

Profileinstellungen ändern und Anamnesebogen nachträglich bearbeiten



1 Navigiere zu demo.nattygainscoaching.com/plan im jeweiligen Kundenaccount

2 Klicke "PROFIL"



3

Klicke in den Planeinstellungen in der entsprechenden Zeile auf "Bearbeiten", z.B. "Kalorienziel"

A vertical list of settings with edit icons (pencil) on the right. The settings are: 'Ja' (checked), 'Nein' (unchecked), 'Ja' (checked), 'Nein' (unchecked), 'Stück' (checked), 'g/ml' (unchecked), 'Gewicht managen', 'Abnehmen', '2.227 kcal', '140P 65F 256KH', '4 Mahlzeiten', 'Männlich', '32 Jahre', '176 cm', and '93 kg'. A red circle highlights the '2.227 kcal' value.

4

Bestätige mit "OK"

A confirmation dialog box is centered on the screen. The text inside reads: 'Bisherige Planeinstellungen gehen verloren' followed by 'Bitte beachte, dass wir dir bei Änderungen deiner Planeinstellungen neue Ernährungspläne mit anderen Rezepten erstellen. Alle bisherigen Ernährungspläne gehen verloren und werden überschrieben.' Below the text are two buttons: a green 'OK' button and a red 'Abbrechen' button. A red circle highlights the 'OK' button. The background shows a blurred settings menu with the same items as in the previous screenshot.

5 Klicke das "kcal" Feld

Weißt du, wie viele Kalorien dein Kunde pro Tag verbrennt?

Nein, lass es uns berechnen. ⓘ

Ja, ich kenne das Kalorienziel meines Kunden. ⓘ

2227

Möchtest du die Verteilung der Makronährstoffe selbst festlegen?

Nein Ja

Bestimme die Verteilung der Makronährstoffe selbst

6 Überschreibe den alten Wert mit z.B. "2000"

7 Überschreibe die Makro-Zielwerte

Nein Ja

Bestimme die Verteilung der Makronährstoffe selbst

g %

Protein in % Kohlenhydrate in % Fett in %

Weiter

8 Klicke anschließend "Weiter"

Nein Ja

Bestimme die Verteilung der Makronährstoffe selbst

g %

Protein in % Kohlenhydrate in % Fett in %

Weiter

9

Klicke "Plan neu berechnen", um neue Pläne auf Basis der neuen Parameter zu erhalten

Budget	Normal ↕
Zubereitungszeit	Wenig ↕
Kochmodus	Jede Mahlzeit frisch ↕
Lebensmittelausschluss	37 ausgeschlossen ↕
Ab wann sollen die Planänderungen gelten?	05.07.2023 📅

Plan neu berechnen

Fragebogen neu beantworten

Powered by
NATTY GAINS

