

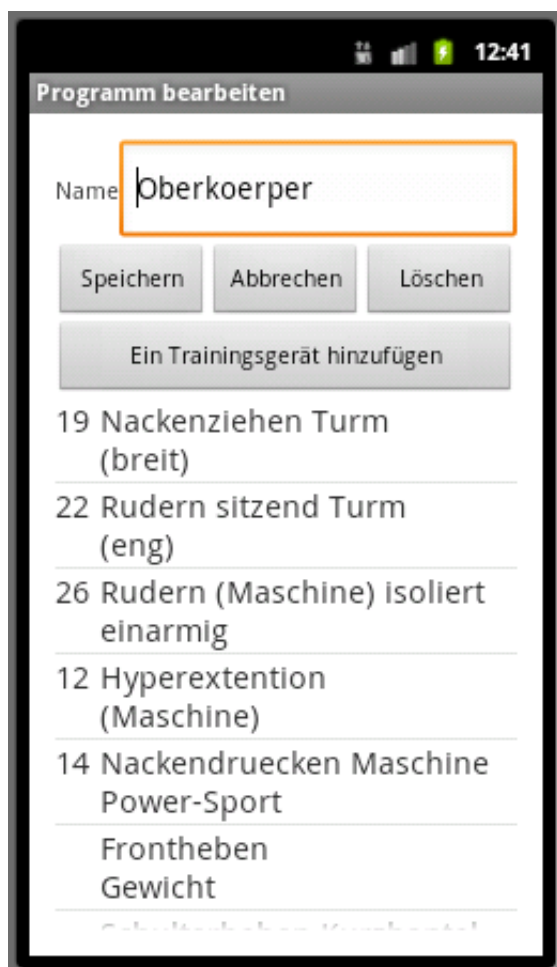
Trainingsprogramme bearbeiten



Nachdem Sie alle Trainingsgeräte an denen Sie Ihre Übungen durchführen angelegt haben, können Sie diese zu Trainingsprogrammen zusammenstellen.

So habe ich ein Programm Oberkörper und eins für Beine und Bauch. Diese arbeite ich im Wechsel ab.

Trainingsprogramm bearbeiten



Wenn Sie ein neues Trainingsprogramm anlegen, so können Sie nur dessen Namen bearbeiten. Zu diesem Zeitpunkt können noch keine Trainingsgeräte zugeordnet werden, da das Trainingsprogramm noch nicht in der Datenbank vorhanden ist.

Geben Sie also den Namen ein und tippen auf speichern. Wenn Sie das Trainingsprogramm dann erneut öffnen, können Sie diesem Trainingsgeräte zuordnen. Ein bereits zugeordnetes Trainingsgerät kann durch antippen seines Namens wieder aus dem Trainingsprogramm gelöscht werden.