Když jsem přemýšlel nad ročníkovou prací, chtěl jsem vytvořit něco praktického, co by mělo reálné využití a zároveň by mi umožnilo naučit se nové technologie. Next.js je framework, se kterým jsme se ve škole ještě detailně nezabývali (ten nás čeká až ve čtvrtém ročníku), ale zaujal mě natolik, že jsem se rozhodl pustit do jeho studia samostatně a využít ho pro tento projekt.

**K čemu bude práce užitečná**

Vytvořený web poslouží jako praktická ukázka moderní webové prezentace pro fitness trenéry. V době, kdy většina lidí hledá služby online, je kvalitní webová stránka pro trenéry cestou, jak efektivně oslovit nové klienty a prezentovat své služby.

Osobně mi tato práce přinese zkušenost s vývojem reálného projektu od návrhu až po finální produkt. Next.js je framework, který si chci osvojit s předstihem před výukou ve čtvrtém ročníku, a tento projekt je ideální příležitostí. Naučím se při něm nejen samotný Next.js, ale i pokročilejší práci s CSS moduly a API routami.

Implementace funkcí jako je přepínání světlého a tmavého režimu nebo kontaktní formulář s napojením na e-mailovou službu jsou dovednosti, které jsou na trhu práce velmi žádané. Tyto znalosti mi pomohou jak při dalším studiu, tak při hledání stáže nebo budoucího zaměstnání v oboru.

V neposlední řadě mi práce umožní vytvořit portfolio projekt, který bude dobrou vizitkou mých schopností a může sloužit jako reference při ucházení se o práci v oblasti webového vývoje.

**Cílová skupina a její potřeby**

Při návrhu webu se zaměřuji především na potenciální klienty ve věku 25-45 let, kteří aktivně hledají fitness trenéra. Tito uživatelé očekávají přehledné informace o službách, cenách a kvalifikaci trenéra, na základě, kterých se rozhodnou pro kontakt.

# Analýza problematiky

V současné době, kdy se fitness stal významnou součástí života mnoha lidí, roste i potřeba kvalitní online prezentace pro poskytovatele fitness služeb. Webové stránky pro fitness coaching již neslouží pouze jako statická vizitka, ale představují komplexní nástroj pro komunikaci s klienty, prezentaci služeb a budování značky. Tato kapitola se zabývá analýzou současného stavu webových řešení v oblasti fitness coachingu, identifikací požadavků na moderní fitness web, definicí cílové skupiny a klíčových funkcionalit, které by takový web měl nabízet.

Projekt vývoje webových stránek pro fitness coaching byl iniciován s cílem vytvořit profesionální, responzivní a uživatelsky přívětivou online prezentaci, která bude reprezentovat osobnost trenéra, jeho služby a přístup k tréninku. Před samotným návrhem a implementací bylo nezbytné důkladně analyzovat oblast, abych mohl vytvořit řešení, které bude nejen vizuálně atraktivní, ale také funkční a efektivní z hlediska potřeb trenéra i jeho klientů.

## Analýza existujících řešení

Než jsem začal vyvíjet vlastní fitness web, prozkoumal jsem řadu existujících řešení, abych se inspiroval a poučil z jejich přístupů. Zaměřil jsem se hlavně na české weby jako teamhatas.cz, petrdubec.cz a aleslamka.cz.

Web teamhatas.cz mě nadchnul čistým designem a kvalitními fotografiemi. Vítězslav Hataš skvěle prezentuje svůj tým a služby, přehledně člení tréninkové programy a transparentně uvádí ceny. Líbí se mi také jeho způsob prezentace výsledků klientů pomocí "před a po" fotografií.

U Petra Dubce (petrdubec.cz) mě zaujalo, jak efektivně kombinuje profesionální přístup s osobním příběhem. Jeho web je jednoduchý, ale funkční, a skvěle komunikuje s potenciálními klienty. Oceňuji hlavně landing page.

Web Aleše Lamky (aleslamka.cz) ukazuje, jak může trenér efektivně cílit na specifickou klientelu. Má jednoduchý design s jasnými výzvami k akci a dobře komunikuje svou filozofii tréninku. Zaujala mě také integrace blogu pro budování autority.

## 1.2 Požadavky na moderní fitness web

Za prvé, web musí být vizuálně atraktivní – první dojem je zásadní. Kvalitní fotky, konzistentní barvy a moderní typografie jsou nezbytností.

Za druhé, responzivní design je naprostý základ – dnes skoro polovina lidí prohlíží webové stránky na telefonu, takže web musí perfektně fungovat na všech zařízeních.

Dalším důležitým faktorem je rychlost – nikdo nechce čekat na načítání stránek. Stejně tak musí být navigace intuitivní – uživatel by neměl přemýšlet, kde co najde.

Přidal jsem také přepínání mezi světlým a tmavým režimem, což je dnes populární funkce, která zlepšuje uživatelský zážitek a šetří oči při večerním prohlížení.

## Cílová skupina a její potřeby

Pro svůj web jsem identifikoval čtyři hlavní skupiny potenciálních klientů:

První jsou aktivní jedinci ve věku 25-45 let, kteří už mají fitness zkušenosti, ale potřebují profesionální vedení. Tito lidé hledají hlavně konkrétní informace o tréninkovém přístupu, chtějí vidět výsledky jiných klientů a potřebují transparentní informace o cenách.

Druhou skupinou jsou začátečníci, kteří se rozhodli změnit životní styl. Ti potřebují povzbuzující přístup bez zastrašujícího fitness žargonu a ujištění, že tréninky jsou vhodné i pro nováčky.

Třetí skupinu tvoří lidé se specifickými cíli – ať už jde o přípravu na soutěž nebo rehabilitaci po zranění. Tito uživatelé hledají informace o specializaci trenéra a důkazy o jeho zkušenostech v dané oblasti.

Poslední skupinou jsou studenti (18-25 let) s omezeným rozpočtem. Pro ně jsou klíčové dostupné ceny, flexibilní rozvrh a možnost krátkodobé spolupráce.

## Klíčové funkcionality pro fitness coaching web

Na základě analýzy jsem se rozhodl zahrnout tyto klíčové funkce:

Přehlednou prezentaci služeb a ceníků – jasný obsah každé služby a transparentní ceny.

Osobní prezentaci trenéra – profesionální fotky, zkušenosti, osobní příběh a reference od klientů.

Propracovaný kontaktní formulář – ne jen jméno a e-mail, ale komplexní dotazník pro základní diagnostiku jako věk, cíle, zkušenosti s fitness, atd.

Přepínač světlého/tmavého režimu – funkce, která ale výrazně zlepšuje uživatelský zážitek a ukazuje, že jdeme s dobou.

Responzivní navigaci s hamburger menu pro mobily – klasické horizontální menu na počítači a kompaktní hamburger menu na mobilech s plynulými animacemi.

A samozřejmě stránku s obchodními podmínkami a GDPR informacemi – přehledně strukturovanou a čitelnou i pro běžného uživatele.

Zdrojový kód nebo jiná ukázka strojového výpisu

Může mít i víc řádků.

Závěr

Tak jsem se dostal až na konec.

Seznam zkratek a odborných výrazů

HTML

HyperText Markup Language – značkovací jazyk používaný pro tvorbu webových stránek.

Seznam obrázků

[Obrázek 1 Úplně bez legrace, mě tohle kotě docela děsí. 3](#_Toc86059903)

[Obrázek 2 Modré borůvky 3](#_Toc86059904)

Použité zdroje

1. **Stehlík, Michal.** *Návod k maturitním pracím 2020.* Liberec : Albatros, 2020.

1. Seznam přiložených souborů

Na přiloženém datovém nosiči se nacházejí následující soubory a složky:

* **MP2010-Novák-Jan-L4-Tepelné\_čerpadlo.docx** – editovatelná verze dokumentace maturitní práce
* **MP2010-Novák-Jan-L4-Tepelné\_čerpadlo.pdf** – tisknutelná verze dokumentace maturitní práce
* **Výkresy** – kompletní výkresová dokumentace
* **Aplikace** – zdrojové kódy