



Training-Editor

Logiciel pour coachs sportifs et salles de sport

MANUEL DE PRESENTATION DU LOGICIEL

Training-Editor

Présentation générale

Droits d'accès

Paramétrage



Lynx-Informatique

Développement informatique

Sites Web

Cours d'informatique orientés programmation pour le web

www.lynx-informatique.com 06 85 81 56 25 lynx-informatique@orange.fr

Table des matières

A quoi sert le logiciel Training-Editor ?	: Page 3
Synoptique général du logiciel Training-Editor	: Page 4
Description du synoptique : module client et module de création de plans	: Page 5-6
Présentation du menu du logiciel Training-Editor	: Page 7-9
Présentation détaillée du module client et du module de création de plans	: Page 10-32
<i>Partie clients</i>	<i>Page 10-15</i>
<i>Partie Tables</i>	<i>Page 16</i>
<i>Partie Gestion des plans</i>	<i>Page 17-32</i>
<i>Partie Administration</i>	<i>Page 33-34</i>

Que propose le logiciel Training-Editor ?

Le logiciel Training-Editor est destiné aux coaches sportifs, aux salles de sport ou associations sportives.

- Il permet de gérer un fichier client.
- De créer et de suivre les abonnements de vos clients.
- De créer et d'éditer sous forme de PDF des plans d'entraînement en musculation.
- Il dispose d'un module anthropométrie qui permet d'enregistrer l'évolution physique des athlètes et de traduire cette évolution sous forme de graphes.
- Il dispose également d'un module de prise de rendez-vous.
- Son module de communication intégré permet, d'un simple clic, d'envoyer par mail à un client un plan d'entraînement, un bilan anthropométrique, ou la confirmation de rendez-vous.

Le Logiciel Training-Editor fonctionne en ligne. Il est donc accessible de n'importe quelle machine pouvant se connecter au web via un navigateur. Il peut être configuré en mono ou multi-utilisateurs.

**Ce manuel décrit le principe général de fonctionnement du logiciel Training-Editor.
Il présente son menu d'accueil, sa gestion des accès et son paramétrage.**

Vous trouverez sur le site de Training-Editor : <https://training-editor.fr> les documentations dédiées pour chaque module :

Module Client

Module création de plans d'entraînement

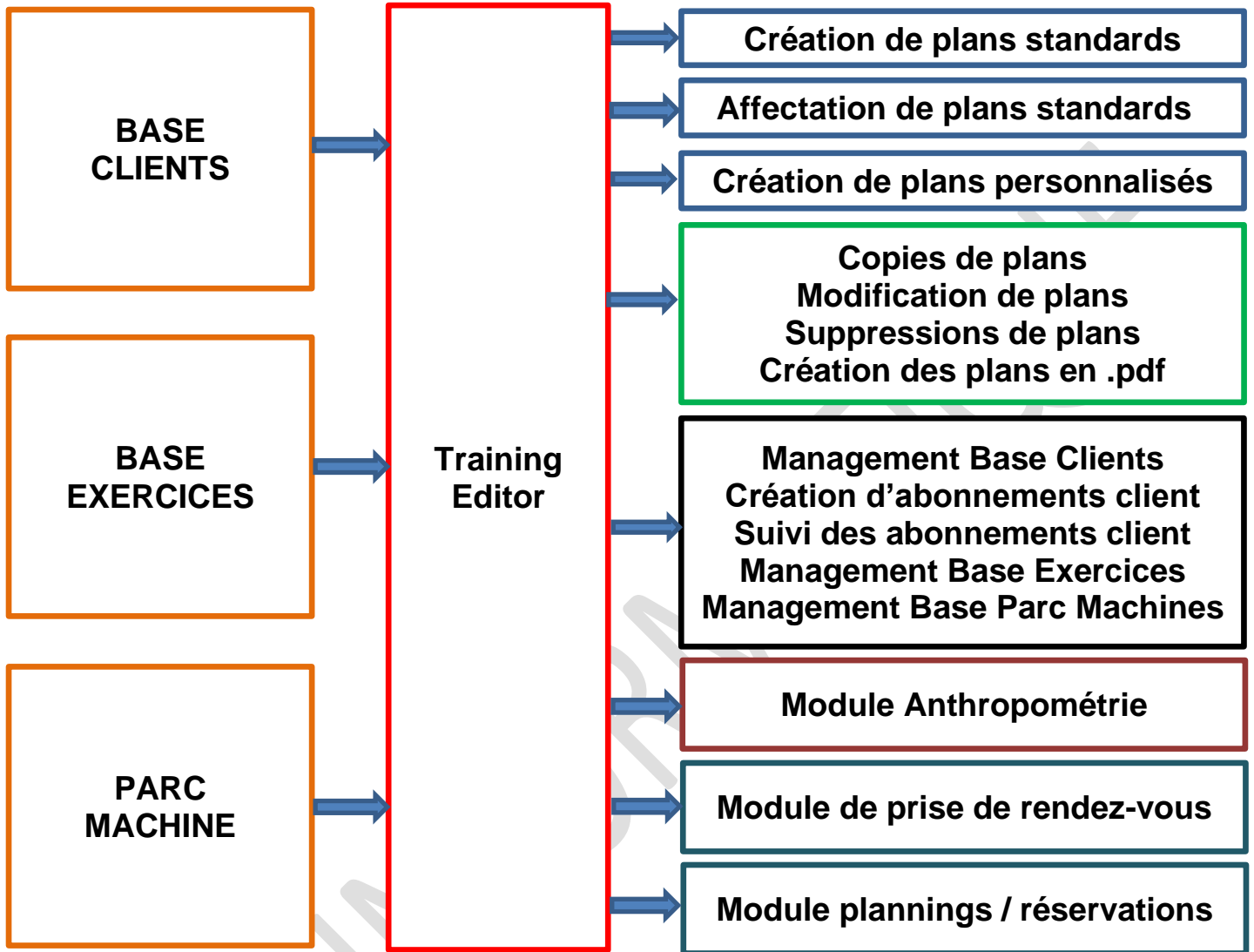
Module de prise de rendez-vous

Module Anthropométrie

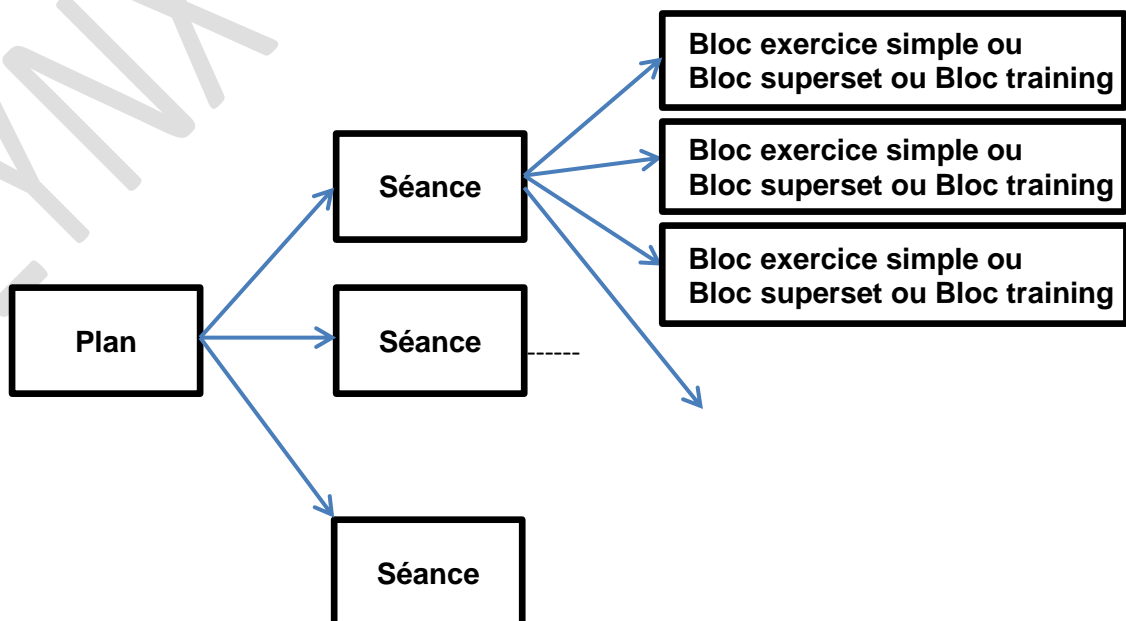
Module Plannings / Réservations

**Le logiciel Training-Editor est fourni par défaut avec les modules : *Module Client, Module création de plans d'entraînement, Module de prise de rendez-vous, Module Anthropométrie.*
Le module *Plannings / Réservations* est optionnel.**

Synoptique général du logiciel Training-Editor



Structure d'un plan d'entraînement :



BASE CLIENTS.

Elle renferme les fiches client. Une fiche renferme les informations suivantes : photo, civilité, nom, prénoms, date de naissance, profession, adresse, téléphone, mail, certificat médical ...).

A partir d'une fiche client on accède également à l'historique des plans ou des bilans anthropométriques. A partir d'une fiche client, vous allez pouvoir affecter et suivre les abonnements que vous proposerez à vos clients. Avec Training-Editor vous pouvez créer des abonnements sur la durée (par exemple des abonnements mensuels , trimestriels, etc...) ou des abonnements par pack de séances (par exemple un abonnement de 10 séances de coaching etc..). Vous pourrez suivre l'évolutions des abonnements et voir les abonnements arrivés à échéance.

BASE EXERCICES.

C'est dans cette base que vous pourrez enregistrer les exercices de musculation. Elle est organisée sur 2 niveaux afin de classer au mieux les exercices : Un premier niveau où on va enregistrer les MUSCLES, le deuxième contiendra les EXERCICES liés au muscle sélectionné. La base est livrée avec une série d'exercices par défaut. Chaque exercice est illustré par une image. La base peut être enrichie ou restructurée permettant à chacun de la modéliser comme il le souhaite.

Exemple :

```
BICEPS    > CURL AVEC BARRE
           > CURL AVEC HALTERE
           > ...
TRICEPS   > ...
```

PARC MACHINES.

C'est dans cette base que vous pourrez enregistrer, si vous le souhaitez, votre parc machine (photo de la machine, nom de la machine, un numéro lié).

A partir de ces bases, Training-Editor vous permet de créer :

Des plans d'entraînement génériques que vous pourrez affecter à vos clients.

Des plans personnalisés, pour des entraînements plus spécialisés (à partir d'une fiche client).

Une fonction de copie de plan existe afin de faciliter le travail de création.

Un plan d'entraînement est composé de séances et chaque séance est composée de blocs d'exercices. On peut créer des blocs **d'exercices simples**, des blocs **d'exercices en superset** ou des **blocs de training** (bloc renfermant plusieurs exercices. Chaque exercice pouvant être exécuté en nombre de répétitions ou en durée).

Dans chaque type de bloc on pourra renseigner soit une charge de travail en Kg ou une intensité de travail.

Quand le plan est affecté à un client ou quand on crée un plan personnalisé, une date de début et une date de fin d'application du plan devront être renseignées

Un **bloc d'exercice simple** concerne un muscle / exercice et se présente comme suit :

EX 1 Muscle : BICEPS Exercice : CURL BICEPS ALTERNÉ HALTÈRES			
Nb Séries	Nb Répets	Charge (kg)	Repos
3	12	10	10 s
4	8	15	15 s



Un **bloc Superset** se présente comme suit : (chaque colonne représentant une série).

EX : 2 : [Superset] Repos entre les séries : 20 s				
Muscle / Exercice	Charge/Reps	Charge /Reps	Charge/Reps	...
DORSAUX/ TRACTION ANTERIEURE PRISE LARGE	-- / 8	-- / 10	-- / 12	...
DORSAUX / TRACTION INVERSEE TRX	-- / 12	-- / 14	-- / 16	...



Un **bloc Training** se présente comme un enchainement d'exercices. Pour chaque exercice on peut indiquer un temps de travail ou un nombre de répétitions, une charge ou une intensité de travail. On indiquera également un temps de repos entre chaque boucle d'exercices et un nombre de boucles à exécuter.

EX : 3 CIRCUIT TRAINING				
Exercices	Tps ou rep	Charge/intensité	repos	Nb boucles
SQUAT BARRE NUQUE	12 rep	40Kg	1 mn	3
BURPEES	8 rep	--		
DEVELOPPE COUCHE PRESSE VERTICALE	12 rep	60Kg		
TIRAGE HORIZONTAL POILIE BASSE	12 rep	40Kg		
LEG EXTENSION	15 rep	50Kg		



MODULE DE PRISE DE RENDEZ-VOUS

Le module va vous permettre de placer des rendez-vous sur un semainier graphique. Vous pourrez inclure un ou plusieurs clients sur un rendez-vous. Vous pourrez consulter également vos rendez-vous sous forme de liste et d'historique. L'envoi d'une confirmation de rendez-vous par mail se fait d'un simple clic.

Si vous disposez de la version multi-utilisateur du logiciel Training-Editor pour gérer le coaching de vos clients, différentes possibilités de travail vous seront offertes.

Par exemple si vous fonctionnez sous forme de rendez-vous pour accueillir vos nouveaux clients ou pour coacher certains de vos athlètes alors vous pourrez autoriser chaque coach à manager ses propres rendez-vous. En tant que manager vous pourrez également gérer vous-même l'agenda de vos coaches ou bien encore faire un mixe des deux méthodes.

MODULE ANTHROPOMETRIE

Ce module permet d'enregistrer et de suivre l'évolution physique de vos sportifs. Il permet pour chaque sportif d'enregistrer des grandeurs Anthropométriques telles que : la taille, le poids, le tour du cou, le tour de biceps, le tour de l'avant-bras, le tour de poitrine, le tour des épaules, le tour de taille, le tour de cuisse, le tour du mollet ... Il permet également d'enregistrer l'indice de masse grasse ou la V.M.A d'un athlète.

Les mesures sont présentées sous forme de tableau ou de graphes. Un fichier .pdf des graphes peut être généré pour être envoyé comme bilan au sportif.

Par ailleurs des calculatrices sont intégrées au module pour calculer l'indice de masse grasse (méthode des 4 plis de Durnin et Womersley ou méthode de l'US NAVY)

MODULE PLANNINGS / RESERVATIONS

Ce module, proposé en option, permet à vos clients d'accéder à un espace de réservations de cours collectifs, de réservation de créneaux de musculation ou de réservations d'évènements que vous pourriez proposer. Un espace « back office » vous permet de manager cet espace, d'y inscrire vos évènements et cours, et de suivre les inscriptions.

Présentation du menu du logiciel Training-Editor

On accède au logiciel à partir du site <https://training-editor.fr> partie connexion :

Training Editor
Connexion

Accueil Mot de passe oublié

Mail organisation :
Login :
Pass :
Valider

Après l'étape d'identification apparaît l'écran d'accueil du logiciel :

CLIENTS

Base clients	Utilitaires	Spool impressions
--------------	-------------	-------------------

RDV

Prendre Un RDV	Liste de mes RDV	Historique de mes RDV	Liste de tous les RDV	Historique de tous les RDV	Manager l'agenda des coaches	Supprimer des RDV
----------------	------------------	-----------------------	-----------------------	----------------------------	------------------------------	-------------------

GESTION DES PLANS

Base exercices	Base images exercices + matériels	Créer un plan	Spool plans	Voir mes plans affectés	Voir mes plans échus	T.D.B des plans
----------------	-----------------------------------	---------------	-------------	-------------------------	----------------------	-----------------

MODULE PLANNINGS / RESERVATIONS

Planning Plateau Musculation	Planning Cours	Planning événements	Comptes clients	Recherche des inscrits	Supprimer des anciens créneaux
------------------------------	----------------	---------------------	-----------------	------------------------	--------------------------------

ADMINISTRATION

Gestion des profils	Ajouter un profil	Changer un M.D.P	Date fin abonnement
---------------------	-------------------	------------------	---------------------

PARAMETRAGE & TABLES

paramétrage	Gestion des tables
-------------	--------------------

QUITTER

Quitter

CLIENTS

BASE CLIENT

Cette partie du logiciel permet

- D'enregistrer et de modifier des fiches clients, de fiches 'salariés' ou des fiches de groupes (comme un club de sport).
- D'enregistrer et de suivre les abonnements de vos clients.
- D'effectuer des recherches sur les clients.
- D'enregistrer des programmes personnalisés d'entraînement pour les clients ou les groupes.
- D'enregistrer des ardoises (commentaires) sur les fiches (clients ou groupes).
- De générer des impressions lors de recherches sur les clients.
- De consulter les historiques de plans ou de bilans anthropométriques
- D'envoyer des mails
- D'accéder au module Anthropométrie

UTILITAIRES

Cette partie du logiciel abritera des programmes particuliers.

- Modifier le nom / prénom d'une fiche.
- Changer la civilité d'une fiche ...

SPOOL IMPRESSION

C'est un répertoire qui stocke les impressions faites générées par Training-Editor.

On récupère les impressions sous forme de fichier PDF. Le spool d'impression est vidé toutes les nuits.

RDV

PRENDRE UN RDV

Permet d'enregistrer des rendez-vous sur un semainier graphique.

LISTE DE MES RDV

Permet de lister les rendez-vous à venir du coach qui s'est logué à l'application.

HISTORIQUE DE MES RDV

Permet de lister les anciens rendez-vous du coach qui s'est logué à l'application.

LISTE DE TOUS LES RDV

En mode multi-utilisateur permet lister les rendez-vous à venir de l'ensemble des coaches.

HISTORIQUE DE TOUS LES RDV

En mode multi-utilisateur permet lister les anciens rendez-vous de l'ensemble des coaches.

MANAGER L'AGENDA DES COACHS

En mode multi-utilisateur, permet de prendre des rendez-vous pour les coaches.

SUPPRIMER DES RDV

Permet de supprimer en masse des anciens rendez-vous

MODULE GESTION DES PLANS

BASE EXERCICES

Permet de manager la base des exercices servant à la création de plans d'entraînement.

PARC MACHINE

Cette partie du logiciel vous permet d'enregistrer et de classer les machines de votre parc.

CREER UN PLAN

Cette partie contient le cœur du logiciel qui permet de construire les plans d'entraînement.

SPOOL PLAN

C'est un répertoire qui stocke les sorties des plans en PDF.

VOIR MES PLANS AFFECTES

Permet de lister les clients qui se sont vu affecter un plan d'entraînement.

VOIR MES PLANS ECHUS (j-8)

Permet de lister les clients dont le plan d'entraînement va expirer dans un délai de 8 jours

T.D.B DES PLANS

En mode multi-utilisateur permet de superviser la création de plans d'un ensemble de coachs.

MODULE PLANNINGS / RESERVATIONS

PLANNING PLATEAU MUSCULATION

Vous permet de programmer les créneaux disponibles sur votre plateau de musculation sur lesquels vos clients pourront s'inscrire.

PLANNING COURS

Vous permet de programmer les cours collectifs sur lesquels vos clients pourront s'inscrire.

PLANNING EVEVEMENTS

Vous permet de programmer évènements sur lesquels vos clients pourront s'inscrire.

COMPTES CLIENTS

Vous permet le lister tous les clients qui on ouvert un compte sur l'application de réservation.

RECHERCHE DES INSCRITS

Vous permet de lister les client qui se sont inscrits aux différents cours ou évènements.

SUPPRIMER DES ANCIENS CRENEAUX

Vous permet de supprimer des anciennes programmations.

ADMINISTRATION

GESTION DES PROFILS

Permet de gérer les utilisateurs du logiciel et de leur attribuer des droits.

AJOUTER UN PROFIL

Permet d'ajouter un utilisateur au logiciel.

CHANGER UN M.D.P

Permet à un utilisateur de changer son mot de passe.

PARAMETRAGE :

Ce bouton permet d'accéder au paramétrage des différents modules de Training-Editor.

GESTION DES TABLES :

Ce bouton permet d'accéder aux tables de valeurs du logiciel.

Les tables contiennent vos valeurs préenregistrées que vous utiliserez couramment dans le logiciel.

QUITTER

QUITTER :

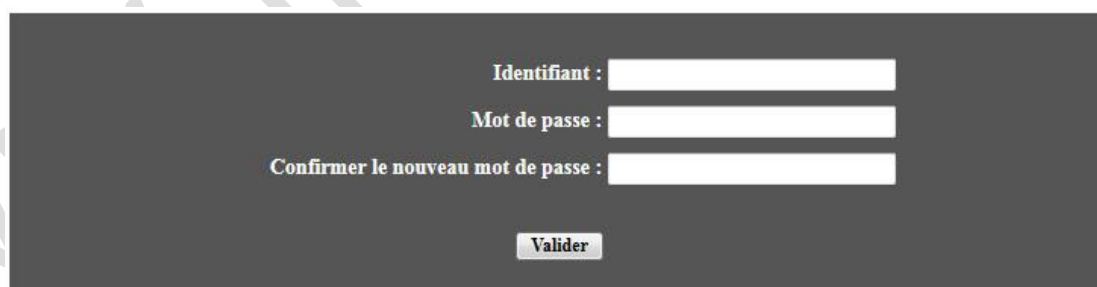
Ce bouton permet de sortir proprement du logiciel.

ADMINISTRATION

Cette partie permet de créer des profils de définir, pour chacun des profils, les droits d'accès aux diverses parties du logiciel.

Ajouter
un
profil

Cette partie permet de créer un nouveau profil.



Identifiant :

Mot de passe :

Confirmer le nouveau mot de passe :

Valider

Saisir l'identifiant (sans accents)

Saisir le mot de passe (mélangez majuscules, minuscules, chiffres).

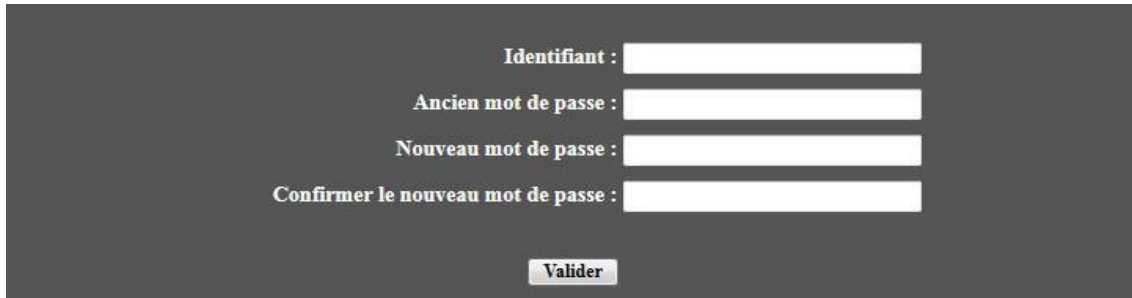
Confirmer le mot de passe

Enregistrer en cliquant sur le bouton **Valider**.

Note : La saisie sur ces zones est masquée.

Changer un M.D.P

Cette partie permet à chaque utilisateur de changer son mot de passe



Identifiant :

Ancien mot de passe :

Nouveau mot de passe :

Confirmer le nouveau mot de passe :

Saisir votre identifiant.

Saisir votre ancien mot de passe.

Saisir votre nouveau mot de passe (mélanger majuscules, minuscules, chiffres).

Confirmer votre nouveau mot de passe.

Enregistrer en cliquant sur le bouton **Valider**.

Gestion des profils

Vous pouvez supprimer un profil ou gérer les accès des profils aux différentes parties du logiciel.



GESTION DES PROFILS

Profil1 :

Profil2 :

En cliquant sur **Gérer les accès** on bascule sur l'écran suivant :

[Retour Accueil](#)[Retour Liste Des Profils](#)[Enregistrer les Accès](#)**Accès module : Clients**Autoriser l'accès au bloc *Gestion Des Clients* : Autoriser l'accès au bloc *Utilitaires* : Autoriser l'accès au bloc *Spool Impressions* : Autoriser L'écriture dans le fichier client : **Accès module : Tables**Autoriser l'accès au bloc *M.A.J Table Groupes* : **Accès module : Gestion Des Plans**Autoriser l'accès au bloc *Base Exercices* : Autoriser l'accès au bloc *Parc Machines* : Autoriser l'accès au bloc *Créer Un Plan* : Autoriser l'accès au bloc *Spool Plan* : Autoriser la création / la copie / l'affectation de plans : **Accès module : Administration**Autoriser l'accès au bloc *Gestion Des Profils* : Autoriser l'accès au bloc *Ajouter Un Profil* : Autoriser l'accès au bloc *Changer Son Mot De Passe* :

En cliquant sur les carrés de couleur on gère les accès aux différentes parties du logiciel :

Vert : accès autorisé

Rouge : accès interdit.

N'oubliez pas de valider vos choix en cliquant sur le bouton **Enregistrer les Accès**.