



Functieoverzicht

Exercise Assistant - Start

&

Exercise Assistant - Pro

Techniek

De onderliggende techniek van een softwarepakket is vergelijkbaar met de motor van een auto.

Vrijwel alle processen zijn volledig geautomatiseerd.

Functie	Start	Pro
• Geschikt voor alle soorten netwerken (netwerklicentie vereist)	X	X
• Geautomatiseerde installatie	X	X
• Interactieve updating	X	X
• Importeerfunctie complete database	X	X
• Importeerfunctie afzonderlijke databases	X	X
• Exporteerfunctie complete database	X	X
• Exporteerfunctie afzonderlijke databases	X	X
• Programmatuur relatief eenvoudig te kopiëren via Windows Verkenner	X	X
• Instellen lettertype, boven en ondermarge pagina		X
• Functie aan/uitschakelen toelichtingsvensters	X	X
• Functie herstarten programmatuur	X	X
• Geautomatiseerde aanmaak snelkoppeling	X	X
• Geautomatiseerde updating snelkoppeling	X	X
• Geautomatiseerd aanmaken snelkoppeling cliënts (netwerkversie)	X	X

Instellingen

Health Software levert niet alleen geavanceerde rekenkundige software en professionele illustraties, maar tevens een uitvoerig en wetenschappelijk onderbouwd kennissysteem. Het menu instellingen geeft u de mogelijkheid om het interne kennissysteem bijzonder eenvoudig naar eigen inzicht te wijzigen en uit te breiden. Zonder enige afhankelijkheid van de leverancier of inefficiënte hulpsoftware.

Functie	Start	Pro
• Registratieformulieren inventarisatie apparatuur	X	X
• Wijzigen terminologie (naamgeving) oefeningen		X
• Invoer toestelnummers		X
• Invoer instellingen weerstandapparatuur	X	X
• Invoer instellingen cardioapparatuur	X	X
• Invoer gewichtranges (dumbbellrange, barbellrange en machineranges)	X	X
• Keuze uit 2 layout's trainingsschema's/oefenprogramma's	X	
• Keuze uit meer dan 50 verschillende layout's trainingsschema's/oefenprogramma's		X
• Instellen persoonlijke voorkeur layout's trainingsschema's / oefenprogramma's		X
• Wijzigen beknopte uitlegteksten oefeningen		X
• Wijzigen uitvoerige uitlegteksten oefeningen		X
• Wijzigen tekst algemene instructie trainingsschema/oefenprogramma		X
• Wijzigen tekst huisregels		X
• Wijzigen achtergrondkleuren en tekstkleuren per trainingsniveau		X

Functie	Start	Pro
• Herstelfunctie naar originele kleurinstellingen		X
• Toevoegen eigen logo	X	X
• Toevoegen 220 extra oefeningen (Exercise Assistant - Fitness)		X
• Toevoegen 300 extra oefeningen (Exercise Assistant - Fysiofitness)		X
• Toevoegen eigen beeldmateriaal (digitale foto's)		X
• Kopieerfunctie beeldmateriaal		X
• Samenstellen eenmalige trainingsschema's/oefenprogramma's	X	X
• Toevoegen onbeperkt aantal trainingsschema's / oefenprogramma's aan schemadatabases	X	X
• Combineren alle mogelijke trainingsvormen (weerstand, vibratietraining, etc.) binnen één trainingsschema / oefenprogramma	X	X
• Wijzigen volgorde oefeningen in een trainingsschema / oefenprogramma	X	X
• Vervangen/toevoegen oefeningen in een trainingsschema / oefenprogramma	X	X
• Wijzigen namen trainingsschema's / oefenprogramma's	X	X
• Verwijderen trainingsschema's / oefenprogramma's	X	X
• Zoekfunctie oefenstof door hoofdgroepen	X	X
• Koppelen vaste layout aan trainingsschema's / oefenprogramma's		X
• Invoer ongepersonaliseerde basisschema's	X	X
• Invoer vrije titel ongepersonaliseerde basisschema's	X	X
• Wijzigen ongepersonaliseerde basisschema's		X
• Personaliseren ongepersonaliseerde basisschema's (toekennen van naam en tijdsduur)		X
• Weeklijstformulier ongepersonaliseerde basisschema's	X	X
• Verwijderen ongepersonaliseerde basisschema's	X	X
• Wijzigen, verwijderen, uitbreiden trainingsniveaus		X
• Wijzigen, verwijderen, uitbreiden trainingsdoelstellingen		X
• Toekennen trainingsniveau per oefening		X
• Wijzigen, verwijderen, uitbreiden waardenbeheer (sets, reps en pauze)		X
• Activeren geavanceerde trainingsdoelstellingen (HIT, snelkracht, explosieve kracht, etc)		X
• Wijzigen 1RM boom voor berekeningen submaximaaltestmethode		X
• Wijzigen krachtniveaus		X
• Invoer namen begeleiders/ accountmanagers		X
• Instellen standaardwaarden (primaire weergave) persoonsdata		X
• Instellen standaardwaarden (primaire weergave) cardio-oefeningen		X
• Aanmaken eigen schemadatabases		X
• Hernoemen eigen schemadatabases		X
• Verwijderen eigen schemadatabases		X
• Trainingsschema's verplaatsen tussen schemadatabases		X
• Aanmaken eigen persoonsdatabases		X

Functie	Start	Pro
• Hernoemen eigen persoonsdatabases		X
• Verwijderen eigen persoonsdatabases		X
• Personen verplaatsen tussen persoonsdatabases		X
• Personen verplaatsen tussen persoonsdatabases		X
• Importeren NAW gegevens en pasfoto's uit BOSS, Cashline, Coach, Delcom, DEWI, Fitman, Full Tech/Control plus, Logifit, Luxis, M2R, Partner, etc.		X
• Importeren NAW gegevens uit Intramed, RAAM, Fysior, Fysiologic, etc.		X
• Koppeling instellingen naar meerdere externe programma's tegelijk.		X

Beeldmateriaal

De illustraties van de oefeningen in de trainingsschema's/oefenprogramma's worden ontwikkeld door een 3D-animatiestudio. Van alle oefeningen wordt zowel de begin- als eindhouding weergegeven. Uitsluitend relevante oefeningen zijn geselecteerd door de inhoudsdeskundigen van Health Software. Geen kaf onder het koren. Desgewenst kunt u het beeldmateriaal eenvoudig en nagenoeg onbeperkt uitbreiden.

Functie	Start	Pro
• Circa 120 relevante fitness gerelateerde oefeningen (Module Fitness Basic)	X	X
• Circa 30 relevante cardio gerelateerde oefeningen voor indoor, outdoor en lesconcepten (Module Fitness Basic)	X	X
• Merkspecifieke oefenstof van o.a. Technogym, Life Fitness, Precor, Gym80, Matrix, Hi-Power, Panatta		X
• Circa 400 relevante fitness en fysiotherapie gerelateerde oefeningen (Exercise Assistant - Fysiofitness)	X	X
• Zie verder op gedetailleerde uitleg per specifieke module	X	X

Gebruik

Het gebruik van de programmatuur is ingedeeld in een aantal algemene gebruikersfuncties: het onderdeel persoonsdata, toekennen trainingsschema, aanpassen trainingsdata en eindresultaat.

Functie	Start	Pro
• Onbeperkte invoer aantal klanten	X	X
• Centrale persoonsdatabase alle programma's	X	X
• Zoekfunctie personen		X
• Zoekfunctie trainingsschema's/oefenprogramma's		X
• Functie verwijderen persoonsdata	X	X
• Functie opvragen/printen reeds samengestelde individuele trainingsschema's / oefenprogramma's	X	X
• Uitvoerige geïntegreerde manual	X	X
• Handboek illustraties oefeningen		X
• Handboek illustraties + uitlegtekst oefeningen		X
• Weeklijstfunctie: overzichtlijst nieuw te verstrekken trainingsschema's/ oefenprogramma's	X	X
• Toegangscode opstarten programmatuur		X

Functie	Start	Pro
• Toegangscode instellingen		X
• Toegangscode schemabeheer		X

Gebruik- Persoonsdata
U start het samenstellen van een trainingsschema / oefenprogramma met het selecteren van een cliënt

Functie	Start	Pro
• Weergave klantnummer/lidmaatschapsnummer		X
• Selectie naam accountmanager		X
• Selectie naam begeleider		X
• Selectie krachtniveau klant		X
• Selectie trainingsfrequentie per week	X	X
• Selectie dagen trainingsschema/oefenprogramma	X	X
• Selectie individueel trainingsniveau	X	X
• Selectie tijdsduur trainingsniveau	X	X
• Printen certificaat na volbrengen trainingsniveau		X
• Selectie algemene trainingsdoelstelling: automatische berekening sets, reps, pauze voor alle spierregio's / extremiteiten	X	X
• Selectie specifieke trainingsdoelstelling per spierregio: automatische berekening sets, reps, pauze per spierregio/extremiteit	X	X
• Invoer vrije tekst		X
• Selectie specifieke gepersonaliseerde titel trainingsschema/ oefenprogramma	X	X
• Selectie informatieblok/algemene toelichting	X	X
• Selectie layout trainingsschema/oefenprogramma	X	X
• Selectie huisregels		X
• Selectie aanwezigheid/tevredenheid registratietabel		X
• Selectie spaarpuntentabel		X
• Invoersectie sporthistorie	X	X
• Invoersectie medische historie	X	X
• Invoersectie bijzonderheden	X	X
• Invoer communicatiegegevens klant. (adres, telefoonnummers, e-mailadressen). Deze gegevens kunnen ook direct geïmporteerd worden vanuit alle merken ledenadministratiesoftware.	X	X
• Vervangen persoonsdata velden alle klanten		X

Gebruik- Toekennen trainingsschema

Functie	Start	Pro
• Toekennen trainingsschema / oefenprogramma uit schemadatabase	X	X
• Wijzigen bestaand trainingsschema voor toekennen	X	X
• Aanmaken nieuw trainingsschema	X	X

Gebruik- Aanpassen trainingsdata (spreadsheet)

Functie	Start	Pro
• Selectie doelstelling cardio-oefening	X	X
• Functie uitschakelen cardio-oefening	X	X
• Invoer individuele uitlegtekst cardio-oefening	X	X
• Invoer individuele waarden cardio-oefening	X	X
• Individueel afwijken van waardenbeheer (sets, reps, pauze)	X	X
• Invoer individuele toestelinstellingen	X	X
• Invoer trainingsgewichten handmatige methode	X	X
• Automatisch bepalen trainingsgewichten krachtniveaumethode		X
• Invoercontrole trainingsgewichten	X	X
• Automatische berekening 1RM n.a.v. handmatig ingevoerde trainingsgewichten.	X	X
• Automatisch herberekenen trainingsgewicht bij wijzigen trainingsdoelstelling	X	X
• Automatische berekening 1RM gewicht nav submaximaaltest waarden.	X	X
• Automatische berekening trainingsgewicht gerelateerd aan doelstelling	X	X
• Automatische afronding trainingsgewicht gerelateerd aan apparatuurinstellingen.	X	X

Gebruik- Eindresultaat

Functie	Start	Pro
• Printvoorbeeld	X	X
• Functie direct aanpassen waarden printvoorbeeld		X
• Functie e-mailen trainingsschema/oefenprogramma naar consument (indien gewenst per trainer)		X
• Functie uploaden trainingsschema/oefenprogramma naar Pharmeon website		X

Module Management

De mate van persoonlijke aandacht is een bepalende factor voor het bevorderen van de klantenbinding. Iedere begeleider dient te beschikken over relevante informatie van de klant. Hobby's, sporthistorie, medische historie, enzovoorts. Health Software heeft in samenwerking met diverse topmanagers de Module Management ontwikkeld. Met de Module Management kan de algemene en sportmedische intake uiterst professioneel uitgevoerd worden. Alle data wordt direct in de computer opgeslagen. Als gebruiker kunt u alle keuzemogelijkheden in de Module Management uiteraard weer geheel zelfstandig en naar eigen inzicht wijzigen.

Persoonsdata divers

Functie	Start	Pro
• Invoer hoofd en subdoelstellingen klant		
• Invoer beoefening overige sporten		
• Invoer sportniveaus		
• Invoer overige activiteiten binnen het sportcentrum		
• Invoer hobby's		
• Invoer lidmaatschap via bedrijf / organisatie		
• Invoer beroep		
• Invoer burgerlijke staat		

Medische historie

Functie	Start	Pro
• Invoer aandoeningen		
• Invoer blessures per gewricht		
• Invoer lichaamsvreemde materialen		
• Invoer medicijngebruik		
• Invoer gegevens huisarts		
• Invoer gegevens behandeld specialist		
• Invoer gegevens behandelend paramedicus		
• Invoer rookgedrag		
• Invoer dieetgedrag		
• Invoer zwangerschap		

Marketing

Functie	Start	Pro
• Invoer reden lidmaatschap		

Contactmanagement

Functie	Start	Pro
• Invoer onbeperkt aantal klantcontacten (naam begeleider, datum, tekstinvoer)		
• Functie wijzigen klantcontacten (naam begeleider, datum, tekstinvoer)		
• Overzichtlijst contactmomenten per klant		
• Overzichtlijst contactmomenten per begeleider		
• Overzichtlijst contactmomenten per tijdseenheid		

Afsprakenmanagement

Functie	Start	Pro
• Invoer onbeperkt aantal afspraken (naam begeleider, datum, tijdstip, type afspraak, tekstinvoer)		
• Overzichtlijst afspraken per klant		
• Overzichtlijst afspraken per begeleider		
• Overzichtlijst afspraken per tijdseenheid		
• Functie wijzigen afspraken		

Weeklijst

Functie	Start	Pro
• Weeklijstfunctie: overzicht afspraken		

Module Cardio Methodiek

Met de Module Cardio Methodiek worden de waarden direct voor iedere afzonderlijke training berekend. De instructeur bepaalt op welke combinatie van variabelen hij de klant wil laten trainen, zoals tijd, afstand, level en hartslagfrequentie. Tot een combinatie van vijf variabelen per oefening. Via een per variabele te bepalen stapgrootte en methodiek worden de waarden voor iedere cardio-oefening berekend. De instructeur kan in een handomdraai het meest geavanceerde cardiovasculaire trainingsschema samenstellen. Dankzij de weergave van de methodische opbouw kan de klant ieder willekeurig cardiotoestel direct correct instellen én een optimaal resultaat uit de trainingen behalen.

Functie	Start	Pro
• Invoer tot 5 trainingsvariabelen per cardio oefening		
• Invoer specifieke stapgrootte per trainingsvariabele		
• Invoer specifieke opbouwmethodiek per trainingsvariabele		
• Keuze uit circa 15 opbouwmethodieken		
• Automatische berekening waarden tot 15 trainingen		

Module Piramide Methodiek

Met behulp van de module piramide methodiek kunt u per trainingsdoelstelling een groot aantal piramidevarianten verwerken in de oefenprogramma's. Per trainingsdoelstelling zijn door bewegingswetenschapper drs. Paul Lammers een groot aantal relevante piramidevarianten geselecteerd.

Functie	Start	Pro
• Uitgebreid kennissysteem piramidevarianten per trainingsdoelstelling		
• Aanvullen/wijzigen kennissysteem piramidevarianten tot 15 varianten per doelstelling		
• Piramidevarianten van 3 tot 8 sets		
• Vrije keuze piramidevariant per afzonderlijke oefening		
• Automatische berekening trainingsgewichten aan de hand van submaximaaltest		

Module Krachtopbouw Methodiek

Met de Module Krachtopbouw Methodiek kunt u het trainingsgewicht voor de klant laten opbouwen met een unieke stapgrootte en opbouwmethodiek

Functie	Start	Pro
• Invoer specifieke stapgrootte per trainingsgewicht		
• Invoer specifieke opbouwmethodiek per trainingsgewicht		
• Keuze uit circa 15 opbouwmethodieken		
• Automatische berekening waarden tot 15 trainingen		
• Automatische berekening trainingsgewichten aan de hand van submaximaaltest		

Module Fitness Advanced

De Module Fitness Advanced biedt een uitbreiding van het aantal illustraties voor gevorderden. De uitsluitend relevante oefeningen zijn geselecteerd door bewegingswetenschapper Paul Lammers. Iedere oefening is voorzien van een illustratie in begin en eindhouding. Iedere oefening is tevens voorzien van een tekstuele toelichting. De toelichting kunt u uiteraard weer eenvoudig aanpassen (pro).

Functie	Start	Pro
• Circa 135 vrije oefeningen (dumbbells, pulleys, barbells, body), inclusief uitlegteksten		

Picturemodules woman

Functie	Start	Pro
• Automatische selectie illustraties vrouwelijk model naar aanleiding van geslacht klant.		

Module Fysiofitness

De fysiofitness modules bevatten uitsluitend relevante oefenstof welke geselecteerd is door onze werkgroep fysiotherapie. Iedere oefening is voorzien van een illustratie in begin en eindhouding en voorzien van een tekstuele toelichting. De toelichting kunt u uiteraard weer eenvoudig naar eigen inzicht aanpassen. Tevens is iedere module voorzien van voorbereekte protocollen van oefenprogramma's.

Functie	Start	Pro
• Circa 160 oefeningen met het eigen lichaam (kracht, mobilisatie en coördinatie), inclusief uitlegteksten		
• Circa 60 free weight oefeningen, inclusief uitlegteksten		
• Circa 40 pulley oefeningen (enkele en dubbele pulley), inclusief uitlegteksten		
• Circa 40 equipment oefeningen, inclusief uitlegteksten		
• Database oefenprogramma's afgeleid van KNGF Richtlijn en behandelplannen Fysioroadmap		

Module Fysiofitness Exercise Ball

In samenwerking met inhoudsdeskundige Tenny van den Berg heeft Health Software de Module Exercise Ball ontwikkeld.

Functie	Start	Pro
• Circa 60 exercise ball oefeningen met het eigen lichaam, inclusief uitlegteksten (Module Exercise Ball Resistance in ontwikkeling)		
• Database voorbeeldschema's		
• Eenvoudig combineren met iedere andere oefenvorm.		

Module Fysiofitness BodyBow

Health Software heeft in samenwerking met Body Bow Holland de Module FysioFitness BodyBow ontwikkeld.

Functie	Start	Pro
• Module Bodybow: circa 35 Bodybow oefeningen, inclusief uitlegteksten (freeware = gratis)		
• Database voorbeeldschema's		
• Eenvoudig combineren met iedere andere oefenvorm.		

Modules Fysiofitness BOSU Balance Trainer en BOSU Balance Trainer Advanced

In samenwerking met Herral Meijers importeur van de BOSU Balance Trainer en de daaraan verbonden inhoudsdeskundige Geert van Poppel (BOSU Mastertrainer) is de Module FysioFitness BOSU Balance Trainer ontwikkeld.

Functie	Start	Pro
• Module BOSU Balance Trainer: circa 75 BOSU oefeningen, inclusief uitlegteksten (freeware = gratis)		
• Module BOSU Balance Trainer Advanced: circa 50 zeer uitdagende BOSU oefeningen, inclusief uitlegteksten		
• Database voorbeeldschema's		
• Eenvoudig combineren met iedere andere oefenvorm.		

Module Fysiofitness Trampoline

In samenwerking door de Health Software werkgroep fysiotherapie is de module Fysiofitness Trampoline ontwikkeld

Functie	Start	Pro
• Module Trampoline: circa 15 trampoline oefeningen, inclusief uitlegteksten		
• Database voorbeeldschema's		
• Eenvoudig combineren met iedere andere oefenvorm.		

Module Fysiofitness Exercise Band

In samenwerking met Theraband mastertrainer Geert van Poppel is de Module Fysiofitness Exercise band ontwikkeld

Functie	Start	Pro
• Module Exercise Band: circa 10 exercise band/dynaband oefeningen, inclusief uitlegteksten (wordt uitgebreid naar circa 90 oefeningen)		
• Database voorbeeldschema's		
• Eenvoudig combineren met iedere andere oefenvorm.		

Module Vibration

In samenwerking met diverse inhoudsdeskundigen is de Module Vibration ontwikkeld. De Module Vibration is geschikt voor ieder merk horizontale trilplaat. De vibratie oefeningen zijn met iedere andere oefenvorm te combineren in hetzelfde trainingsschema/oefenprogramma. De module Vibration bevat voorbereekte protocollen van trainingsschema's/oefenprogramma's.

Functie	Start	Pro
• Circa 90 relevante oefeningen, inclusief uitlegteksten		
• Database voorbeeldschema's		
• Eenvoudig combineren met iedere andere oefenvorm.		

Module Galileo

In samenwerking met Galileo2000 en inhoudsdeskundige Richard Spiering is de Module Galileo ontwikkeld.

Functie	Start	Pro
• Circa 90 relevante oefeningen, inclusief uitlegteksten		
• Database voorbeeldschema's		
• Eenvoudig combineren met iedere andere oefenvorm.		