

## Fiche technique – FiTracking

### Spécifications techniques, fonctionnalités détaillées, compatibilité et informations produit

---

#### Présentation générale

**FiTracking** est une application mobile de coaching sportif personnalisable, développée en Suisse. Elle accompagne les utilisateurs dans leur progression physique tout en réduisant les risques de blessure. L'application s'appuie sur les données biologiques, les signaux corporels, l'historique des performances et les préférences de l'utilisateur pour proposer des séances intelligentes, adaptées et évolutives.

---

#### Spécifications techniques

- **Nom complet** : FiTracking – Application de coaching intelligent
  - **Version actuelle en test fermés** : 1.0 (août 2025)
  - **Type de produit** : Application mobile de santé, sport et bien-être
  - **Développeur** : Serge Guerriero (FiTracking)
  - **Langue** : Français
  - **Taille de l'application** : Environ 35 Mo
  - **Plateforme supportée** : Android (iOS en cours de développement)
  - **Compatibilité** : Android 8.0 et versions ultérieures
  - **Abonnement** : 12 CHF / mois
  - **Téléchargement** : Disponible sur Google Play dès octobre 2025
-

## **Fonctionnalités principales**

- **Programmes d'entraînement intelligents** : personnalisés selon l'objectif, le niveau, le matériel, la durée disponible, et le profil utilisateur (âge, sexe, poids, taille, etc.)
  - **Prévention des blessures** : système intégré de signalement des douleurs musculaires avec conseils adaptés, recommandations, et blocage automatique des exercices à risque.
  - **Suivi de l'évolution corporelle** :
    - Photos de progression
    - Mensurations musculaires
    - Graphiques de métabolisme basal et complet
    - Comparaison avec des valeurs de référence
  - **Équilibre musculaire** : visualisation graphique de la balance entre les groupes musculaires pour éviter les déséquilibres et améliorer la posture.
  - **Planification des séances** : gestion du calendrier, notifications, et statut de chaque session (planifiée, en cours, manquée, etc.)
  - **Base de données d'exercices** :
    - +6000 exercices détaillés (texte + images)
    - Filtrage par groupe musculaire, matériel, niveau et objectifs
    - Phases de tempo personnalisables
  - **Interface utilisateur fluide et intuitive**, entièrement développée en Jetpack Compose
- 

## **Sécurité et confidentialité**

- Données stockées localement sur l'appareil
  - Aucune publicité, aucun traçage tiers
  - Politique de confidentialité conforme au RGPD et à la LPD suisse
  - Données exportables
-

## **Compatibilité**

- Fonctionne sur la plupart des smartphones Android (Samsung, Xiaomi, OnePlus, Google Pixel, etc.)
  - Interface responsive pour formats mobiles et tablettes
  - Version iOS prévue courant 2025 (via Kotlin Multiplatform)
- 

## **Support & contact**

- **Support technique** : [brevofittracking.app](mailto:brevofittracking.app)
- **Mise à jour prévue** : version 1.1 avec fonctionnalités sociales et partage de progression
- **Page officielle** : [www.fittracking.app](http://www.fittracking.app)