

**Инструкция по эксплуатации
ПО «Фитнес-трекер модуль 1»**

Аннотация

Настоящий документ содержит информацию, необходимую для эксплуатации ПО «Фитнес-трекер модуль 1», в том числе описание ПО, информацию о назначении ПО, описание основных компонентов платформы и действий, которые пользователь может выполнять при помощи платформы.

Содержание документа

Аннотация	2
Содержание документа	3
1. Описание и назначение ПО	4
2. Процесс запуска ПО	5
3. Основные компоненты пользовательского интерфейса	6
4. Процесс завершения работы с ПО	7
5. Безопасность и рекомендации	8
6. Контакты	9

1. Описание и назначение ПО

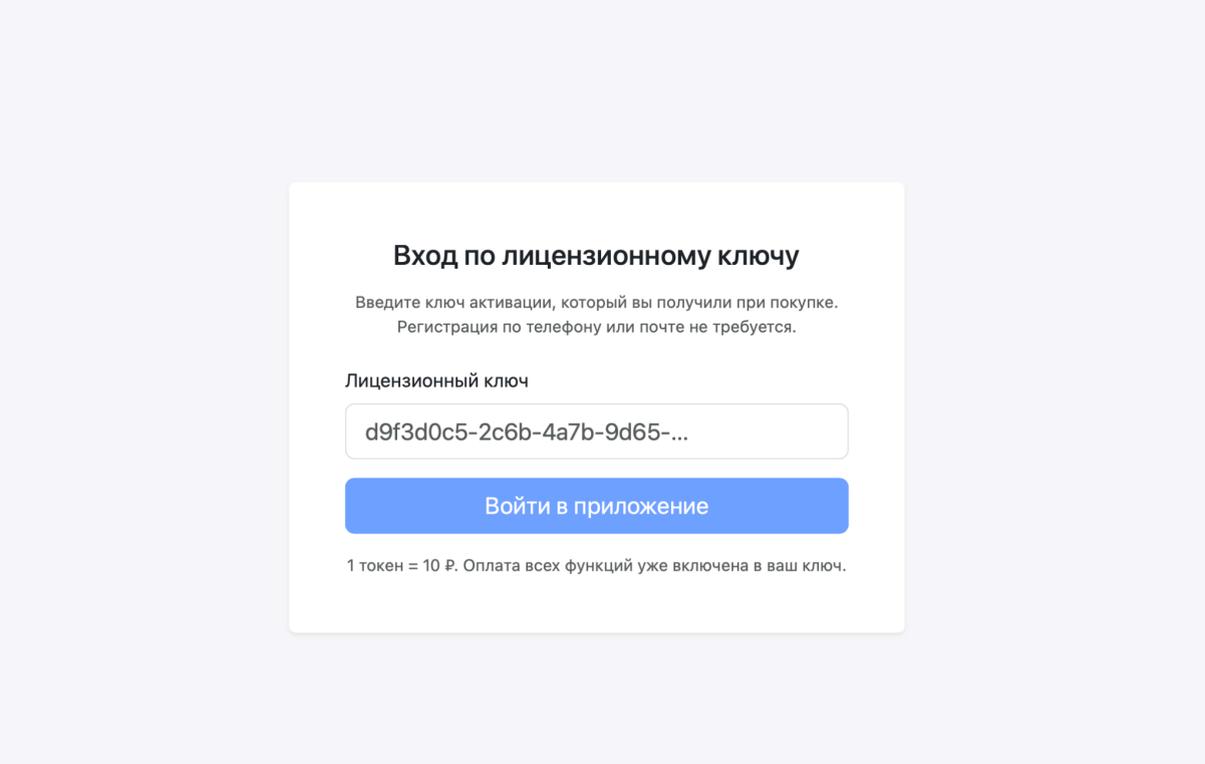
ПО «Фитнес-трекер модуль 1»(далее — программа, ПО) — программа для сохранения параметров тренировок (вид активности, длительность, нагрузка) в цифровом дневнике.

Функциональные возможности ПО:

- создание тренировок;
- отслеживание истории тренировок;
- анализ активности.

2. Процесс запуска ПО

1. Для получения доступа к ПО пользователь должен перейти по ссылке <https://fitneskvantum.ru>.
2. Далее ввести лицензионный ключ, который был направлен ранее по адресу электронной почты (рис. 1).
3. После чего нажать кнопку «Войти в приложение».



The image shows a login screen for an application. The title is "Вход по лицензионному ключу" (Login by license key). Below the title, there is a message: "Введите ключ активации, который вы получили при покупке. Регистрация по телефону или почте не требуется." (Enter the activation key you received at purchase. Registration by phone or email is not required). There is a label "Лицензионный ключ" (License key) above a text input field containing the key "d9f3d0c5-2c6b-4a7b-9d65-...". Below the input field is a blue button with the text "Войти в приложение" (Login to application). At the bottom, there is a note: "1 токен = 10 ₽. Оплата всех функций уже включена в ваш ключ." (1 token = 10 rubles. Payment for all functions is already included in your key).

Рисунок 1

3. Основные компоненты пользовательского интерфейса

Пользовательский интерфейс представлен в виде следующих вкладок (рис. 2):

1. Панель (основная страница ПО, которая позволяет создавать тренировки и просматривать их).
2. История тренировок (вкладка позволяет просматривать историю по тренировкам с указанием даты и времени, названия, категории тренировки и количества упражнений).

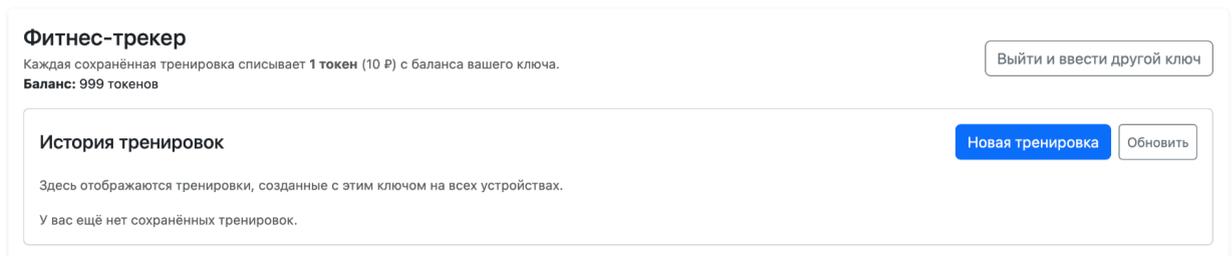


Рисунок 2

4. Процесс завершения работы с ПО

Для завершения работы с ПО пользователю необходимо нажать на кнопку «Выйти и ввести другой ключ», расположенную в правом верхнем углу (рис. 3).



Выйти и ввести другой ключ

Рисунок 3

5. Безопасность и рекомендации

- Никому не передавайте свой код доступа.
- Не сохраняйте код доступа в браузере на общедоступных компьютерах.
- Всегда завершайте работу, нажимая кнопку «Выйти», особенно при использовании чужого или рабочего компьютера.
- Для корректной работы рекомендуется не использовать устаревшие версии браузеров.

6. Контакты

Контакты технической поддержки:

E-mail: quantum_2025@bk.ru