

PROJECT DESCRIPTION v0.1

Λειτουργίες

1. Σύνδεση/Εγγραφή και συμπλήρωση στοιχείων χρήστη/ δημιουργία προφίλ (ηλικία, ύψος, κιλά, email κλπ).
2. Workout: ανάλογα τον εξοπλισμό του και τις μέρες που θα θέλει να γυμνάζεται κάθε βδομάδα, σε γυμναστήριο ή σπίτι, να εμφανίζει ένα πρόγραμμα γυμναστικής.
3. Calorie tracker: Ο χρήστης θα συμπληρώνει τα φαγητά που θα καταναλώνει μέσα στην μέρα του και θα υπολογίζονται αυτόματα οι θερμίδες και στοιχεία όπως πρωτεΐνη κλπ.
4. Eshop: Προϊόντα σχετικά με το γυμναστήριο (εξοπλισμός, σνακ)
5. Πληρωμή: επιλογή με κάρτα ή και μετρητά/αντικαταβολή.
6. Tracking: Που βρίσκεται η παραγγελία του χρήστη (σε ποια πόλη)
7. Goals & awards: στόχοι για κάθε βδομάδα (πχ συμπλήρωση 1000 pushups ή κάψιμο συγκεκριμένων θερμίδων) και βάσει την επίτευξης αυτών, κάθε χρήστης να έχει ένα rating που βάσει αυτού θα έχει κάποιο discount στο eshop.
8. Δημιουργία κριτικής ενός πελάτη για το πρόγραμμα εκγύμνασης και των προϊόντων του eshop (forum συζητήσεων και κριτικών).
9. Δυνατότητα κοινοποίησης της προόδου σου με άλλους χρήστες.

PROJECT DESCRIPTION:

Ο χρήστης θα δημιουργεί ένα προφίλ με βάσει τα χαρακτηριστικά του (ύψος, ηλικία, βάρος κλπ.) Ανάλογα τις μέρες που θα θέλει να γυμνάζεται μέσα στην εβδομάδα ή και τον εξοπλισμό που διαθέτει (εκγύμναση στο σπίτι ή σε γυμναστήριο) θα δημιουργείται ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα γυμναστικής. Δίνεται η επιλογή σε κάθε χρήστη να συμπληρώνει το φαγητό που καταναλώνει μέσα στην μέρα του ώστε να υπολογίζονται αυτόματα οι θερμίδες και τα συστατικά (όπως πρωτεΐνη, υδατάνθρακες) που καταναλώνει ο χρήστης μέσα στην μέρα του. Επιπρόσθετα, κάθε χρήστης θα μπορεί να κάνει παραγγελία προϊόντων σχετικά με το γυμναστήριο, όπως εξοπλισμός και σνακ, δίνοντας του την επιλογή να πληρώσει με κάρτα ή μετρητά και παρακολούθησης της παραγγελίας του. Τέλος, παρέχεται η δυνατότητα για συζήτηση και κριτική ανάμεσα στους χρήστες με σκοπό να γίνει πιο αξιόπιστη η εφαρμογή και peer-to-peer βοήθειας για περαιτέρω θέματα τα οποία δεν ικανοποιούνται πλήρως από την εφαρμογή. Παρακάτω παραθέτουμε ενδεικτικά κάποια mock-up screens της εφαρμογής:

Workout



Calorie Tracker

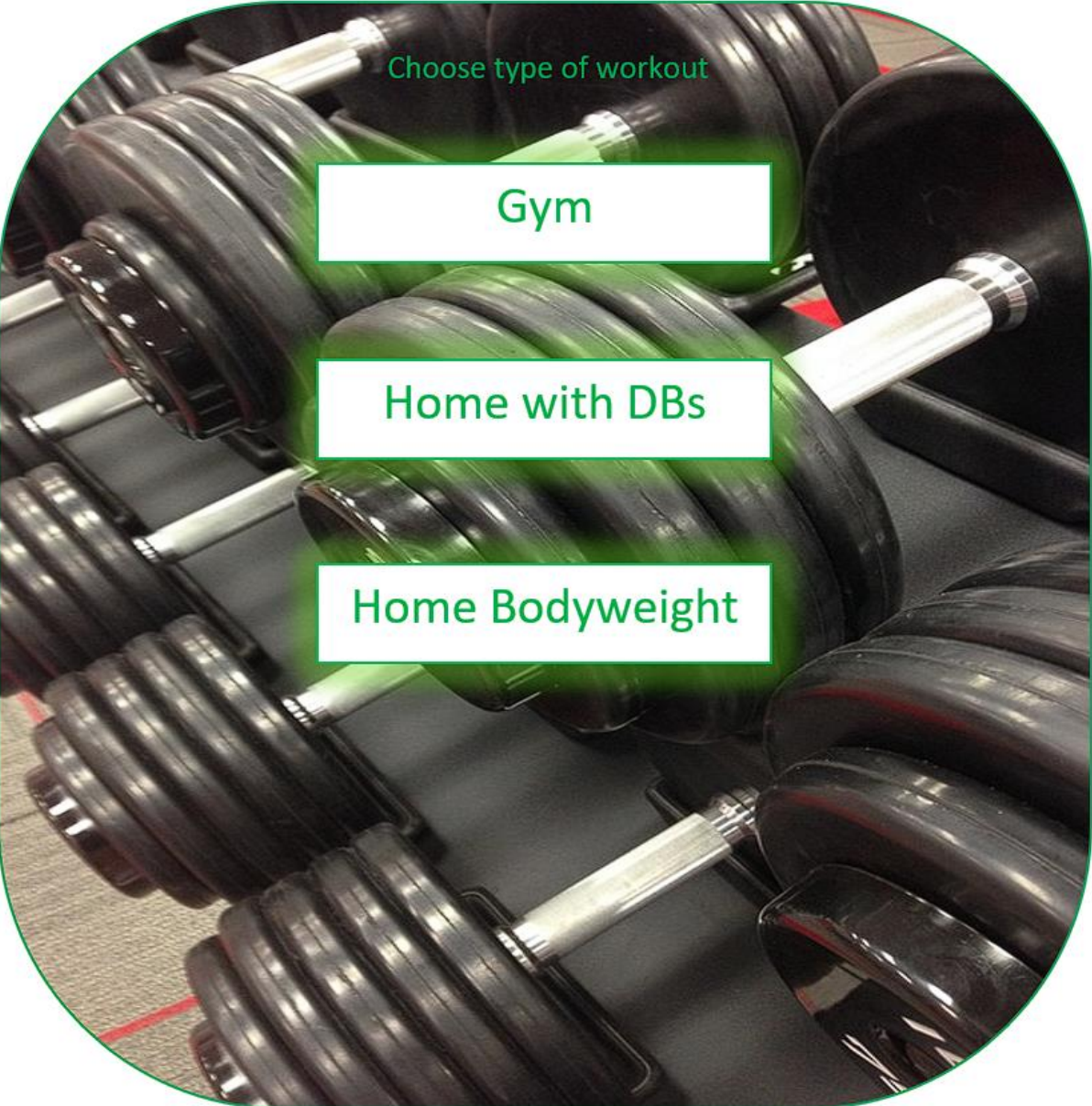


Our Shop



Profile






Choose type of workout

Gym

Home with DBs

Home Bodyweight

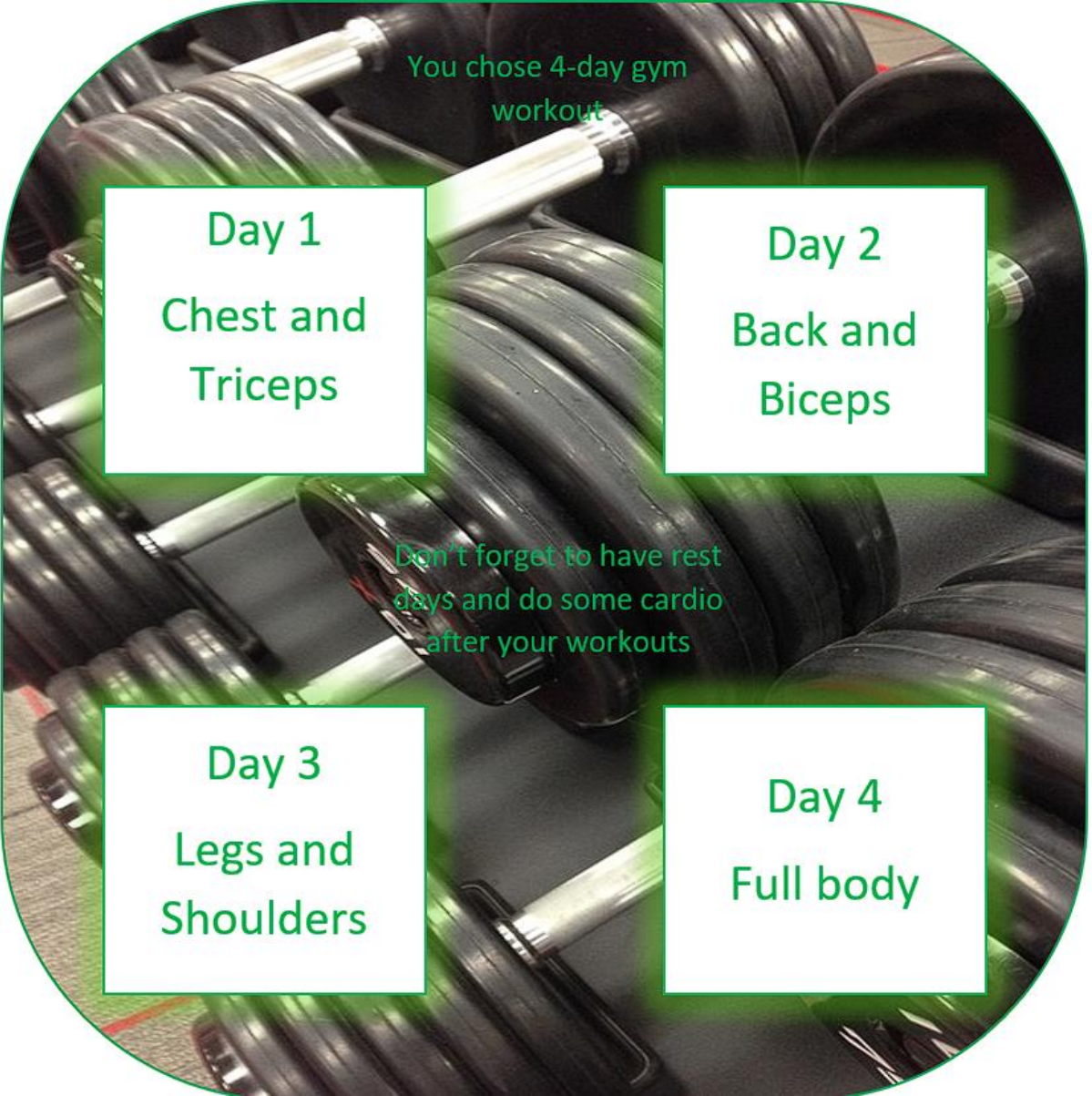


Choose number of days
you will workout

4-days

5-days

6-days



You chose 4-day gym workout

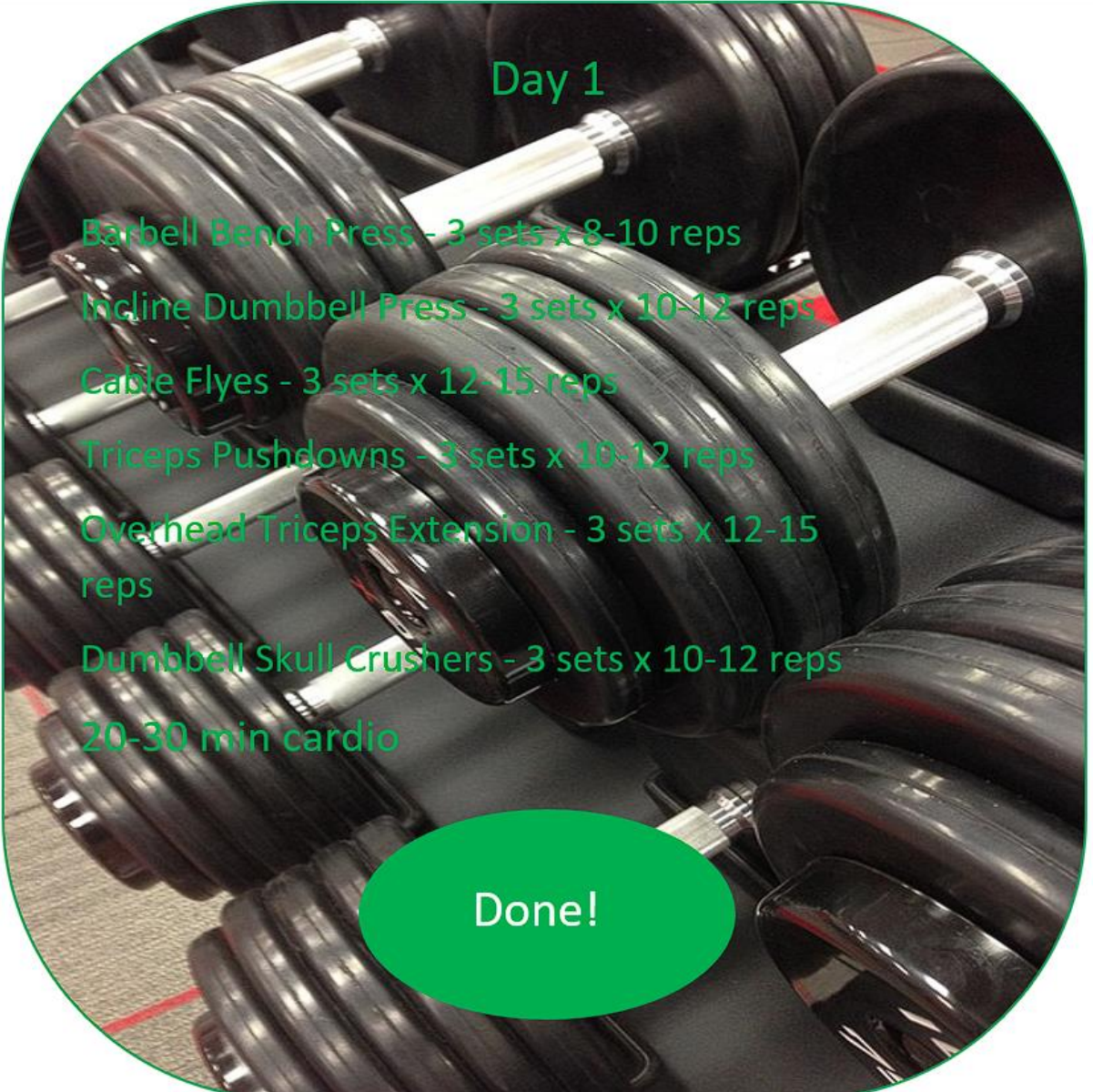
Day 1
Chest and
Triceps

Day 2
Back and
Biceps

Don't forget to have rest
days and do some cardio
after your workouts

Day 3
Legs and
Shoulders

Day 4
Full body



Day 1

Barbell Bench Press - 3 sets x 8-10 reps

Incline Dumbbell Press - 3 sets x 10-12 reps

Cable Flyes - 3 sets x 12-15 reps


Triceps Pushdowns - 3 sets x 10-12 reps

Overhead Triceps Extension - 3 sets x 12-15
reps

Dumbbell Skull Crushers - 3 sets x 10-12 reps

20-30 min cardio

Done!

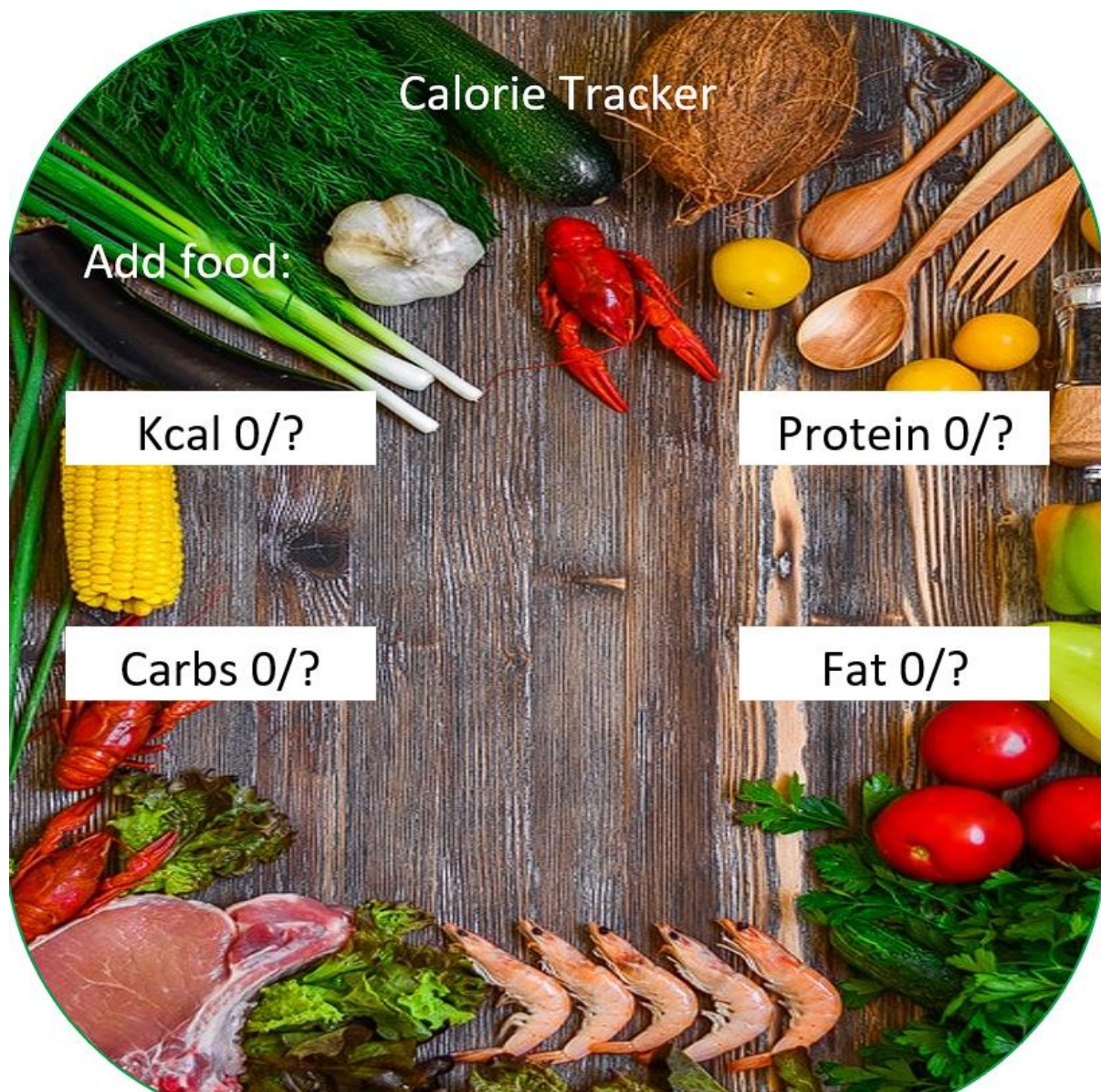
A circular inset image showing a close-up of several black dumbbells with silver handles, arranged in rows in a gym setting.

Day 1

Congratulations!

You finished today's workout and
burned about 380 kcal.

Keep going to reach your goals and
earn the extra discount on our e-
shop!



Calorie Tracker

Add food:

Kcal 0/?

Protein 0/?

Carbs 0/?

Fat 0/?

Calorie Tracker

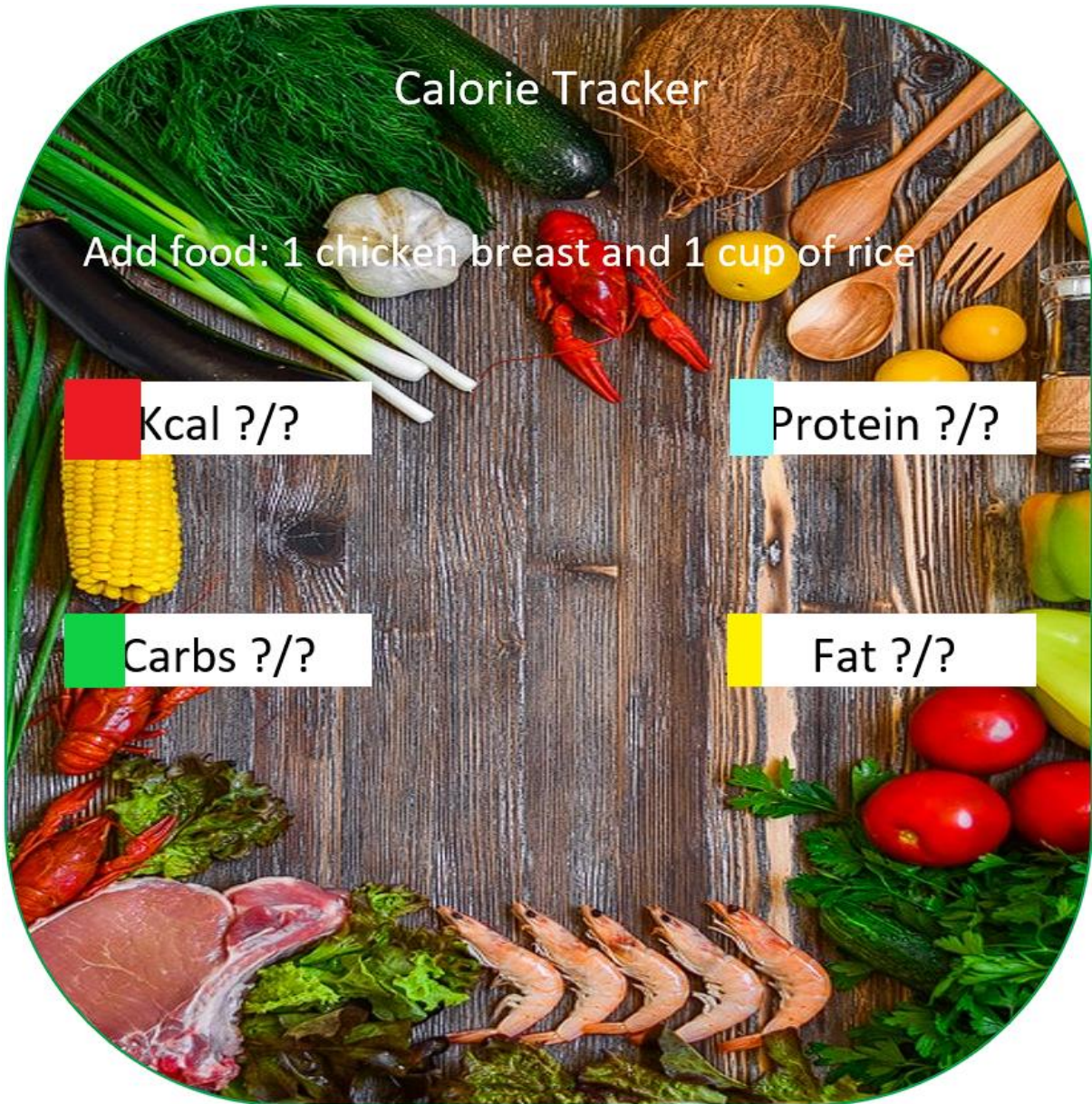
Add food: 1 chicken breast and 1 cup of rice

Kcal ?/?

Protein ?/?

Carbs ?/?

Fat ?/?



E-shop

Clothes	Gear	Nutrition
Product	Sizes available	Price
T-shirt	MALE <u>S,M,L,XL</u> FEMALE <u>S,M,L,XL</u>	14,99 \$
Shorts	MALE <u>S,M,L</u> FEMALE <u>S,M,L</u>	14,99 \$
Hoodie	MALE <u>S,M,L,XL</u> FEMALE <u>S,M,L,XL</u>	24,99 \$
Jacket	MALE <u>S,M,L,XL</u> FEMALE <u>S,M,L,XL</u>	24,99 \$

[Add](#)

[Add](#)

[Add](#)

[Add](#)

[See Cart](#)

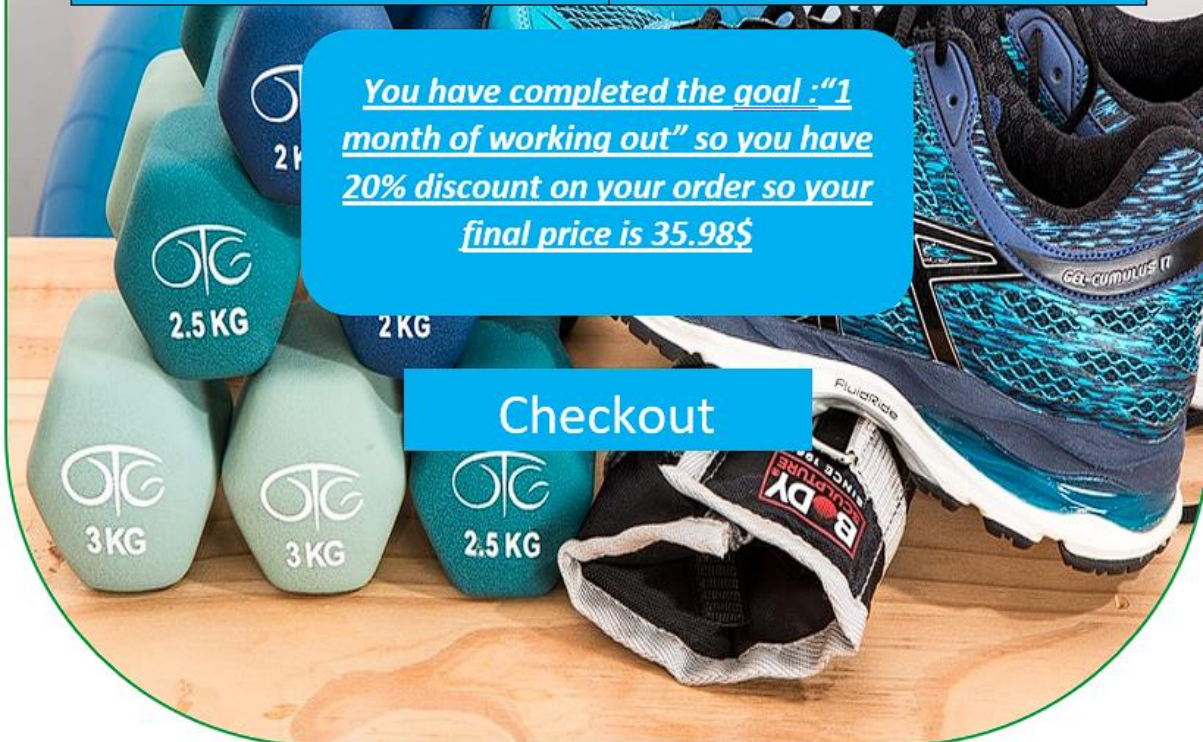


Cart

Product	Price
2x Male L T-shirt	29.98\$
1x Male M Shorts	14.99\$
Total	44.97\$

You have completed the goal : "1 month of working out" so you have 20% discount on your order so your final price is 35.98\$

Checkout



Profile

Name

Joe

Age

18

Sex

Male

Height

165cm

Weight

82kg

Goal weight

70kg

Friends

Goals

