



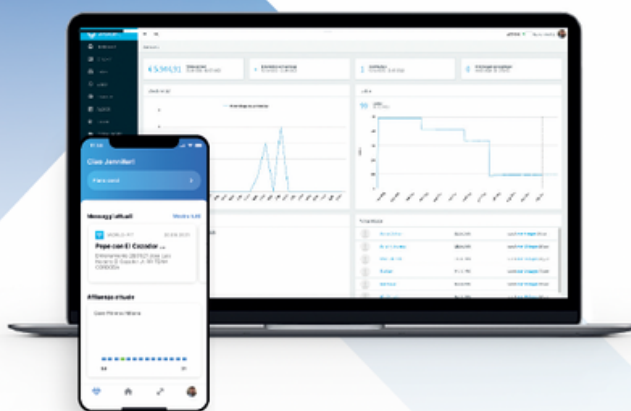
SEMAINE 32 - AOUT 2023

LE CONSEIL DE CALVIN

La newsletter hebdomadaire pour vous faire découvrir les fonctions Magicline



VIDEO TUTO VOTRE TUTO EN CLIQUANT ICI



CRÉER UN PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT AUTONOME

Cette semaine, découvrez comment créer un programme d'entraînement autonome.

► Pourquoi cette fonction est-elle intéressante ?

Cette fonctionnalité est un véritable atout pour motiver vos membres à s'entraîner, car elle leur offre un accès libre à un programme personnalisé qu'ils peuvent maîtriser.

En effet, vous pouvez créer des programmes types que vos membres peuvent ensuite activer depuis leurs accès à l'application MySports.

Suggérez des paramètres tels que le nombre de répétitions ou la durée, tout en permettant à vos membres de personnaliser leur entraînement en saisissant leurs propres données, comme le nombre de répétitions, le poids soulevé ou la durée des pauses, directement dans l'application. Cette flexibilité leur permettra de s'approprier pleinement leur programme d'entraînement et de maximiser leurs résultats.

► Configuration :

1. **Entraînement > Programme d'entraînement > Autonome (libre accès) > Créer un programme d'entraînement.**

2. Créez ici le programme d'entraînement.

Pour plus de renseignements sur la création d'un programme d'entraînement, consultez notre aide en ligne [ici](#).

► Comment ça marche dans MySports ?

1. Cliquez sur le menu **Entraînement** en bas de l'application.
2. Sélectionnez un programme d'entraînement autonome et cliquez sur « **Activer le programme d'entraînement** ».

Ça y est ! Votre membre a activé son programme d'entraînement et peut désormais s'entraîner en saisissant ses propres paramètres.