

自動的に種目別にカテゴライズ！シンプルなトレーニングライフログ「トレログ」をリリースしました。

記録すると自動的に種目別にカテゴライズされるトレーニングライフログ「トレログ」をリリースしました。トレーニングを記録することにより、数値の伸びの確認や、次のトレーニングメニューの作成に役立てることができます。スマホからも記録ができるので、紙のノートより記録が楽にでき、トレーニングの際の持ち運びにもかさばりません。

【開発の経緯】

トレーニングの記録をつけるという際は手帳やノートを用います。それらは使い始める際に日付別で記録するか、もしくは種目別で記録するか、どちらかの形式を選択する必要があります。トレログはその二者択一を解消し、ノートの自由さに、アプリケーションの便利さや手軽さをプラスすることをコンセプトに開発しました。

【トレログの主な機能・特徴】

・トレーニングのオートカテゴライズ機能

トレログはトレーニングを行った日を選び、記録していきます。記録すると、トレログが自動で種目別にカテゴライズしてくれます。これによりユーザーは行った種目のデータを記録するだけで、日付ごとにトレーニング記録を見ることと同時に、種目別に記録を見ることができます。

・種目ごとにセット数順、回数順などのソート機能

カテゴライズされた種目は、ベンチプレスなどの無酸素運動であれば取り扱った重量順、ジョギングなどの有酸素運動であれば距離順などに並べ替えができます。

・日付別ページにおける記録データの並べ替え機能

日付別ページでは、記録された種目は一つ一つのデータが”付箋”のように表示され、色がついている部分をドラッグ&ドロップすることで記録の並べ替えができます。記録をする順番を間違えた際に簡単に修正が可能です。

・ソーシャルメディアへの投稿機能

記録後は連携させているソーシャルメディアへの投稿がすばやくできます。

・統計情報の確認

月別のトレーニング日数の確認、有酸素運動、無酸素運動別の運動量の確認が可能です。

・使えば使うほど便利に！

トレログは手動記録型のライフログですが、一度でも記録した種目は、記録用のフォームから選択できるようになるので、使えば使うほどに記録が便利になっていくという特徴があります。

【トレログの使い方】

トレーニングの記録は、ログイン後、記録ボタンを押します。

次に、行ったトレーニングの種類で「無酸素運動（筋トレ）」「有酸素運動」のどちらかを選択します。

無酸素運動の場合は、

- ・ 種目名(必須)
- ・ 重量 (kg)
- ・ 回数
- ・ セット数
- ・ 備考

有酸素運動の場合は、

- ・ 種目名(必須)
- ・ 距離(メートル)
- ・ 時間 (分)
- ・ セット数
- ・ 備考

が設定できます。

トレーニング全般についての感想など、トレーニング以外の文章等を記録する場合、「コメント」を選択します。

データを入力後、記録する場合は記録ボタンをクリックすることで、記録されます。

フォームをすべてクリアしたい場合は、クリアボタンをクリックします。

トレーニングをした日の記録をtwitterやfacebookで共有したい場合は、共有ボタンをクリック、タップするとフォームが表示されます。

記録したトレーニングは、トレーニングごとにカテゴライズされ、日別、種目別に表示されます。

運動の種類は同じでも、投稿する名前が違うと、違う種目としてカテゴライズされます。

例えば「腕立て伏せ」と「プッシュアップ」は違う種目として種目別にカテゴライズされるのでご注意ください。

【画像】

- ・ PCトップページ

https://www.dropbox.com/s/yaokdg2xi155wky/top_pc.png?dl=0

- ・ 記録用フォーム

https://www.dropbox.com/s/dpokjbg3ysjef1o/select_form.png?dl=0

- ・ スマホトップページ

https://www.dropbox.com/s/lhk7uszm90miyy0/top_smart.png?dl=0

- ・ 日付別ページ(PC)

https://www.dropbox.com/s/2boc2oyn7nz9sok/mypage_pc.png?dl=0

- ・ 種目別ページ (PC)

https://www.dropbox.com/s/gb47ly5h6d6jrtr/workout_pc.png?dl=0

・ 種目別ページ (スマホ)

https://www.dropbox.com/s/twnve6f22y7bx9n/workout_smart.png?dl=0

・ 日付別ページ(スマホ)

https://www.dropbox.com/s/6ycvzc01sjkjasl/mypage_smart.png?dl=0

・ トレログ使用イメージ

https://www.dropbox.com/s/cmyeel75qjc5qnd/use_t.jpg?dl=0

トレログ

<http://torelog.net/>

メール : mail@torelog.net

管理人 : 東海林

Generated by ぷれりりプレスリリース

<https://www.prerele.com>