

YUMUUV

KASUTUSJUHEND



Sisukord

1. Liitumine

1.1 Kasutaja registreerimine

1.2 Profiili loomine

1.3 Seadme ühendamine

1.4 YuMuuvi integratsioonide kirjeldus

2. Väljakutsetes osalemine

2.1 Erinevat tüüpi väljakutsed

2.2 Väljakutsega liitumine

2.3 Edetabel

2.4 Filtreerimine ja eksport

2.5 Chat

2.6 Möödunud, käesolevad ja tulevased väljakutsed

3. Väljakutse loomine

3.1 Korraldaja valimine

3.2 Tegevuse valimine

3.3 Seadistuse ja perioodi valimine

3.4 Eesmärgi valimine

3.5 Detailide lisamine

4. Kasutajate haldamine

4.1 Kasutajate haldamine

4.2 Profiili muutmine

5. Statistika

5.1 Isiklik areng

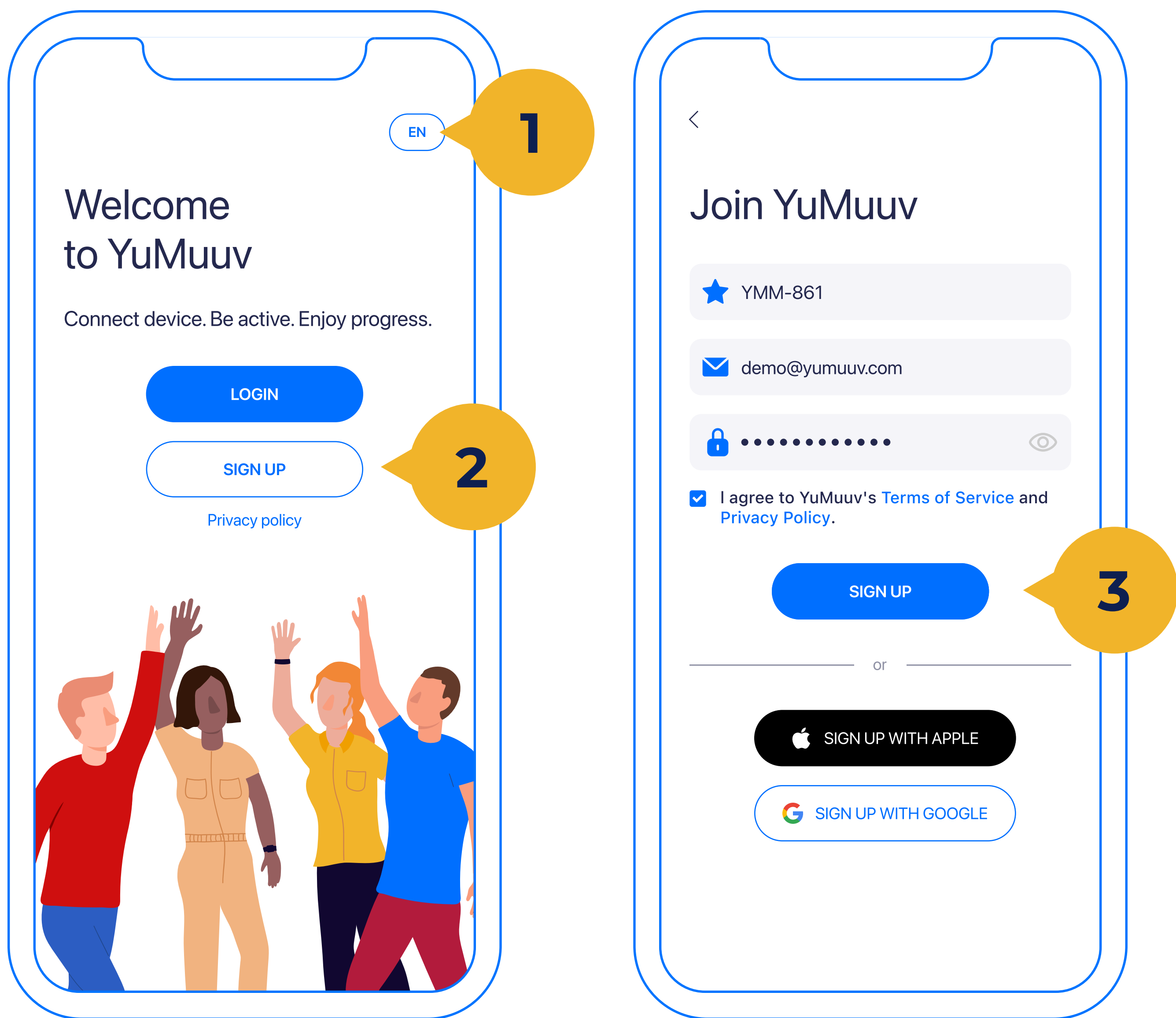
5.2 Ettevõtte statistika

5.3 Top 100 edetabel

6. Võtke meiega ühendust

1. Liitumine

1.1 Kasutaja registreerimine



YuMuuv on saadaval **32 keeles** (1). Valige endale kõige sobivam.

Vajutage **Liitu** (2), et luua endale konto.

Kui olete saanud tööandjalt/kogukonnajuhilt liitumiskoodi, saate ennast iseseisvalt YuMuuvi äpis registreerida. Lisage **liitumiskood**, enda **e-mail** ning looge **parool**. Seejärel vajutage nupule **Registreeru** (3).

Kui sinu tööandja pole liitumiskoodi andnud, siis küsi inimeselt, kes sind liituma kutsus.

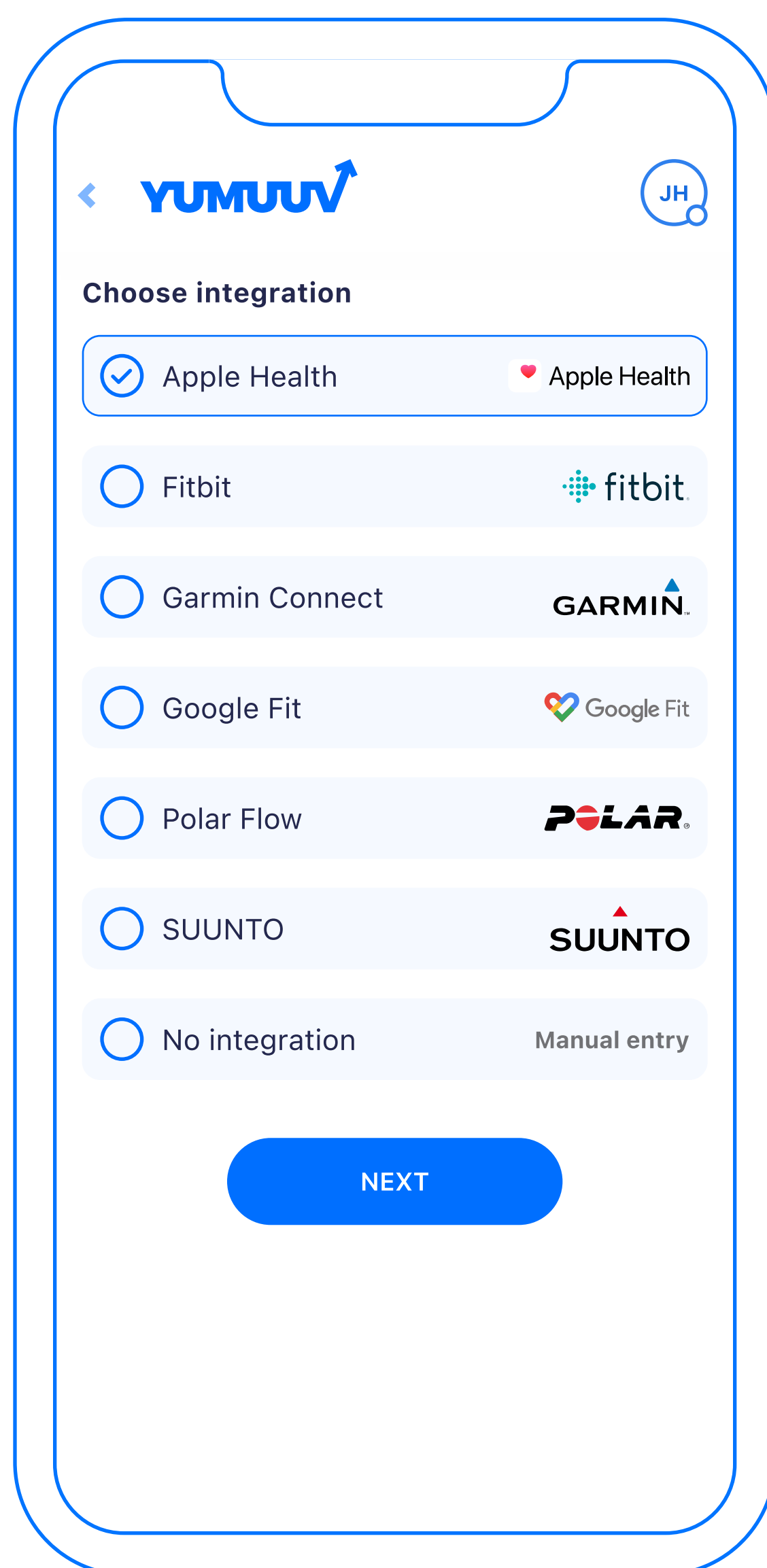
1.2 Profiili loomine

The image displays two mobile application screens for profile creation. The first screen, titled 'Edit profile', contains the following fields: First name * (Jakob), Last name * (Hughes), Time zone * ((GMT+02:00) Europe/Tallinn), Group (Management), and Country (USA). A checkbox for 'Subscribe to newsletter' is checked. A blue 'NEXT' button is at the bottom. A yellow callout bubble with the number '1' points to the Country field. The second screen, titled 'YuMuuv Activity Index', contains a text box explaining the need for this data, a 'Sex *' field with radio buttons for Male and Female, a 'Date of birth *' field (28.01.1988), a 'Format: DD.MM.YYYY' label, a 'Units of measure*' field with radio buttons for Metric and Imperial, a 'Weight *' field (72 kg), and a 'Height *' field (173 cm). At the bottom are 'SAVE' and 'SKIP' buttons. A yellow callout bubble with the number '2' points to the Sex field.

Järgmisena suunatakse teid profiili loomise vaatesse. Lisaks **ees- ja perekonnanimele**, tuleb valida ka **ajavöönd** (1). Kui teie ettevõtte/kogukond on lisanud **osakonnad/grupid** ja **riigid**, saate need liitumise käigus lisada. Lisaks saate **tellida** YuMuuvi igakuised uudiskirjad, et olla kursis kasulike uuendustega. Kui see on lõpetatud, klõpsake nuppu Edasi.

Samuti on teil võimalus täita **YuMuuvi aktiivsusindeksi** väljad (2), mis pole teistele nähtavad. See ei ole kohustuslik, kuid kui soovite saada üksikasjalikumat analüüsi, on seda vaja.

1.3 Seadme ühendamine












Siin saate valida **integratsiooni vastavalt enda seadmele**. Juhul kui teie seadet pole nimekirjas ning pole võimalik ühendada **kolmanda osapoole ühenduse kaudu** (vaadake järgmist lehte), soovitame jätkata ilma integratsioonita. Kui teil tekib **küsimusi**, võtke ühendust meie klienditoega (info@yumuv.com). Kui otsustate jätkata käsitsi andmete sisestamist, pidage meeles, et kõigil väljakutsetel ei pruugi olla käsitsi andmete sisestamise võimalust.

1.4 YuMuuvi integratsioonide kirjeldus

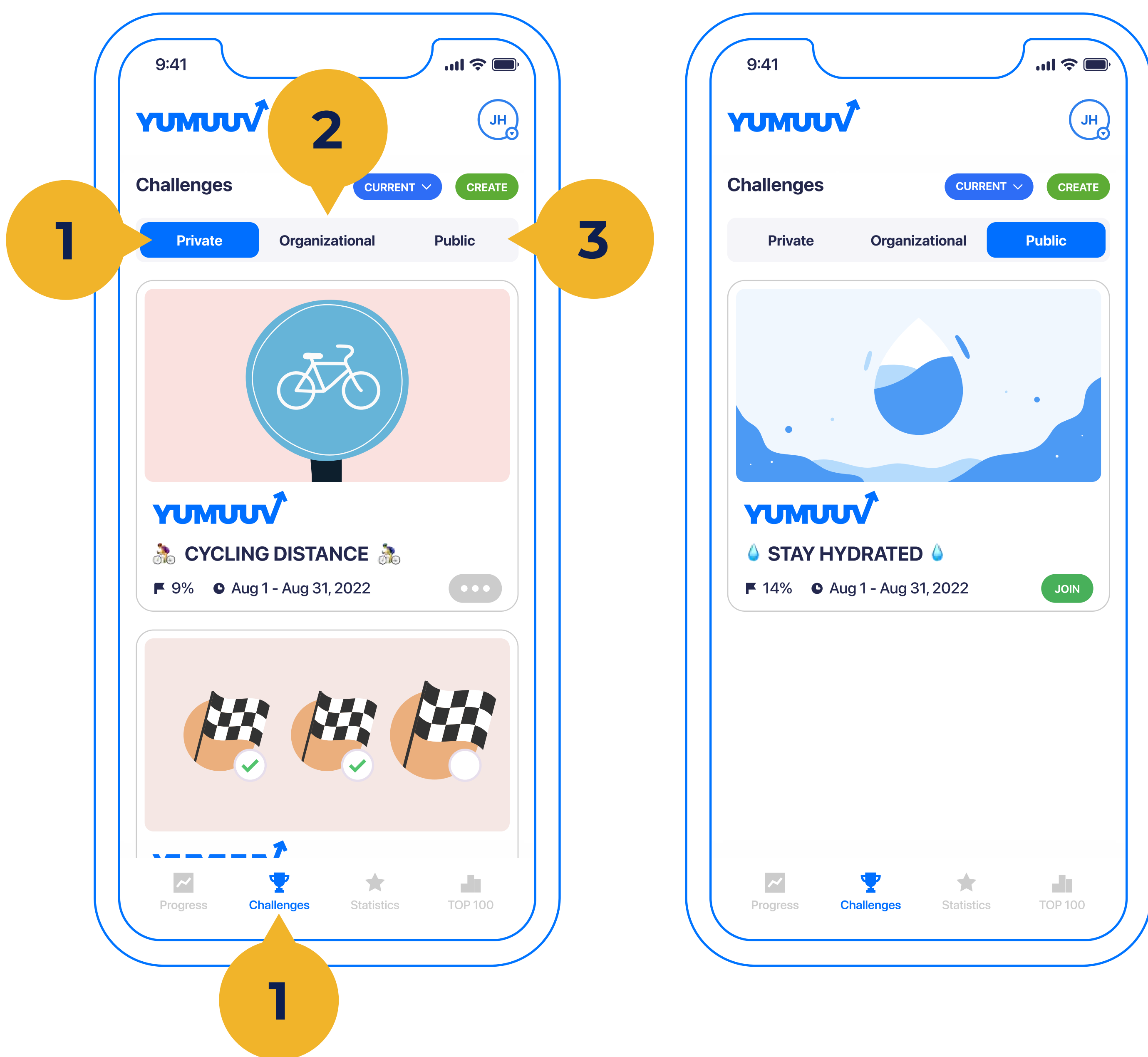
	Sünkroonimiskiirus	Sammude lugemine	Kalorite lugemine	Pulsi mõõtmine	Distsantsi lugemine
	Automaatne Kord tunnis	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Üldine kogu distants või kõikide tegevuste distantsi summa
	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Üldine kogu distants
	Automaatne Kord tunnis	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Kõikide tegevuste distantsi summa
	Automaatne Kord tunnis	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Kõikide tegevuste distantsi summa
Apple Health	Automaatne Kui avate rakenduse	Automaatne	Automaatne Ei mõõda telefoniga	Automaatne (kell HR anduriga) Ei mõõda telefoniga	Jalutamine, jooksmine, distants, rattasõit, ujumine
	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Automaatne (kell HR sensoriga) Ei mõõda telefoniga	Üldine kogu distants

Seadmed, millel puudub otsene YuMuuvi integratsioon

	Mitte otsene integratsioon ↓ Apple Health	Mitte otsene integratsioon ↓ Google Fit	Mitte otsene integratsioon ↓ Fitbit
 Alates 4. seerja		✓ Android	
 Vanem kui 4. seerja		Ainult läbi HealthSynci	
 Huawei Health (Android)	✓	✓	
 Huawei Health (App Gallery)			✓ Ainult läbi HealthSynci
 Oura	✓	✓	
 Xiaomi (MiFit)	✓	✓	
 Coros	✓		
 Withings (Health Mate)	✓	✓	
 Amazfit (Zepp)	✓	✓	

2. Väljakutsetes osalemine

2.1 Erinevat tüüpi väljakutsed



Et liituda väljakutsega, valige **Väljakutsed** (1). YuMuuvis on kolm erinevat väljakutse tüüpi, mille vahel valida: **privaatsed väljakutsed** (1), **organisatsiooni väljakutsed** (2) ja **avalikud väljakutsed** (3).

1. **Privaatseid väljakutsed** on loodud tavakasutajate poolt kuni 10le inimesele. Igal kasutajal on sellele ligipääs ning võimalus kutsuda pere, sõbrad või kolleegid (lihtsalt jaga nendega liitumiskoodi).
2. **Organisatsiooni väljakutsed** on loodud Sinu ettevõtte administraatori poolt.
3. **Avalikud väljakutsed** on kättesaadavad kõigile YuMuuvi kasutajatele, kes on selle sisse lülitanud. Saate võtta osa ning võita ka loosiauhindu. Avalikke väljakutseid korraldatakse tavaliselt iga kuu.

2.2 Väljakutsega liitumine

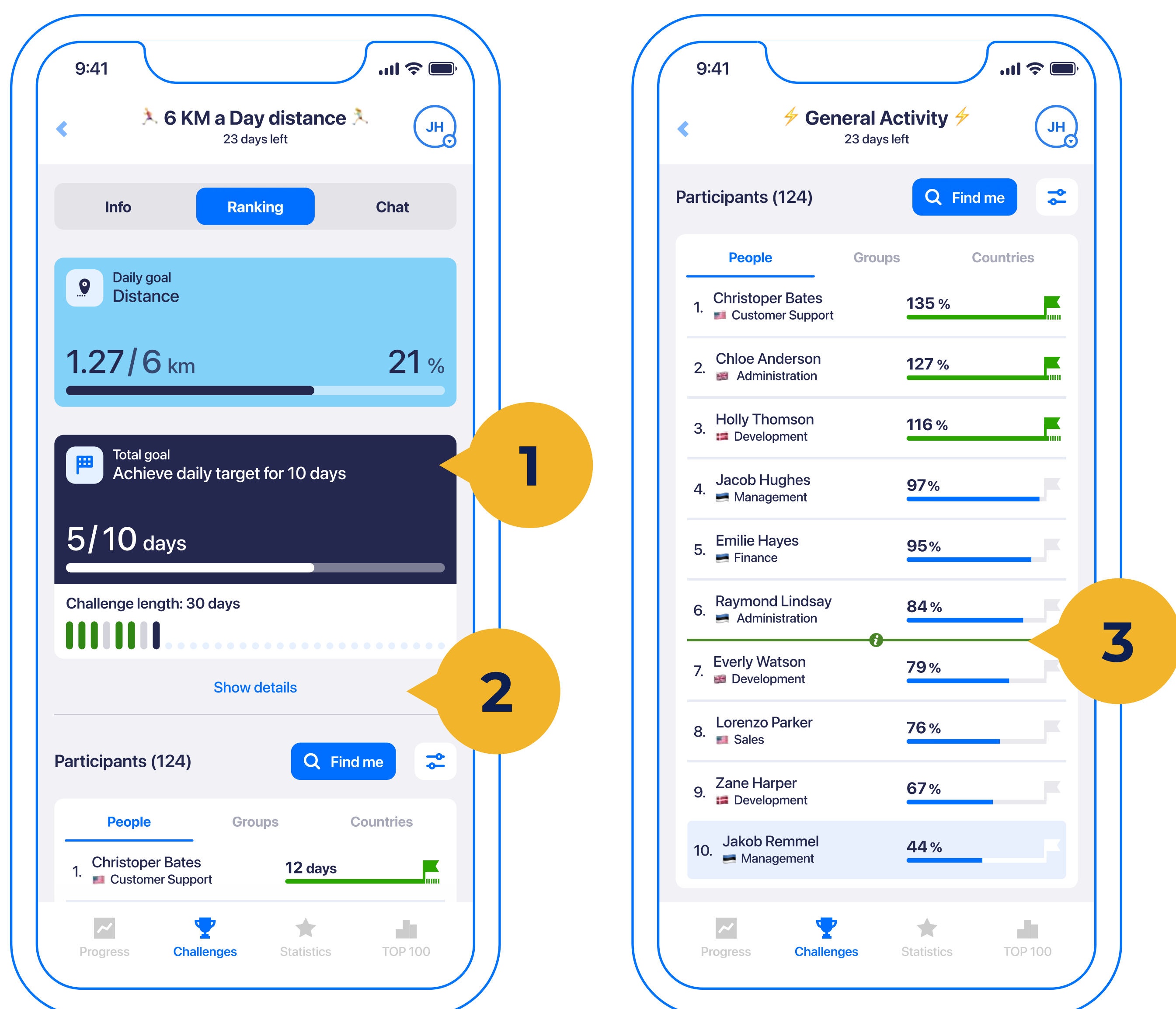


Et liituda väljakutsega, vajutage **Liitu** (1).

Kui soovite väljakutsest lahkuda, vajutage samale nupule või väljakutse Info lehel **rippmenüü nuppu** (2) ning valige **Lahku väljakutsest**.

Info lehel näete kogu väljakutse infot (nime, perioodi, organiseerijat, eesmärki+ auhinda ja kirjeldust, kui on täidetud).

2.3 Edetabel



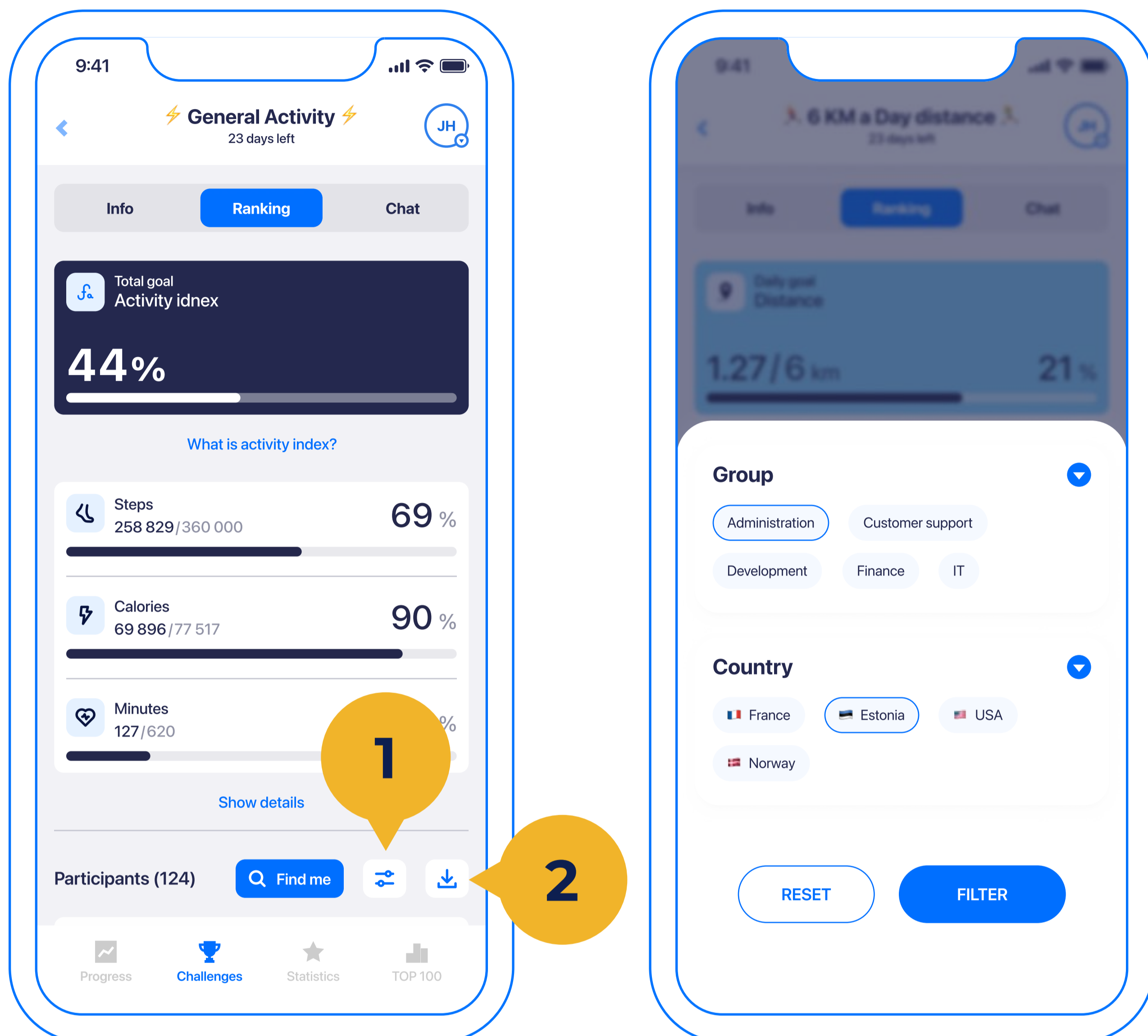
Järjestuse vaate all näete **väljakutse eesmärki** (1) (samuti ka päevast eesmärki kui see on püsivuse väljakutse) ja enda **progressi** lähtuvalt eesmärgist.

Lisaks näete eesmärgi täitmist päevade kaupa, vajutades nupule **Näita detaile** (2).

All on edetabel, mis näitab osalejaid ja paremusjärjestust. Sõltuvalt administraatori valikust võib paremusjärjestus olla **individuaalne/rühma/riigi** põhine. Kui keegi on eesmärgi täitnud, muutub tema edenemisjoon roheliseks.

Lisaks on võimalus näha **rohelist joont** (3), mis liigub täpselt kursil, et saavutada perioodi lõpuks eesmärk. Joonest kõrgemal püsimine tähendab, et liigute eesmärgi saavutamiseks heas tempos või vastupidi.

2.4 Filtreerimine ja eksport

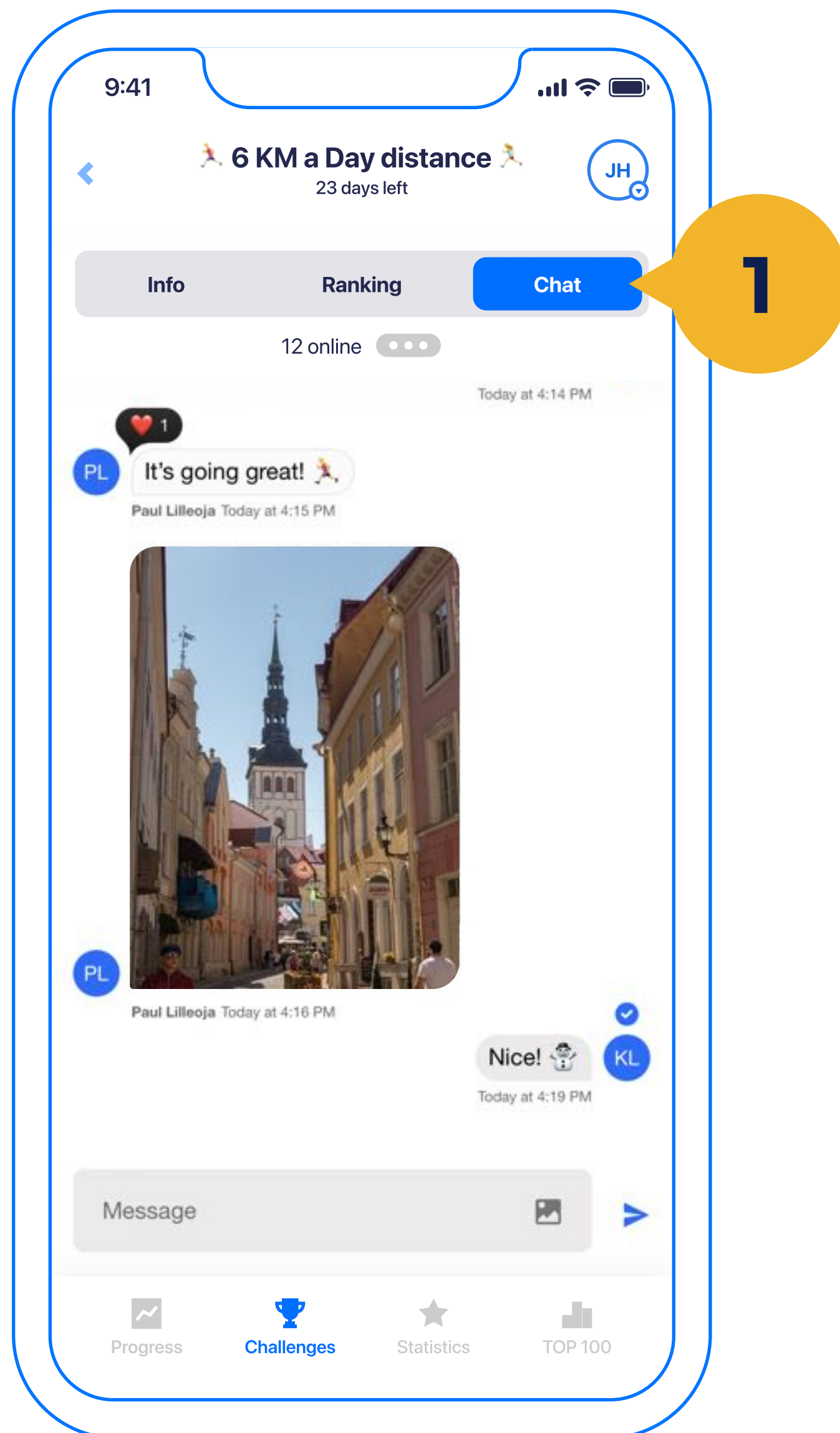


Väljakutsete lehel saate filtreerida edetabelit spetsiaalse filtrinupu abil.

Kasutajaid on võimalik filtreerida nende **Osakonna (grupi)** ja/või **Riigi** (1) järgi.

Ainult administraatoritele on olemas ka **ekspordi** nupp (2), et saada tulemused .xls failina.

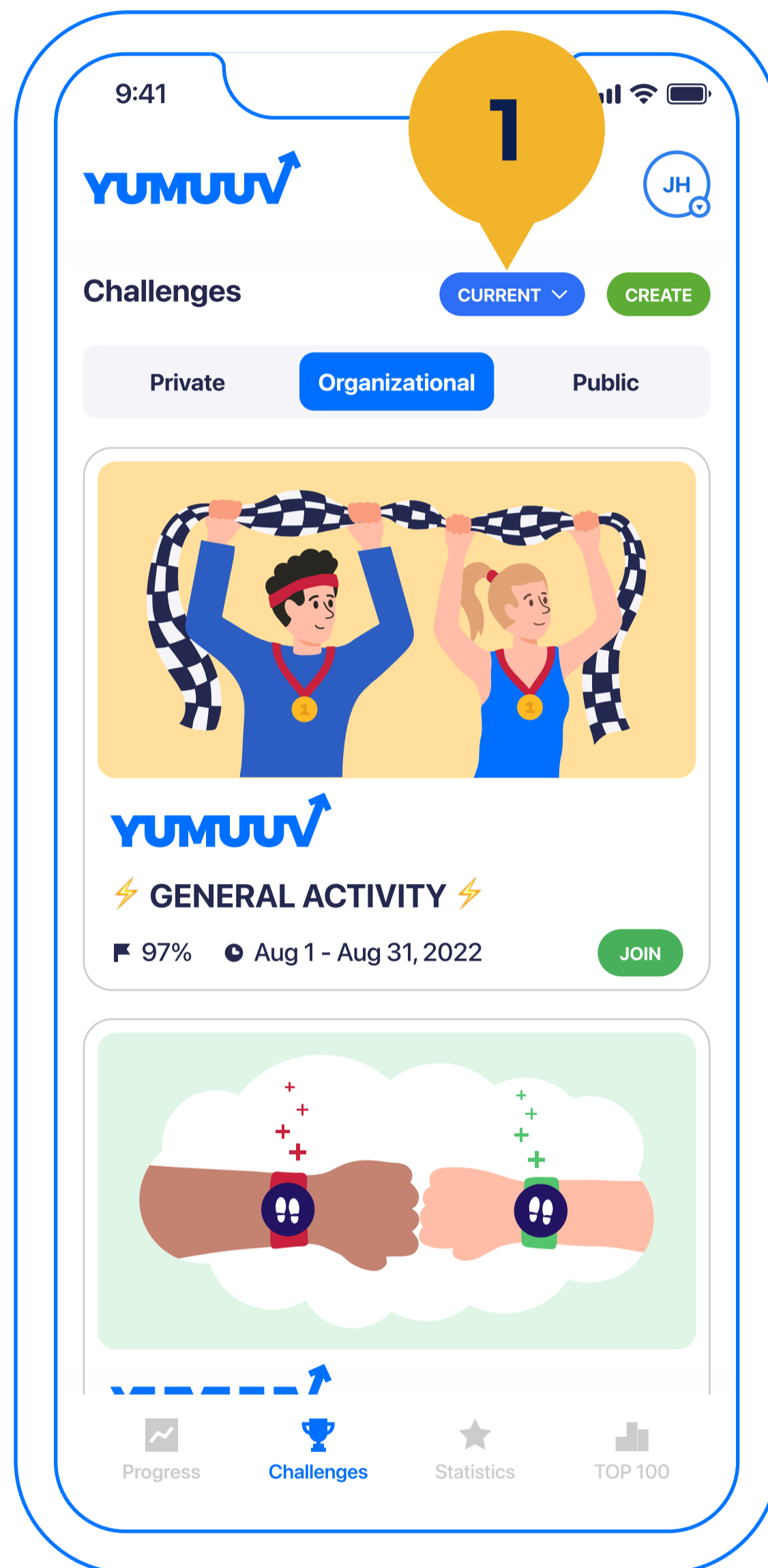
2.5 Chat



Iga väljakutse all on ka **Chat** (1), kus saad jagada hetki ja emotsioone osalejatega, kes on selle väljakutsega liitunud.

YuMuuvi minnes küsitakse teilt luba märguannete saatmiseks, et saaksite teada, kui keegi vestlusesse kirjutab. Veenduge, et vajutate "luba". Sel juhul ei jää teil märkamata, kui keegi kirjutab.

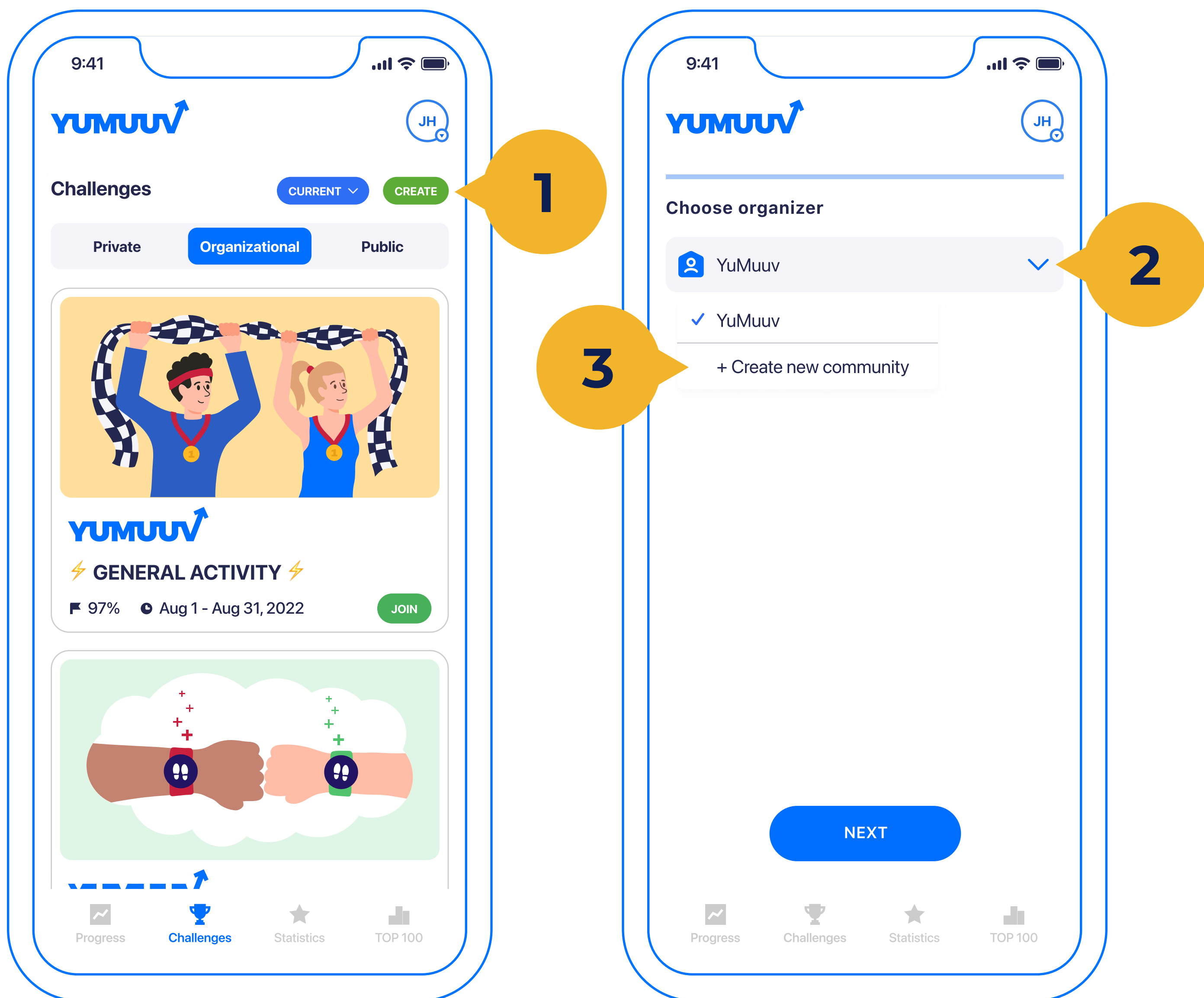
2.6 Möödunud, käesolevad ja tulevased väljakutsed



Väljakutsed lehel näete nii oma **praeguste väljakutsete** edenemist kui ka väljakutseid, milles olete **varem osalenud** (1) või mis on loodud tulevikus alustamiseks.

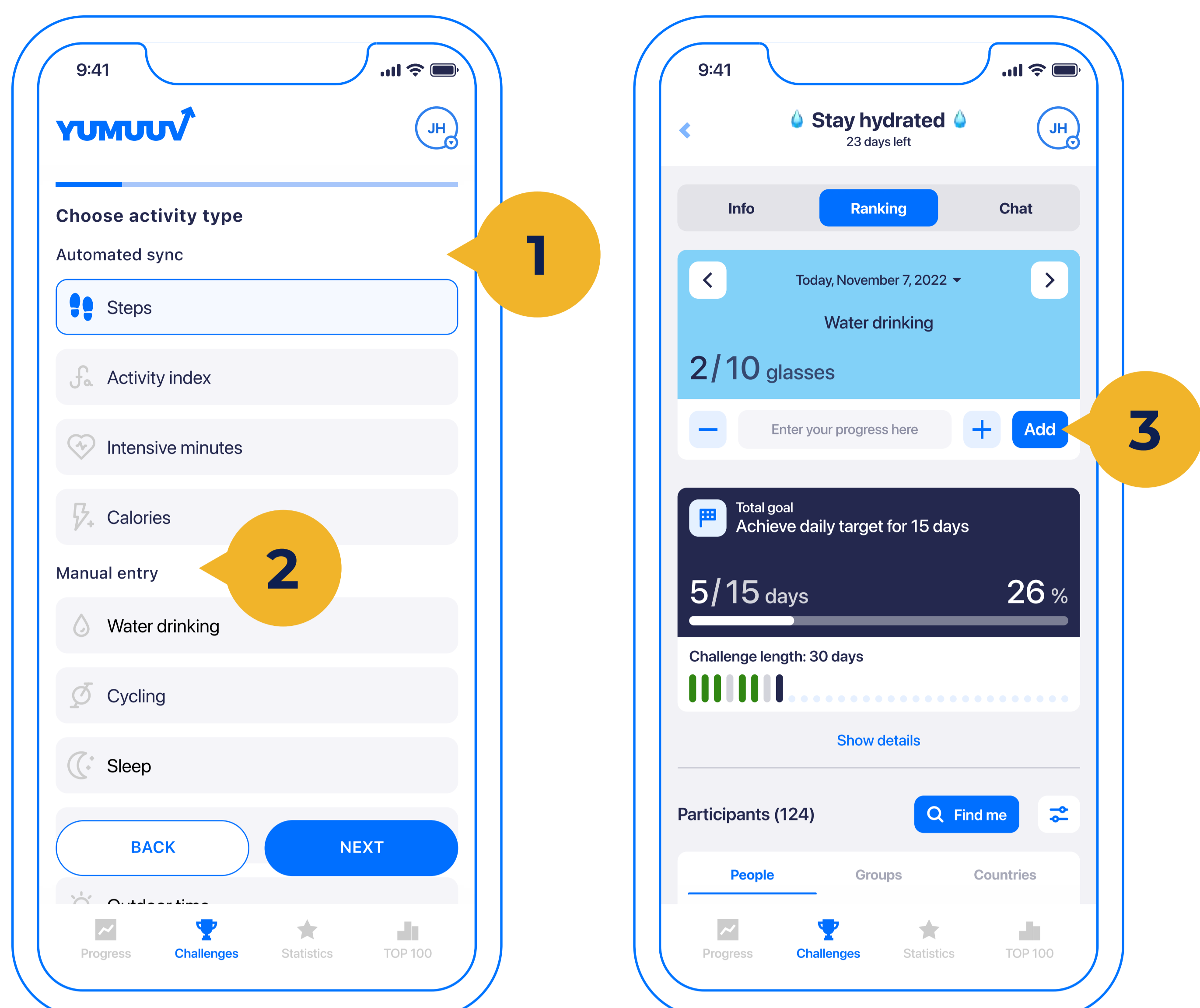
3. Väljakutse loomine

3.1 Korraldaja valimine



Custom väljakutse loomiseks vajutage **Loo** (1). Valige **korraldaja** (2). Igaüks saab luua **uusi kogukondi privaatsete väljakutsete jaoks** (3) neile nime andes. Mõlemal juhul alustate väljakutse loomist vajutades nuppu Järgmine.

3.2 Tegevuse valimine



Edasi peate valima **tegevuse**. Saate valida **automaatse sünkroonimise** (1) ja **käsitsi sisestamise** (2) vahel.

Automaatselt sünkroonitud

tegevustüüpide (sammud, kalorid, vahemaa, intensiivsuseminutid ja aktiivsuseindeks) abil saate lisaks lisada ka **käsitsi sisestamise võimaluse**.

Käsitsi andmete sisestamise

väljakutsetes (nt vee joomine, plank, õues viibimine jne) sisestavad kasutajad andmed ise (3).

Sammuväljakutse: kõige populaarsem.

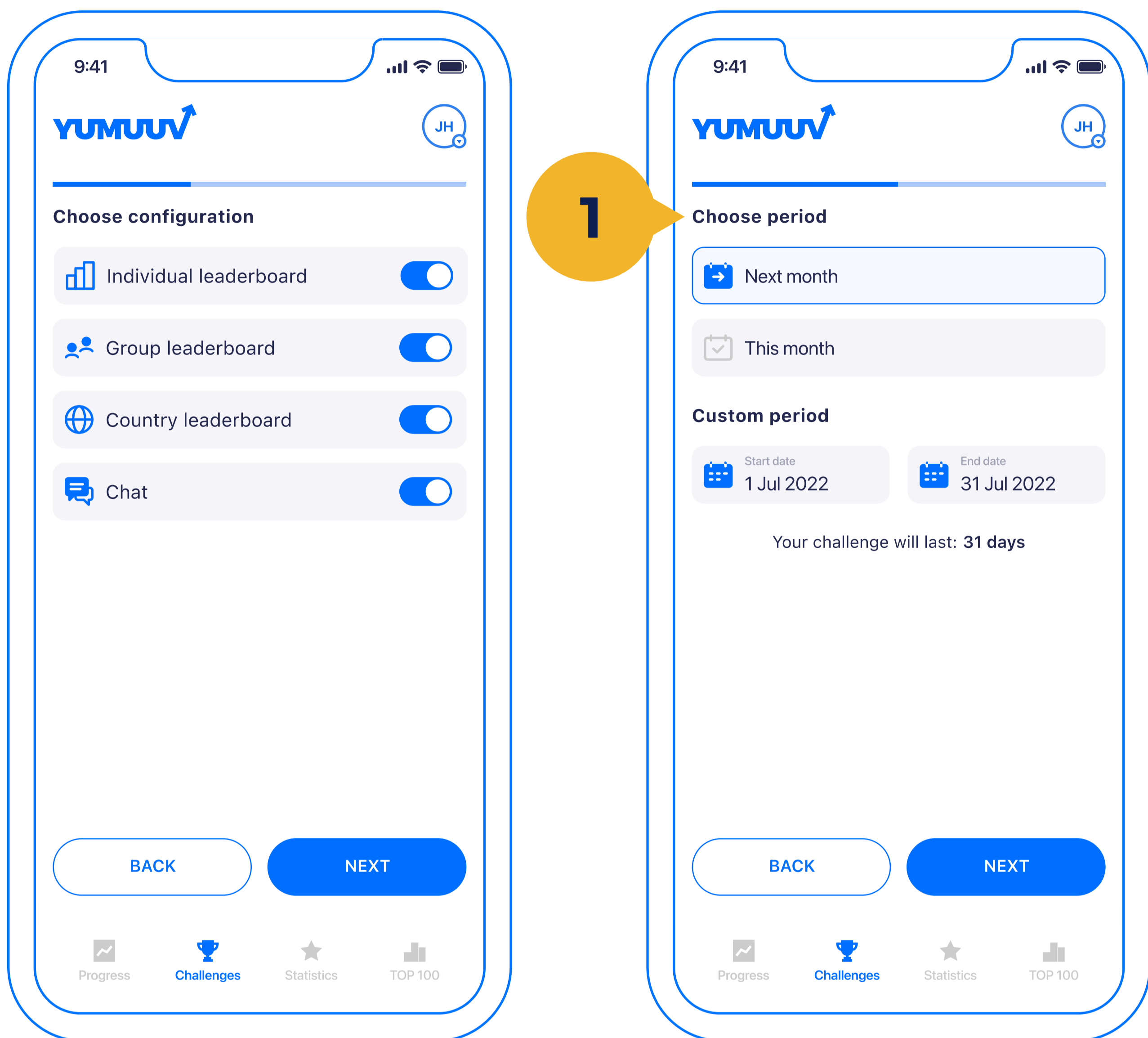
Kuna kõik telefonid loevad samme automaatselt, on lihtne muuta see väljakutse automaatseks ja kõigile kättesaadavaks.

Aktiivsuseindeksi väljakutse: on kõige põhjalikum ja sisaldab kõiki YuMuuvis mõõdetavaid parameetreid – samme, kaloreid ja intensiivsuseminuteid.

Custom väljakutse: saab luua väga erinevaid ja võimalused on piiramatud. Saate luua väljakutse lugemise, kokkamise või isegi voodis hüppamise peale.

Siin on artikkel, mis kõiki erinevaid väljakutseid tutvustab, et saaksite parema ülevaate.

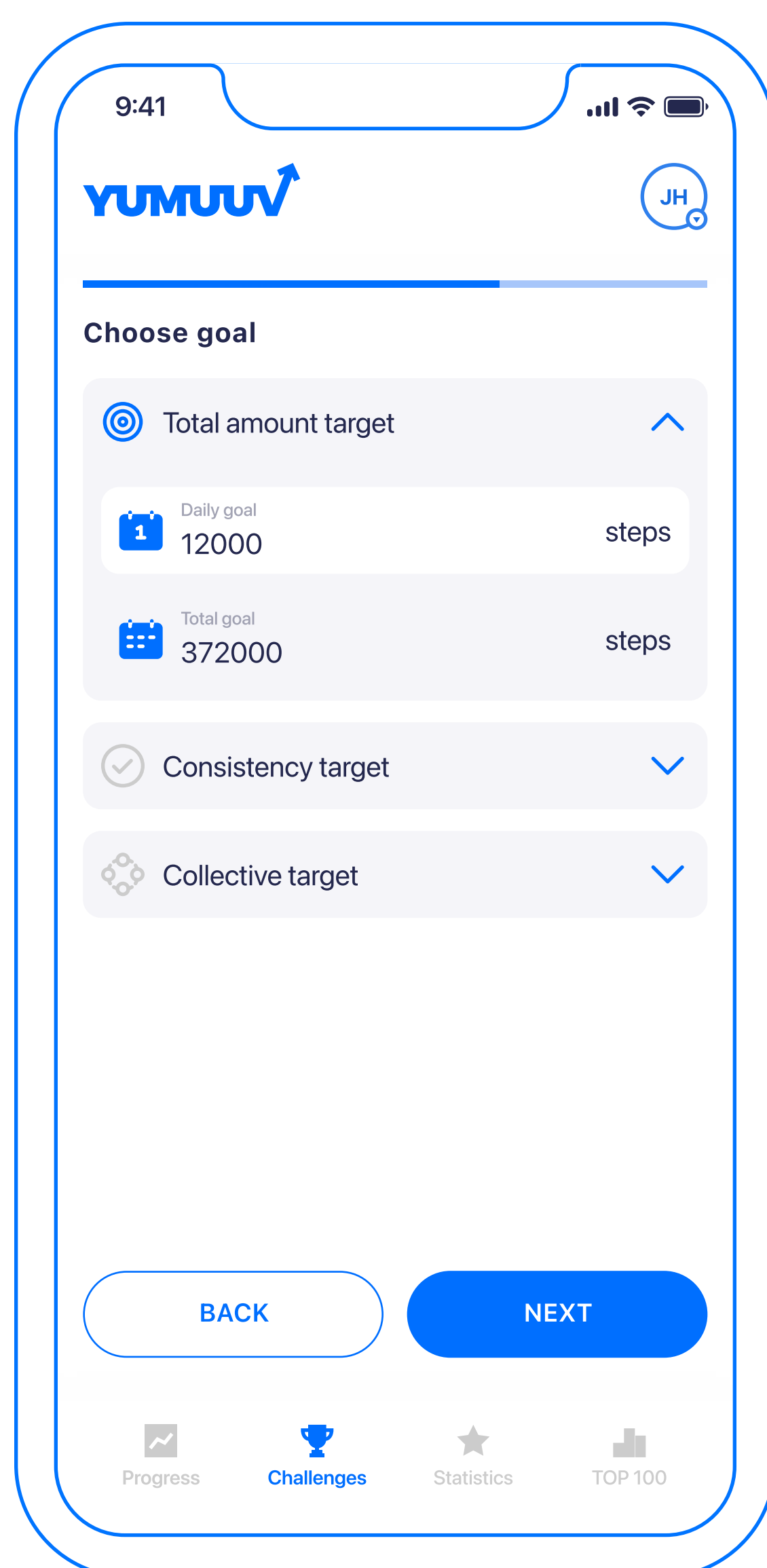
3.3 Seadistuse ja perioodi valimine



Siin saate valida väljakutse seadistuse. Saate otsustada, millist edetabeli tüüpi (individuaalne, gruppide, riikide) näha on ning kas Chat ja käsitsi andmete sisestamise võimalus on lubatud.

Edasi on aeg panna paika **väljakutse period** (1). Oleme teinud kiire valiku kõige enim kasutatava perioodi ehk kuuajalise pikkusega väljakutse jaoks.

3.4 Eesmärgi valimine



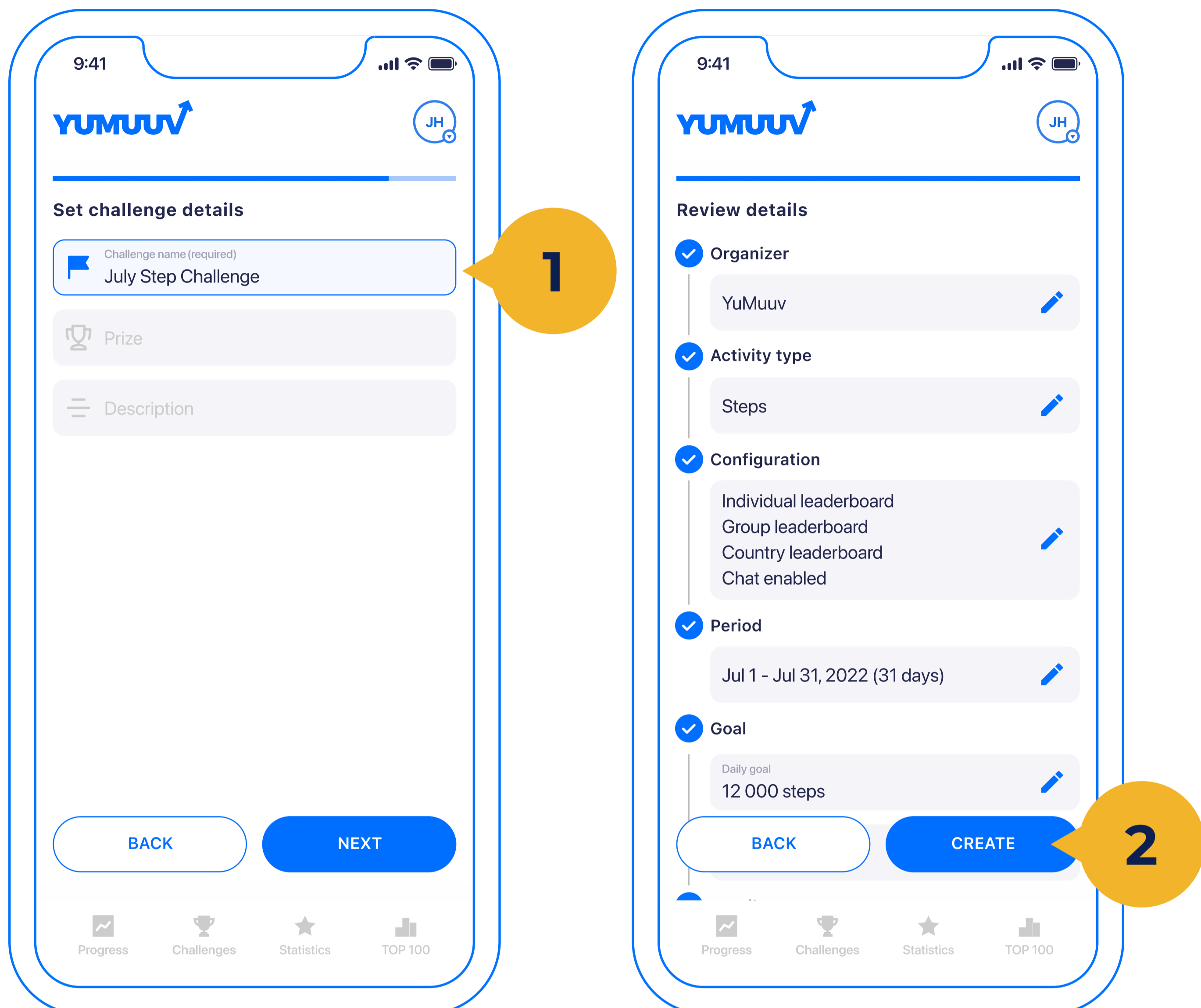
Järgmisena peate valima ja seadma väljakutse **eesmärgi**. Valikuid, mille vahel valida (ja eesmärgi summat määrata) on kolm:

Kogusumma eesmärk: see on väljakutse tüüp, millel on numbriline eesmärk, milleni osalejad peavad jõudma. Edenemine toimub igapäevaste edusammude kokkuvõtte tegemisel.

Järjepidevuse eesmärk: väljakutse tüüp, kus osalejad peavad sooritama teatud tegevuse kindla päevade arvuga, mis on võrdne väljakutse kestusega või sellest väiksem. Kui kasutaja täidab igapäevase eesmärgi, märgitakse see päev täidetuks ja järjepidevuse eesmärgi saavutamisel toimub edasiminekuks.

Kollektiivne eesmärk: väljakutse tüüp, kus kõik peavad soovitud eesmärgi saavutamiseks panustama.

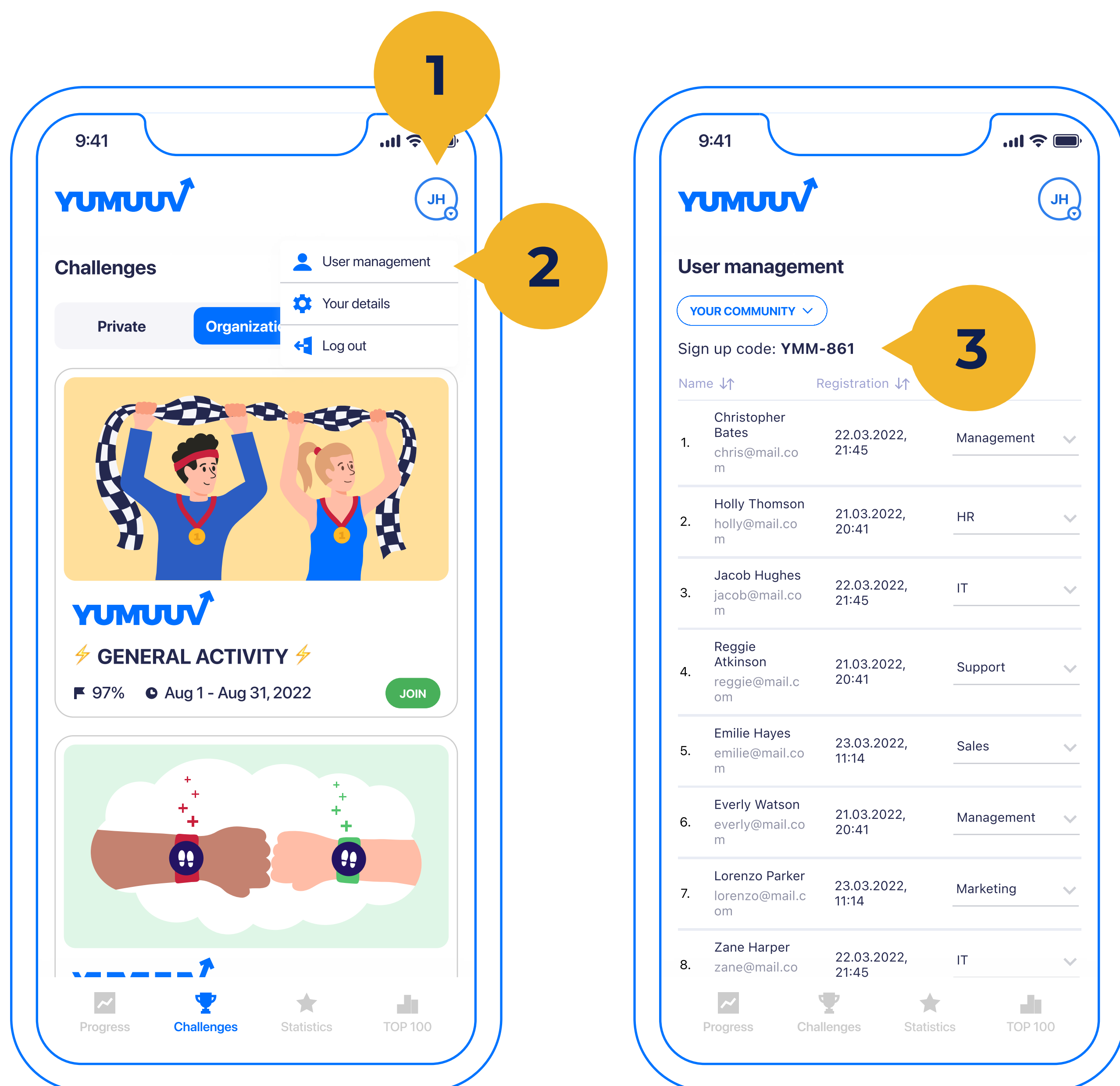
3.5 Detailide lisamine



Lõpetuseks määrake **väljakutse nimi** (1), auhind (kui on) ja muu teave, mida soovite edastada. Kui kõik on paika pandud ja tehtud, kuvatakse teile väljakutse ülevaade. Kui kõik tundub õige, vajutage **Loo** (2) ning teie väljakutse ongi kasutamiseks valmis (käesoleva või tulemas valiku all).

4. Kasutajate haldamine

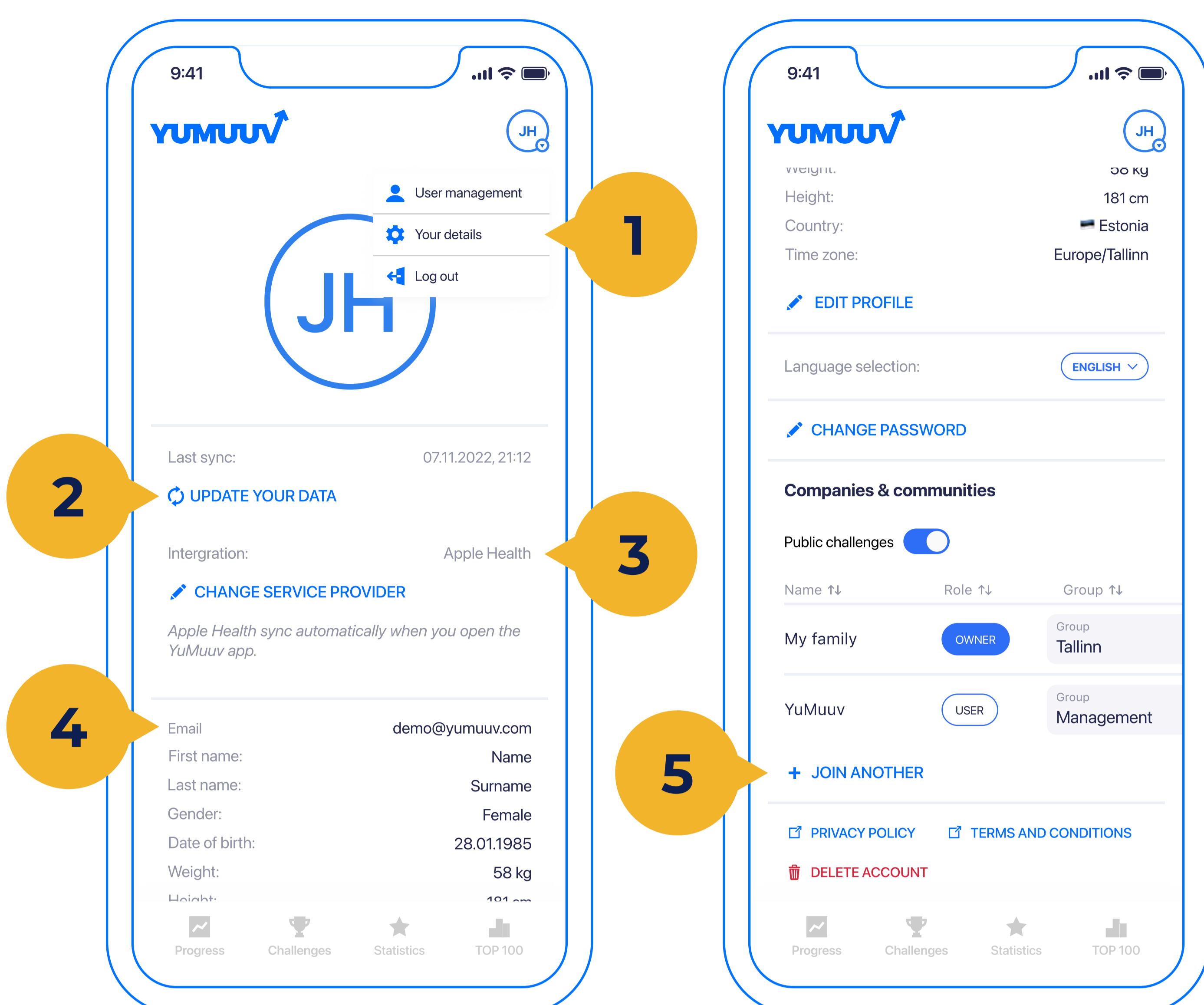
4.1 Kasutajate haldamine



Teie initsiaalide (1) all on valik **Kasutajate haldamine** (2), kus on teie kasutaja nimi, e-posti aadress, registreerimiskuupäev, riik ja rühm. See on mõeldud administraatoritele või kasutajatele, kes haldavad oma loodud kogukonda ja selle väljakutseid.

Administraatorid saavad **kustutada kasutajate ühendused korraldajaga** ning neid aktiveerida või deaktiveerida. Samuti on olemas **registreerumiskood** (3), mida kasutajad saavad kasutada YuMuuvi ja sellesse väljakutsesse liitumiseks.

4.2 Profiili muutmine



Üleval paremal nurgas valiku **Teie andmed** (1) all saate valida integratsiooni, muuta rakenduse keelt või enda andmeid, kui need peaks muutuma.

Valik **Uuenda oma andmeid** (2) annab teile võimaluse oma aktiivsusandmeid käsitsi värskendada, kui neid automaatselt ei laeku (pange tähele, et spordikellade integreerimisega toimub see automaatselt kord tunnis).

Teenusepakkuja (3) juures näete, millise integratsiooniga olete ühendatud ning vajadusel integratsiooni vahetada.

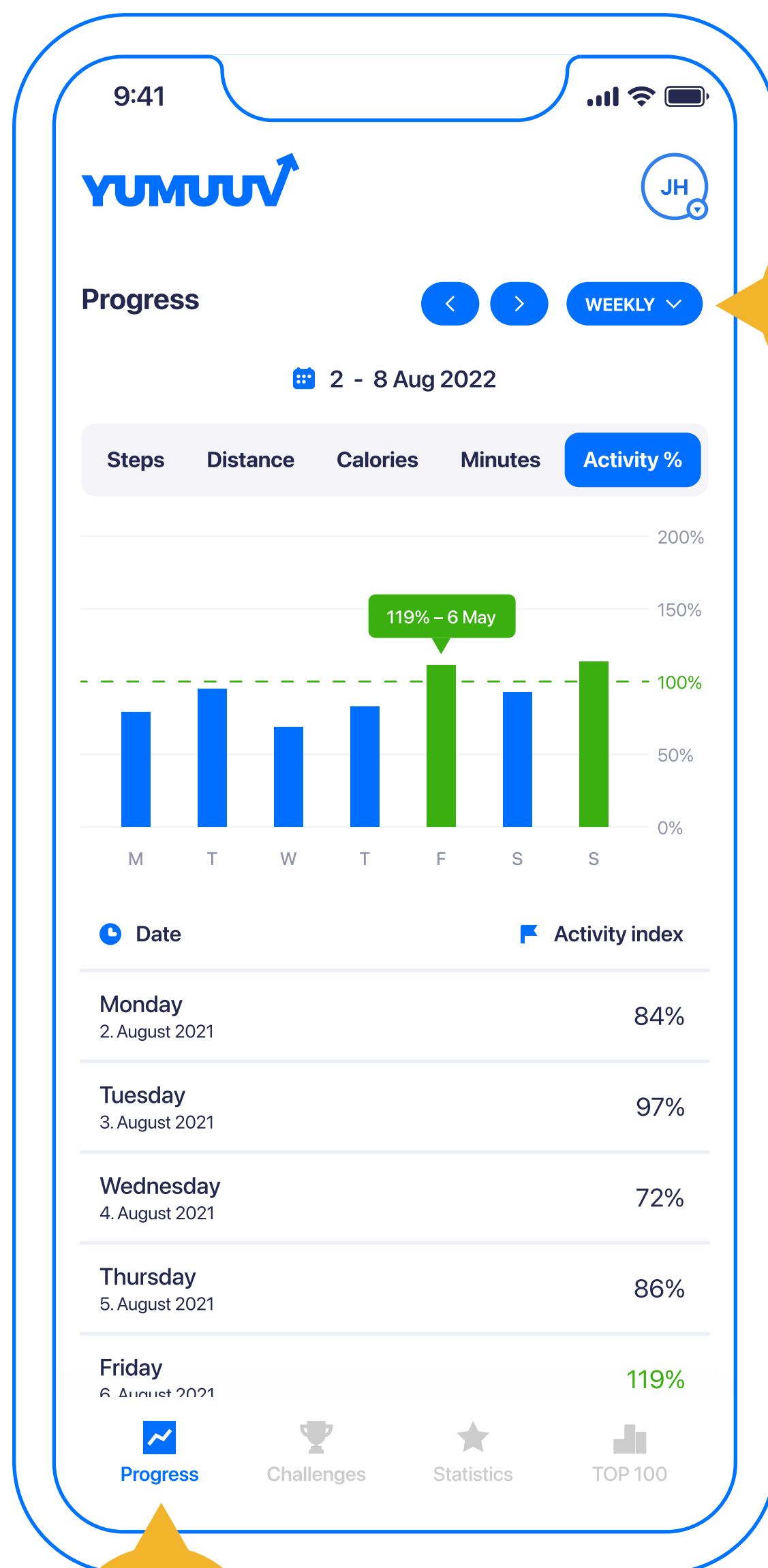
Samuti saate igal ajal muuta oma isikuandmeid (4).

Lisaettevõtte või kogukonnaga liitumiseks vajutage **Liitu veel ühega** (5), kuhu saate sisestada liitumiskoodi. Rippmenüüst saate valida või vahetada rühma või riiki.

Lõpus on privaatsuspoliitika, teenusetingimuste lingid ja meie klienditoe e-posti aadress. Kui otsustate oma kasutaja kustutada, toimub see automaatselt ja kõik andmed kustutatakse meie andmebaasist.

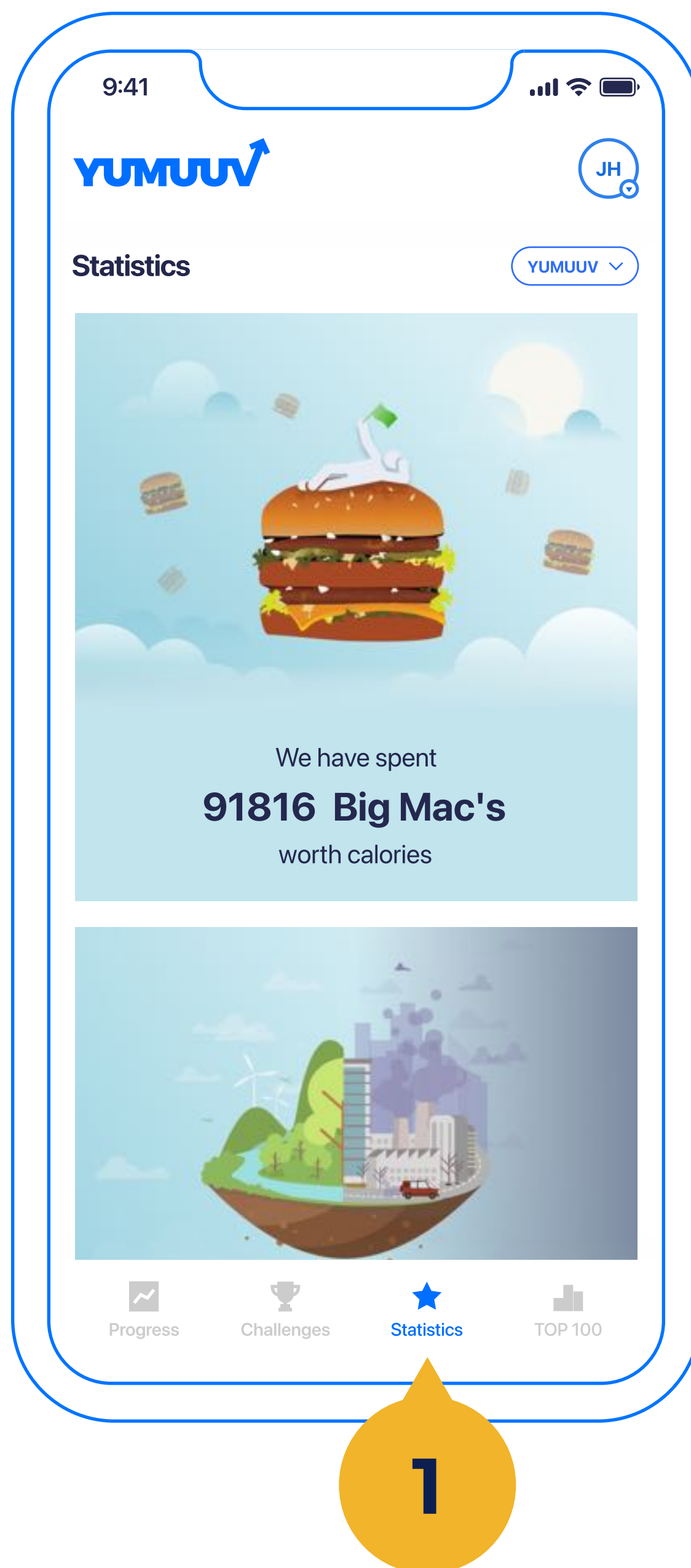
5. Statistika

5.1 Isiklik areng



Progressi (1) lehel näete erinevate tegevustüüpide edenemist nii praeguse kuu või nädala kui ka eelnevate perioodide (2) lõikes.

5.2 Ettevõtte statistika



Lisaks oleme loonud ka **Statistika** (1) lehe, kus saab näha lõbusaid fakte oma ettevõtte/kogukonna füüsilise aktiivsuse kohta.

5.3 TOP 100 edetabel



TOP 100 nimekirjas on meil igakuine edetabel, mis põhineb organisatsiooni keskmisel töötajate aktiivsusel, mis arvutatakse YuMuuvi aktiivsusindeksi abil.

Kui soovite muuta ettevõtte või kogukonna vaadet, klõpsake paremas ülanurgas. Seal näete nimekirja (2) ettevõtetest, milles osalete.

Kui olete administraator ja vajutate Anonümiseeri (3), peidate oma ettevõtte nime TOP 100 edetabelis.

6. Võtke meiega ühendust

Kui teil on muresid või probleeme YuMuuvi kasutamisega, võtke julgelt meiega ühendust!

info@yumuv.com

