Fitness lifestyle support

(Specifikáció)

A felhasználó össze tud állítani amgának egy diéta tervet. Minden nap fel tudja venni, hogy miylen ételeket evett meg és abból mekkora mennyiséget, így pontosan számon tudja tartani, hogy a napi célja eléréséhez még mennyi szénhidrátot, fehérjét és zsírt kell bevigyen a szervezetébe.

Regisztrálás után egy formon végignavigálva a felhasználót, meg kell adnia a testsúlyát, magasságát és hasonló adatokat, majd pedig a kitűzött célt, hogy fogyni illetve izmosodni szeretne és ennek alapján egy beépített tudományos kutatásokra épült kalkulátor kiszámolja, hogy az illető személy egy nap mennyi kalóriát kell fogyasszon.

Az egyik felületen pedig egy meg meglévő, de a felhasználók által bővíthető adatbázisból választhathutonk, hogy milyen ételt és abból mennyit fogyasztottunk.

A regisztráció után a felhasználó számon tarthatja és feljegyezheti, hogy hogyan változik a testsúlya, így majd grafikonok és statisztikák segítségével tudja követni a változását, módosíthatja a diétáját, ha már nem eredményes a fogyás vagy izomtömegnövelés.

Az alkalmazás felkínál bizonyos előre összeállított étrendeket, recepteket és edzésprogramokat is.

**A kisháziban elérhető funkciók:**

* Ételek és makrotápértékek felvétele az adatbázisba.
* Az adatbázisból bizonyos ételek kiválasztása és hozzáadása a felhasználó adott napi fogyasztásához.
* Személyre szabott étrendek és edzéstervek elérése/lekérése (továbbfejlesztett verzióban ezt mondjuk előfizetéshez lehetne kötni, szóval nem minden felhasználó férne hozzá személyre szabott tervekhez, csak mondjuk valamilyen leegyszerűsített minta étrendhez és edzéstervhez)
* A felhasználó ideális esetben naponta vagy hetente kéne rögzítse a testsúlyát illetve havonta a derékbőségét és hasonló adatait, amik alapján az oldal statisztikát, grafikont készít, aminek segítségével szépen figyelemmel tudja követn ia fejlődését, fogyását, izomtömeg növelését.

**Alkalmazott alaptechnológiák:**

* Adatelérés: Entity Framework Core
* Kommunikáció: ASP.NET Core MVC
* Felület: Web Api (Kliens alkalmazások fejlesztése .NET platformon című tágyból pedig UWP-ban lesz a kliens oldal megcsinálva a terveim szerint.)

**Továbbfejlesztési tervek:**

* Regisztráció illetve Szerver oldali autentikáció Facebook, Google account támogatással (Oauth 2.0 tervezek használni)
* Alapvetően lennének receptek, edzéstervek és étrendek feltöltve az oldalra, de a felhasználóknak is lenne lehetőségük saját recepteket, edzésterveket feltölteni a megfelelő helyre.
* Online Coaching lehetőség. Ahol ugyan úgy előfizethetnek a felhasználók különböző pogramokra és ilyenkro az oldal összeköti őket egy edzővel, aki az oldal segítségével kommunikálni tud a klienssel, edzéstervet írni neki személyre szabottan, étrendet összeállítani stb...
* Egy távolabbi fejlesztési ötlet, hogy a felhasználók adatait különböző big data módszerekkel elemezve, és tanuló algoritmusokat, mesterséges intelligenciát használva bizonyos betegségekkel rendelkező embereknek különféle étrendeket és ételeket ajánl az oldal, vagy bizonyos ételek fogyasztását megtiltja stb.
* Ugyan így ha rendszeresen töltenek fel képeket, akkor valamilyen beépített kép elemző algoritmus segítségével detektálni lehetne, hogy milyen testalkatú az ember (endomorf, ektomorf vagy mezomorf) és ezek alapján még inkább személyre szabott étrendet és edzéstervet tudnak kapni a kliensek.