

Person

| | | | |
|-----------------|------|---------------|----------------|
| <u>PersonID</u> | Navn | Telefonnummer | Favorittøvelse |
|-----------------|------|---------------|----------------|

Øvelse

| | | | | |
|-----------------|------|-----------|------|------------|
| <u>ØvelseID</u> | Navn | GruppelID | Form | Prestasjon |
|-----------------|------|-----------|------|------------|

Treningsøkt

| | | | | | |
|--------------|------|-----------|----------|-----------------|-------|
| <u>ØktID</u> | Dato | Tidspunkt | Varighet | Treningspartner | Notat |
|--------------|------|-----------|----------|-----------------|-------|

Øvelsesgruppe

| | |
|------------------|------|
| <u>GruppelID</u> | Navn |
|------------------|------|

Øvelserløkt

| | |
|--------------|------------------|
| <u>ØktID</u> | <u>ØvelsesID</u> |
|--------------|------------------|

Frittstående

| | |
|-----------------|-------------|
| <u>ØvelseID</u> | Beskrivelse |
|-----------------|-------------|

Fastmontert

| | | | |
|-----------------|-----------|-------------|-----------|
| <u>ØvelseID</u> | Antall kg | Antall sett | ApparatID |
|-----------------|-----------|-------------|-----------|

Apparat

| | | |
|------------------|------|-------------|
| <u>ApparatID</u> | Navn | Beskrivelse |
|------------------|------|-------------|