



KALOS – Sistema digitale per fisioterapisti e personal trainer

Dashboard intuitiva per creare piani di esercizio personalizzati, migliorando organizzazione e risultati.



Obiettivi del Progetto



Gestione Profili

Organizzazione
ordinata di pazienti e
clienti



Piani
Personalizzati
Creare esercizi su
misura per ogni
individuo



Pianificazione

Sessioni di
allenamento e
riabilitazione
programmate



Ottimizzazione

Flusso di lavoro
quotidiano
semplificato

Funzionalità: Gestione Pazienti

Profili Dettagliati

- Dati fisici e clinici completi
- Livello fitness e limitazioni

Ricerca Rapida

Modifica veloce e accesso immediato ai dati

Funzionalità: Libreria Esercizi



Categorie

Forza e cardio per vari livelli



Parametri

Difficoltà, durata e intensità personalizzabili



Filtri Avanzati

Ricerca efficiente per selezione rapida

Add Exercise

Exercise Name

Category

 ▼

Difficulty

 ▼

Description

Duration (minutes)

Repetitions

Add Exercise

Funzionalità: Piano Personalizzato

1

Selezione Paziente

Associare esercizi a date specifica

2

Dettaglio Esercizi

Assegnazione con descrizioni e parametri

3

Piani Settimanali

Facilità di modifiche e aggiornamenti

Create Exercise Plan

Plan Name

Plan Name

Select Patient



Description (Optional)

Add additional notes about his plan

Select Date for Exercises

< May 2025 >						
S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	14	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27

May 14, 2025 — May 17, 2025

Assign Exercises

Search exercises...

Available Exercises

squat

strength

dumbbell

cardio

Create

Dashboard e Modalità

Panoramica Completa

Clienti, esercizi e sessioni
sempre visibili

Modalità Multiple

Tema chiaro e scuro per comfort
visivo

Navigazione

Interfaccia semplice e intuitiva

Tecnologie Usate

Frontend

- React, TypeScript, Tailwind CSS
- React Router, Lucide Icons
- React Query per gestione dati

Backend & Tools

- Supabase, PostgreSQL
- LocalStorage, Vite
- Git, NPM per sviluppo efficiente

Limiti e Sviluppi Futuri

Limitazioni Attuali

- Nessuna esportazione PDF
- Funzionalità offline assente
- Notifiche solo lato coach

Sviluppi Futuri

- App mobile iOS e Android
- Statistiche avanzate
- Integrazione pagamenti e community