

# PROPOSITION DE PROJET (SAE 3A)



**PROPOSÉE À :**

Mr Olivier Guinaldo

**PRÉSENTÉE PAR**

Tony Fages, Vianney Jourdy, Léo Tuaillon  
Louis Laborie et Anthony Richard

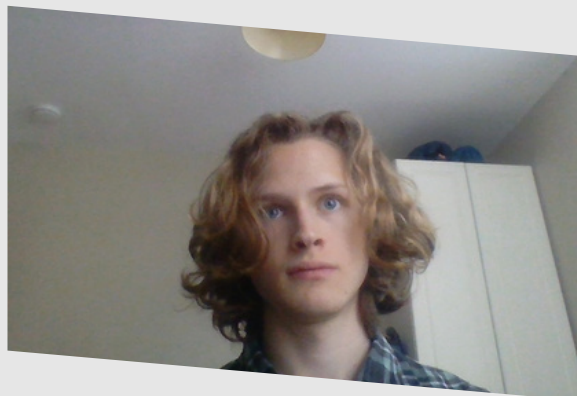
SEPTEMBRE 2024

**OPTIFIT**

# NOTRE ÉQUIPE



TONY FAGES



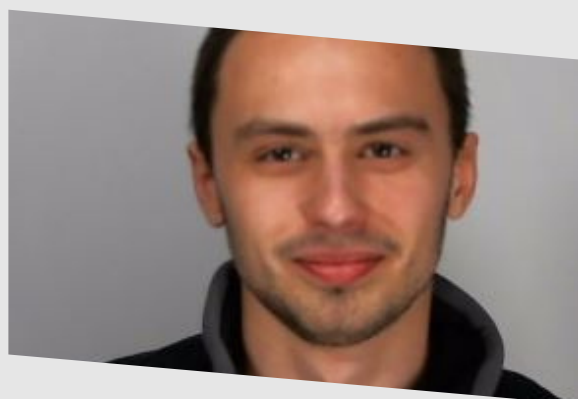
VIANNEY JOURDY



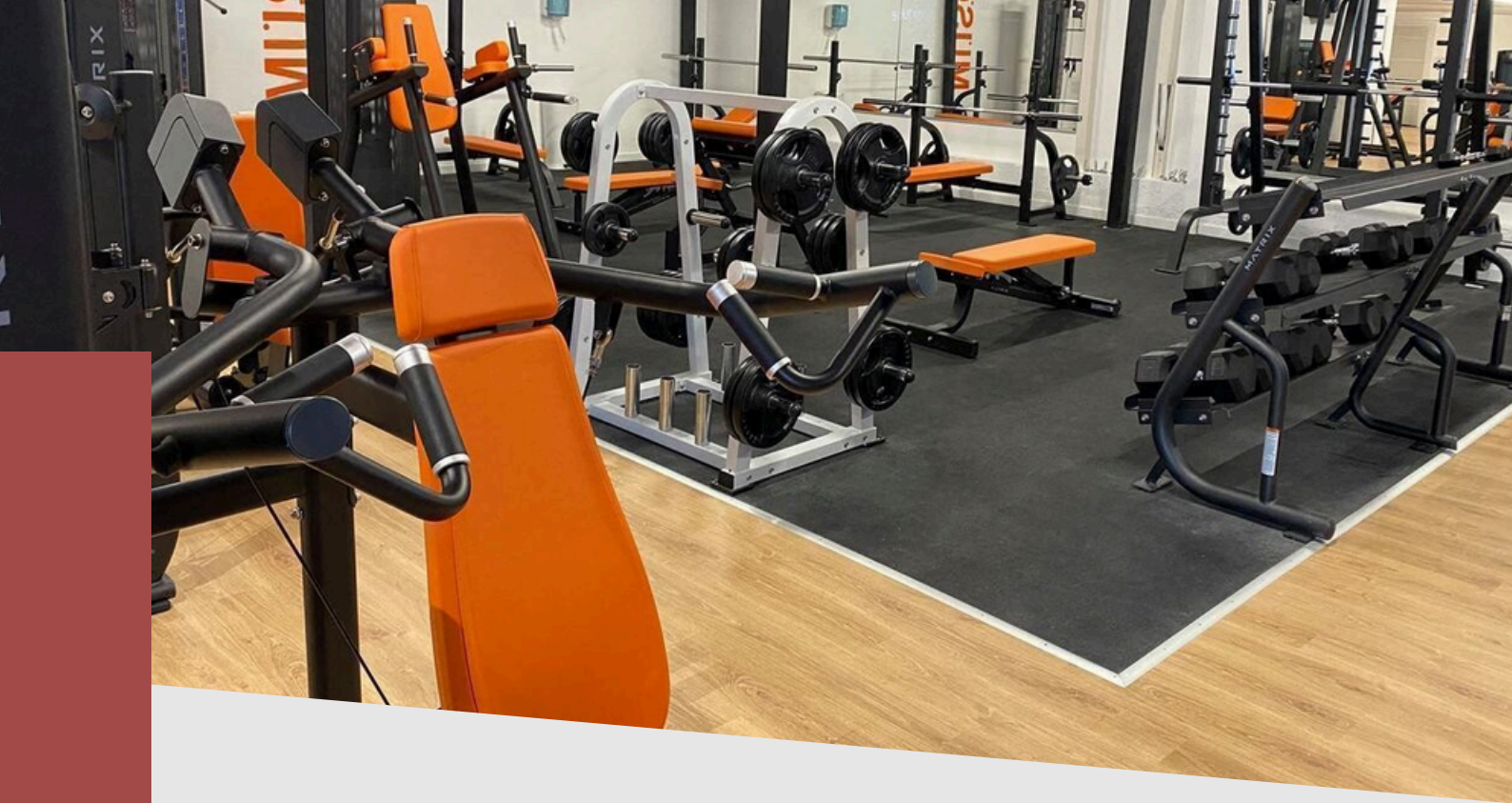
LOUIS LABORIE



LEO TUAILLON



ANTHONY RICHARD



# LES GRANDES LIGNES DE OPTIFIT

**APPLICATION SPORTIVE (ASSISTÉE PAR IA)**

## LE CONCEPT

L'application que nous souhaitons réaliser doit permettre de créer et suivre des entraînements musculaires personnels générés par IA. Elle vise aussi bien les utilisateurs fréquents des salles de sport que les novices qui cherchent à se lancer.

## LES INTERACTIONS

Pour que l'échange avec l'utilisateur soit le plus simple possible, toutes les informations nécessaires seront renseignées sous forme d'un questionnaire à choix multiples.

Ensuite ses informations seront traitées par une IA qui orientera l'utilisateur vers des exercices appropriés.

## NOTRE VISION

Nous voulons remplacer les coach sportifs pour les personnes qui veulent se lancer dans la musculation.

Notre application doit également simplifier la planification et le déroulement des entraînements.





# CE QUE NOUS PROPOSONS

## LES POINTS PRINCIPAUX

- Création / modification d'entraînements par l'utilisateur
- Suivi d'entraînement durant les séances
- Suivi dans le temps (statistiques, graphiques et analyses de progression)
- Outils pour automatiser les entraînements (chronos pour les temps de repos / planifications des entraînements dans le calendrier ...)
- Fiches détaillées et description des exercices à réaliser
- Génération d'entraînement par IA

## LES POINTS BONUS

- ChatBOT avec une IA pour avoir des informations complémentaires et améliorer les séances
- Partage des entraînements entre les utilisateurs

### INNOVATIONS

---

Intégration de l'IA dans le domaine de l'entraînement musculaire.

### NOS VALEURS

---

Faire une application complète.