



AdmiQ

Snabb Guide

Uppdaterad version 20140706

Medlemmar & Pulsbälten

E post används för att skicka Individuella Tränings Rapporter och ladda upp till Movescount. Måste vara unik.

Om ikryssad skickas Individuell Tränings Rapport till angiven e-postadress

Maxpulsen är viktig att ställa in korrekt för att träningen ska bli rätt och effektiv

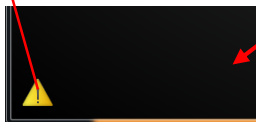
Aktivitets Nivå (AN) definierar hur ofta medlemmen tränar och är beståndsdel i beräkningarna.

Sensor-ID måste vara unikt och ett giltigt iQniter Sensor-ID

Indikation syns i nedre vänstra hörn ifall AdmiQ startades off-line (t.ex. om internet är tillfälligt nere). AdmiQ förblir off-line till en omstart görs.

Indikerar att deltagaren är instruktör. Den första deltagaren som checkar in visas som instruktör (grön cirkel) på gruppsskärmen. Notera: Instruktör kan enkelt ändras genom att klicka på annan deltagare på Instruktörsskärm

Sensor ID	Email	Feedback	First Name	Last Name	Nickname	Birth Date	Gender	HR max	Weight	Height	Activity	Instructor
90000007	ann.nilsson@gmail.com	<input checked="" type="checkbox"/>	Ann	Nilsson	Ann	4/8/1975	Female	180	106	5'07"	6	<input checked="" type="checkbox"/>
90000008		<input type="checkbox"/>	Beth	Ruber	Beth	4/23/1996	Female	211	121	6'00"	8.5	<input type="checkbox"/>
90000011		<input type="checkbox"/>	Brian	Stone	Brian	11/18/1989	Male	180	179	6'00"	7	<input type="checkbox"/>
90000005		<input type="checkbox"/>	Bush	Katie	Katie	4/15/1963	Female	184	121	6'00"	6	<input type="checkbox"/>
90000003		<input type="checkbox"/>	Charlot	Hemmington	Charlot	4/30/1991	Female	180	132	6'03"	6	<input type="checkbox"/>
90000012		<input type="checkbox"/>	Heather	Wilson	Heather	10/26/1980	Female	181	180	6'00"	8	<input type="checkbox"/>
90000006		<input type="checkbox"/>	John	Cash	John	2/21/1974	Male	202	174	5'10"	5	<input type="checkbox"/>
90000009		<input type="checkbox"/>	Kelly	Peters	Kelly	4/2/1997	Female	180	126	5'09"	8	<input type="checkbox"/>
90000010		<input type="checkbox"/>	Lisa	Hemmington	Lisa	3/11/1988	Female	192	132	6'00"	9	<input type="checkbox"/>
90000004		<input type="checkbox"/>	Mona	Summer	Mona	8/22/1972	Female	188	128	5'06"	8.5	<input type="checkbox"/>
90000001		<input type="checkbox"/>	Sally	Andersson	Sally	1/21/1969	Male	210	190	6'03"	6	<input checked="" type="checkbox"/>
90000002		<input type="checkbox"/>	Thomas	Gray	Thomas	2/22/1980	Male	185	176	6'01"	7	<input type="checkbox"/>



Hjälp knapp

Sök medlem

Exportera bälte och medlemsdata till fil

Editera valda medlems uppgifter

Radera valda medlems uppgifter

Nytt bälte och medlemsuppgifter

Redigera Medlem & Pulsbälten

Att skapa nya eller redigera medlem och bältes information är inte möjligt off-line.

Indikerar att deltagaren är instruktör. Om ikryssad visas deltagaren som instruktör (grön prick) på grupp skärmen..

En påminnelse för AdmiQ användaren att informera medlemmen om att medlem och bältes information laddas och sparas i iQniter molntjänst. Måste kryssas i för att informationen ska sparas!

Måste vara ikryssad och med en giltig e-postadress så deltagaren kan ta emot Individuell Tränings Rapport

E-post adress som används för ta emot Individuell Tränings Rapport samt och ladda upp till Movescount

Smeknamn/alias (max 10 tecken) som visas på Grupp Skärm.

Beräknar max puls från kön och ålder

Member Belts

Edit Heart Rate Belt

Sensor Id: 9000007

Email: ann.nilsson@gmail.com

Email Coach: ann.coach@yahoo.com

Feedback:

First Name: Ann

Last Name: Nilsson

Nickname: Ann

Gender: Female

Birth Date: 4/8/1975

HR Max: 180

Weight: 106 lbs

Height: 5'07" feel/inches

Activity Level: 6 - Heavy exercise, regularly 1-3 hours per week

Instructor:

Member Informed:

Belt Registration: iQniter Fitness

Buttons: Save, Cancel

Registrering datum och plats. För pekaren över text och ett verktygstips visar när medlem och bälte skapades och ändrats.

Ny Medlem & Pulsbälte

Att skapa nya eller redigera medlem/bältes information är inte möjligt off-line..

Om ett redan skapat bälte på nytt läggs in kommer "Nytt puls bälte" växla till "Redigera bälte "för att redigera hittat bälte. Detta indikeras av texten under Sensor-ID samt som pop up text längs ned i dialogrutan.

Member Belts

New Heart Rate Belt

Sensor Id

Email

Email Coach

Feedback

First Name

Last Name

Nickname

Gender

Birth Date

HR Max

Weight lbs

Height feet/inches

Activity Level

Instructor

Member Informed

Belt Registration



Member Belts

Edit Heart Rate Belt

Sensor Id

Member belt already created in this club

Email

Email Coach

Feedback

First Name

Last Name

Nickname

Gender

Birth Date

HR Max

Weight lbs

Height feet/inches

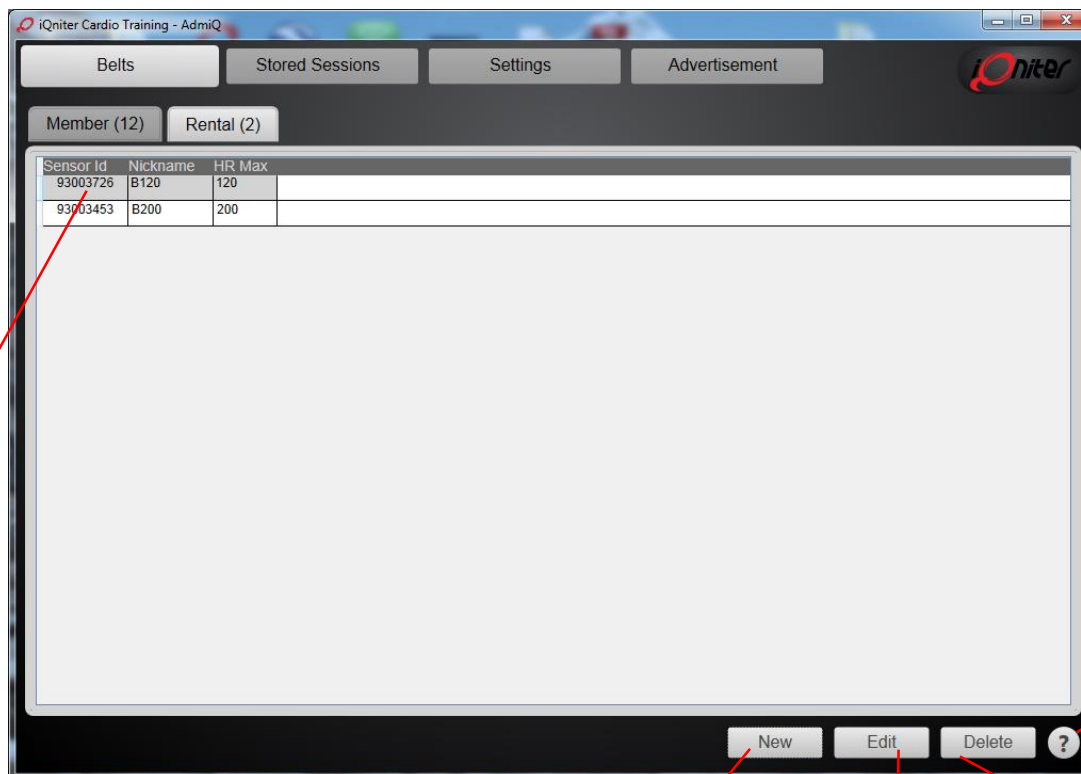
Activity Level

Instructor

Member Informed

Belt Registration

Hyra alternativt ”prova på bälte”



Sensor-ID måste vara ett unikt och ett giltigt iQniter Sensor-ID

Hjälp knapp

Radera vald uppgift

Redigera vald uppgift

Nya uppgifter

Lagrade pass (Historik)

Välj pass för att visa

Skicka feedback för valda pass

Välj deltagare för att visa

The screenshot shows the 'Stored Sessions' section of the iOniter Cardio Training Admin interface. It features two tables: 'Sessions' and 'Participants'. The 'Sessions' table lists three sessions with columns for Start Time, Session, Duration, Participant, Instructor, and Feedback Sent. The 'Participants' table lists participants for a specific session, with columns for Instructor, Start Time, Name, Nickname, and Feedback Sent. Below the tables are buttons for 'Delete', 'Send Feedback', 'Send to Email', and 'Send Feedback'. At the bottom, there are two charts: 'Training Efficiency for Each Participant - Average 2.4' and 'Time in Training Zones Heart Rate (Average): 83%'. The interface also includes navigation tabs for 'Belts', 'Stored Sessions', 'Settings', and 'Advertisement'.

Start Time	Session	Duration	Participant	Instructor	Feedback Sent
8/6/2013 5:08:58 PM	BasiQ	08:51	12	Sally Andersson	<input type="checkbox"/>
8/6/2013 4:32:12 PM	BiQing	11:34	12	Sally Andersson	<input type="checkbox"/>
8/6/2013 4:28:53 PM	BasiQ	01:06	12	Sally Andersson	<input type="checkbox"/>

Instructor	Start Time	Name	Nickname	Feedback Sent
<input type="checkbox"/>	8/6/2013 5:08:58 PM	Charlot Henderss	Charlot	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	8/6/2013 5:08:58 PM	Brian Stone	Brian	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	8/6/2013 5:08:58 PM	Heather Wilson	Heather	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	8/6/2013 5:08:58 PM	Ann Nilsson	Ann	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	8/6/2013 5:08:58 PM	Kelly Peters	Kelly	<input type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/>	8/6/2013 5:08:58 PM	Sally Andersson	Sally	<input type="checkbox"/>

Ta bort historik för valda pass inklusive tillhörande deltagares historik

Skicka Tränings rapport till valda deltagare

Skicka Tränings Rapport till specificerad e-post för vald deltagare

Rapportens utseende beror på valda pass eller valda deltagare

Inställningar – Information


Klubbens logotyp visas på grupp skärm
och på Individuella Tränings Rapporter

Klubb Information ska hållas uppdaterad.

iQniter Cardio Training - Admin

Belts Stored Sessions Settings Advertisement

Information General Training Zones Texts

Logo  Select Delete

Club Name iQniter Fitness

Address

Zipcode

State

City

Country

Contact Information

Phone

Email

License key xxxxx

Created 8/6/2013 2:43:39 PM

Modified 8/6/2013 6:01:45 PM

Save Cancel ?

Inställningar – Allmänt

Välj önskat språk. AdmiQ måste startas om.
Det valda språket används i alla enheter
som använder iQniter Pulsmätning

Om ikryssad, kan en svarsmail adress anges.
Detta blir då avsändaradress som syns på de
skickade Individuella Tränings Rapporterna.

Välj mät system

Lagrade pass äldre än
den valda perioden
kommer automatiskt
tas bort.

En eller flera
e-postadresser kan
specificeras som
mottagare av
(Instruktör)
Sammanställnings
Rapport

iQniter Cardio Training - AdmiQ

Belts Stored Sessions Settings Advertisement

Information General Training Zones Texts

Language English (United States)

iQniter Cardio Training must be restarted to take the selected language into effect.

Measurement Code Imperial

Determines how participant height and weight is shown. Conversion is done automatically to existing participant's data.

Session Storage Period 30

Session history older than Session Storage Period are automatically deleted.

Test Internet Connections Test

Email Reply Address do-not-reply@iqnitterservice.com

The reply address to which the receiver can respond when iQniter Cardio Training sends E-mails (if not checked do-not-reply@iqnitterservice.com is used).

Copy email address for Instructor Summary Report

After finished sessions, automatically generated Summary Reports are also sent to this email address(es). More email addresses may be specified separated by semi-colon ';' or comma ','.

Save Cancel ?



Tryck på knappen för att
testa Internet-anslutningar

Inställningar - träningszoner (klubb anpassning)

Puls skalor
(automatiskt beräknad)

Ställ in övre gräns för träningszon

Ställ in färg på skalor

Ställ in textfärg

Undre gräns för
träningszon
(automatiskt
beräknad)

Text relaterad till
träningszon.

Name	Scale	Min HR (%)	Max HR (%)	Color (Scale)	Color (Text)
Extremely Hard	5	91	100	Red	
Hard	4	81	90	Orange	
Moderate	3	71	80	Yellow	
Easy	2	61	70	Green	<input checked="" type="checkbox"/>
Very Easy	1	0	60	Blue	

Lägg till ny Tränings Zone

Radera vald Tränings zon

Återställ till standard Tränings zoner

Spara Tränings zoner

Inställningar - Texter på rapporter och Grupp Skärm

Information Text
Visas på Grupp
Skärm. Texten kan
växlas på/av med
användning av
knappen i
Instruktörsvyn.

Text som läggs till
alla e-post
meddelanden för
(Instruktör)
Sammanställnings
Rapport

Text som läggs till
alla e-post
meddelanden för
Individuella
Tränings Rapporter

iQniter Cardio Training - AdminQ

Belts Stored Sessions Settings Advertisement

Information General Training Zones Texts

Information screen
This is shown on the information screen when selected by instructor

Welcome!

Instructor Summary Email
Instructors will receive an email with this text after the session is ended

Hi, this is your latest training session as instructor.....

Individual Training Email
Participants will receive e-mail with this text after the session is ended

Hi, thank you for participating in iQniter Cardio Training....

Save Cancel ?

Förslag på text att lägga in i mailet med träningsrapport till er medlem
Hej medlem!
Bifogar sammanfattningen av det senaste pulsträningspasset hos oss. Vi hoppas att Du hade ett trevligt pass och är nöjd med resultatet.

Registrera dig för ett gratis konto på www.movescount.com, så får du en egen träningsdagbok online där all träning du gör med Suunto/iQniter pulsbalte lagras automatiskt.

Använd samma e-post adress som denna, har du frågor hjälper vi Dig gärna!

Vi önskar Dig fortsatt bra träning och påminner om att den bästa träningen är den som får dig att vilja träna igen!

Med vänliga hälsningar

NAMN PÅ ANLÄGGNINGEN

Annons modul

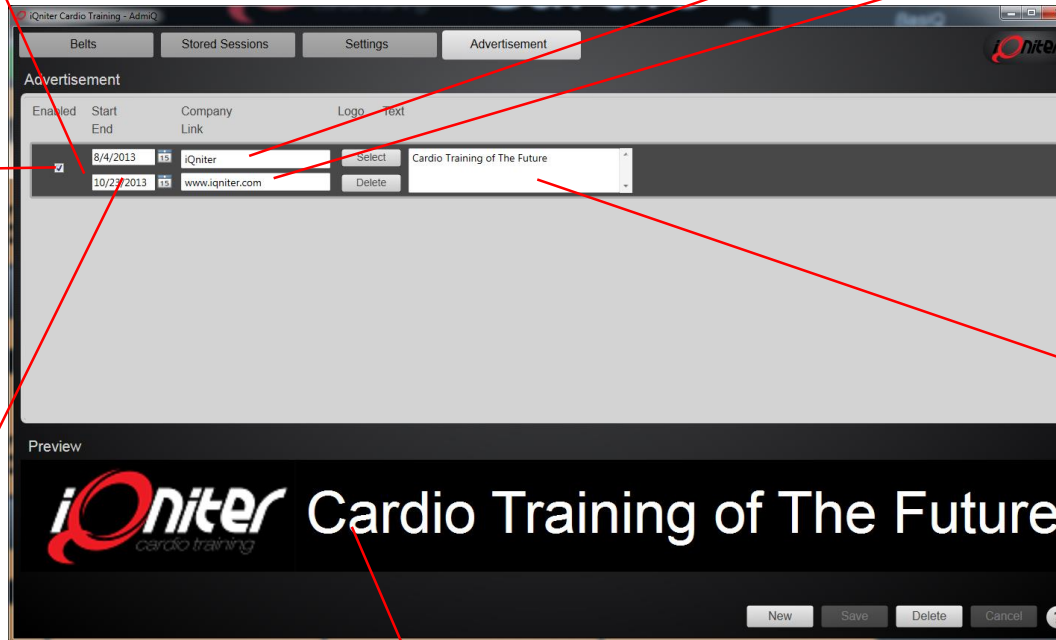
Aktiva annonser visas i rotation på Grupp Skärm efter avslutat pass.
En annons är aktiv om den är aktiverad och aktuellt datum är inom Startdatum och Slutdatum.
Alla aktiva annonser kommer att synas i nederkant på Individuell Tränings Rapport.
Max 3 annonser kan vara aktiva samtidigt.

Företagsnamn som visas tillsammans med vald logotyp i nederkant av Individuell Tränings Rapport (visas INTE på Grupp Skärm).

Länk (URL) som visas tillsammans med logotyp i nedre kant av Individuell Tränings Rapport (visas INTE på Grupp Skärm).

Om ikryssad aktiveras annonsen. Max 3 annonser kan aktiveras på samma gång.

Startdatum och Slutdatum för Annons



Text som ska visas tillsammans med logotyp på Grupp Skärm (visas INTE på Individuell Tränings Rapport).

Förhandsgranskning av den valda annonsen så som den kommer se ut på Grupp Skärmen

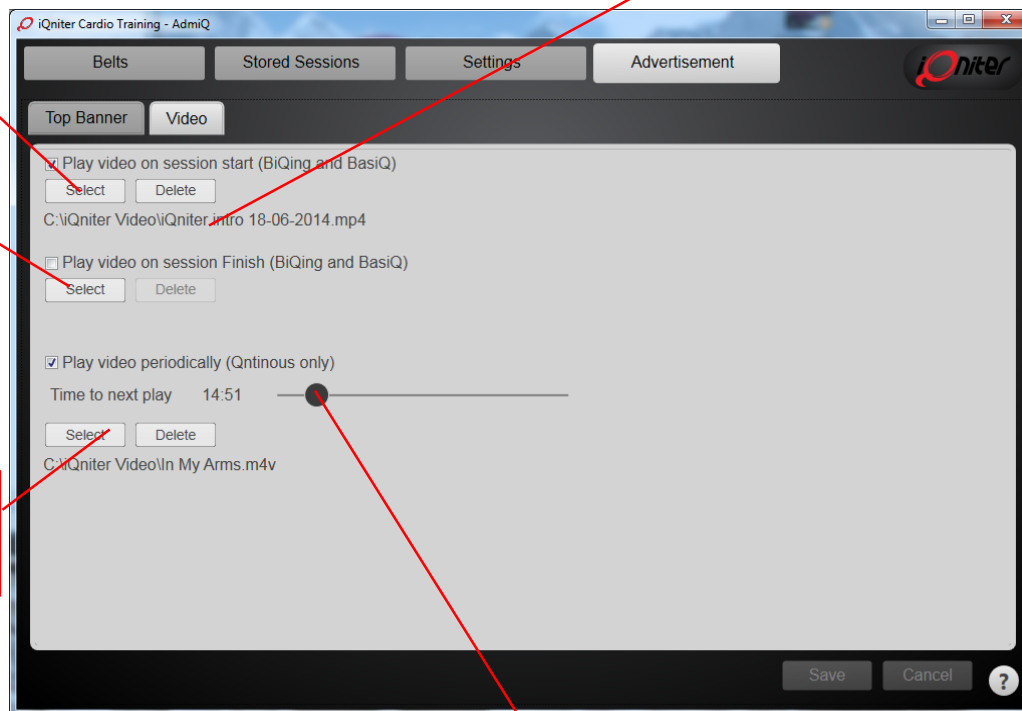
Annonsmodul – Video. Kräver BiQing modulen (tilläggs licens)

Välj video att spela vid start av pass. Gäller för BasiQ och BiQing läge.

Sökväg till videofilen

Välj video att spela vid passets slut. Gäller för BasiQ och BiQing läge.

Välj video att spela flera återkommande Endast i Qntinous läge.



Välj tid för nästa uppspelning av video