# メンバー

# Atleta 導入研修

#### はじめに

アプリインストール | "アトレータ"と検索しても出ます

ログイン (教えてもらったものをメモしましょう)

**Appstore** 



Google Play







ユーザーID:

パスワード:

## コンディションを入力

1 トップページから"コンディション"を選択



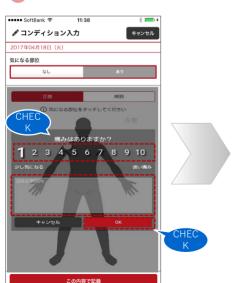








4 痛みや違和感のある部位と痛みの度合いを入力



5 身体の症状などを入力

••••• SoftBank 令 11:39 プロンディション入力		∦ <b>□</b> )+ キャンセル	
2017年04月18日(火) 身体の症状			HEC K
なし	あり		
該当する症状にチェックしてくださ	い(複数選択	可)	
頭痛			
めまい			
鼻水			
喉の痛み・腫れ			
睽		☑	
息切れ			
吐き気・嘔吐			
腹痛			
下痢			
鉄成・華宮・登勢			

今日の気付き等をコメントしたら "この内容で記録"

●●●●● SoftBank 🖘 11:45	*+
🖋 コンディション入力	キャンセル
2017年04月18日(火)	
バック	
トレーニング強度	
動けない程つらかったレベル	
立つことは出来るけどかなり辛かったレベル	. <b>.</b>
ちょうど気持ちい良いレベル	
まだ余力があったレベル	
軽すぎたと感じたレベル	
コンディションについてのコメント	
練習の時に身体が重く感じたので、今日 に心がけます。	は早めに寝るよう
	CHE
	K
この内容で記録	



この内容で記録

### 4 食事内容を入力

1 トップページから"食事を選択



2 入力したい日付を選択



3 コンディションを入力



4 "追加"を選択



5 食べたものを検索してチェック



6 問題が無いことを確認 したら"この内容で記録"

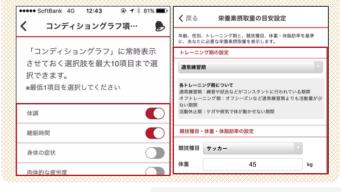


5 設定/その他





分析グラフに表示させる項目や、食事の目安量などを設定できます



WEB版のご利用はこちらから

▼ お問い合わせ先▼

株式会社エムティーアイ TEL 03-5333-6114 CLIMB Factory スポーツITカンパニー



