

# Comment utiliser GOOVE ?

## Nouveau bénéficiaire

goove  
ACTEURS DU MOUVEMENT

MAISONS  
SPORT  
SANTÉ  
En Vie d'Activité



SPORT-SANTÉ

### A. CREER SON COMPTE GOOVE

Rendez-vous sur cette page : <https://www.goove.app/maison-sport-sante-asm/user/register> et remplissez les différents éléments demandés :

Par mesure de sécurité, GOOVE met en place une double authentification (mail et téléphone), suivez simplement les étapes :

A la suite de ces étapes, il vous est demandé de valider votre consentement concernant la protection des données et autres éléments. Pensez à cocher tous les curseurs sur la page et à cliquer sur « Confirmer » en bas de page.

# Comment utiliser GOOVE ?

## Nouveau bénéficiaire

goove  
ACTEURS DU MOUVEMENT



SPORT-SANTÉ

### B. 1<sup>ER</sup> PAS SUR VOTRE PROFIL

Une fois les étapes précédentes terminées, vous vous retrouvez sur votre espace personnel :

ESPACE PRATIQUANT Bienvenue, Exemple I. ☰

ACCUEIL

Exemple INSCRIPT (22 ans)

01/01/2001  
0621089679  
mathide.fungenzi+2@gmail.com

Maison Sport Santé ASM  
84 boulevard Léon Jouhaux -  
63100 Clermont-Ferrand

Aucun bilan réalisé  
Séances réalisées : 0  
Séances réservées : 0

Aucun rendez-vous à venir

Mes séances Mes bilans **Mon profil** Mon abonnement Conversations **Mes documents**

Tableau de bord

**Mon premier rendez-vous**  
Je réserve mon premier rendez-vous pour réaliser un bilan de condition physique, une séance de coaching ou pour avoir plus d'informations. [Prendre un rendez-vous](#)

©2023 - Goove - Tous droits réservés. FAQ - RGPD - CGU - CGS

4 étapes vous sont détaillées dans les pages suivantes.

Elles sont nécessaires pour l'établissement de votre bilan.

Merci de les compléter une par une en suivant les instructions indiquées ci-dessous.

1. Compléter son profil et informations
2. Déposer la prescription médicale
3. Prendre rendez-vous pour un bilan de condition physique
4. Remplir les questionnaires

# Comment utiliser GOOVE ?

## Nouveau bénéficiaire

### 1. Compléter son profil et informations

Complétez votre profil en donnant les informations essentielles à votre accompagnement.

En cliquant sur l'onglet « Mon profil » (en orange ci-dessus) puis « Modifier », vous renseignez par la suite votre **poids**, **taille** mais aussi vos **pathologies** et vos **douleurs**. Ces informations nous sont indispensables pour établir votre bilan par la suite.

#### Modifier mes informations

##### Informations générales

Prénom\*  Nom\*

Date de naissance\*    Sexe\*

Situations familiales  Catégorie socio-professionnelle  Mutuelle

Image de profil  
   
Format: jpg, jpeg, png | Taille: 10Mo max

##### Coordonnées

Adresse

Code postal  Ville  Pays

Email\*  Téléphone\*  Téléphone 2

##### Mesures anthropométriques

Taille  cm Poids  kg Périmètre abdominal  cm

Indice de Masse Corporelle  Indice de Masse Grasse  % Masse hydrique  %

Masse grasse  kg Masse maigre  kg Graisse viscérale  l

Masse musculaire  % Masse musculaire  kg

##### Limitations fonctionnelles

Niveau de limitations

##### Pathologies et handicaps

Avez-vous une pathologie particulière (exceptée le cancer) ?

Avez-vous un cancer (également s'il est en rémission) ?

Avez-vous un handicap ?

##### Douleurs

Localisation des douleurs

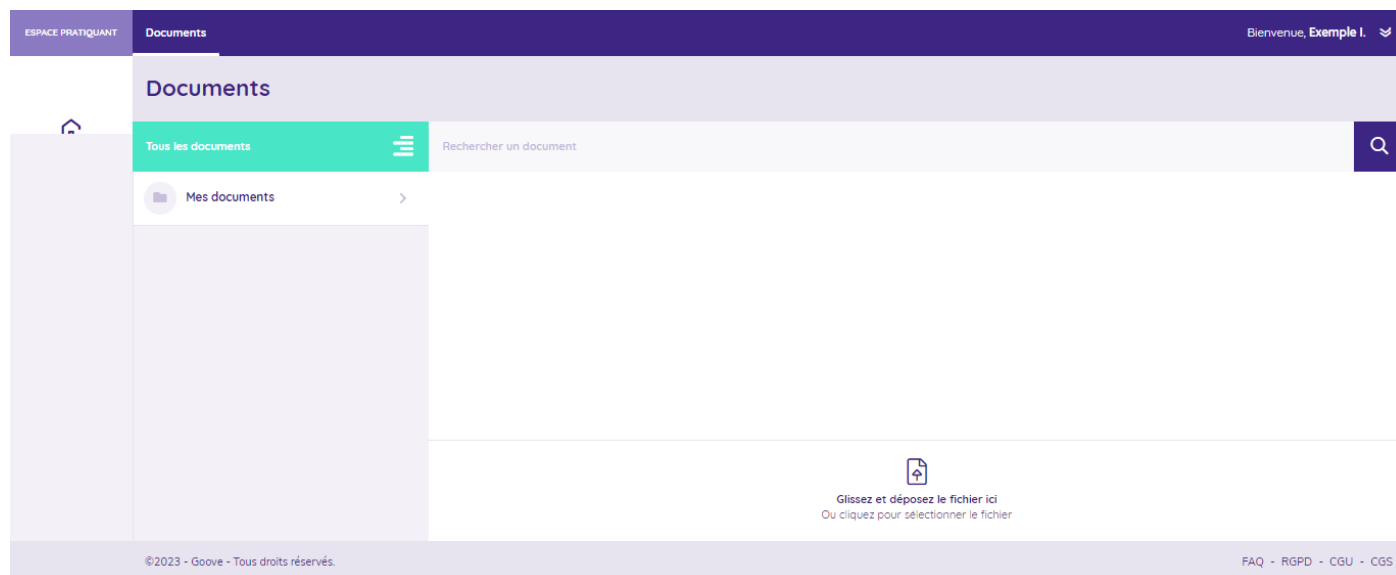
# Comment utiliser GOOVE ?

## Nouveau bénéficiaire

### 2. Déposer la prescription médicale

Pour déposer un document (prescription médicale par exemple), cliquez sur l'onglet « Mes documents » entouré en rouge au début de la partie B de ce document.

Faites alors glisser votre document à l'endroit indiqué ou cliquez pour choisir votre document sur votre ordinateur.

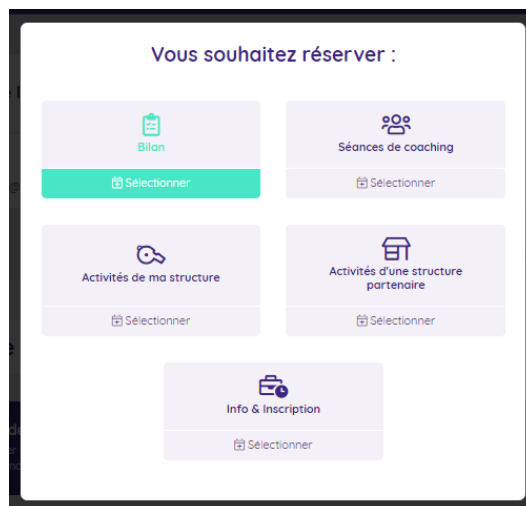


# Comment utiliser GOOVE ?

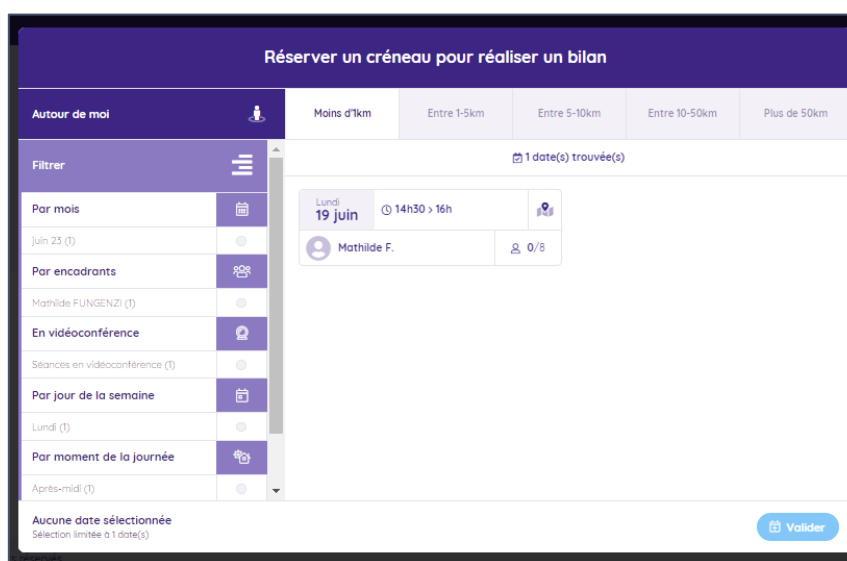
## Nouveau bénéficiaire

### 3. Prendre rendez-vous pour un bilan de condition physique

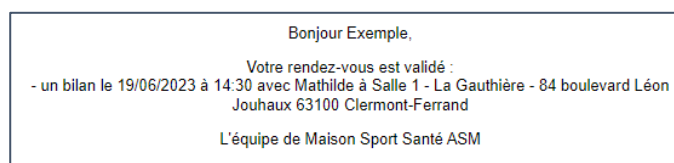
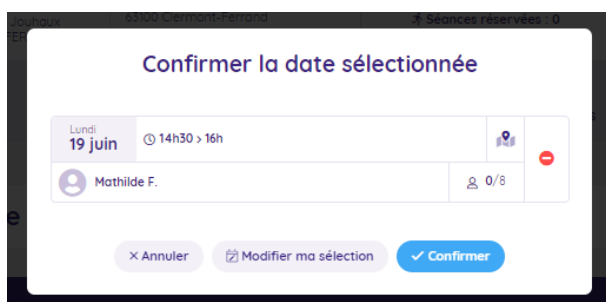
Pour prendre rendez-vous pour un bilan de condition physique, cliquez sur « Prendre un rendez-vous » (sur la page d'accueil de votre profil). La pop-up suivante apparaît alors :



Cliquez sur « Bilan », la fenêtre suivante apparaît. Vous pouvez alors sélectionner le créneau qui vous convient.



Confirmez ensuite votre choix. Vous recevrez un mail de confirmation et votre rendez-vous apparaîtra sur la page d'accueil de votre profil.



# Comment utiliser GOOVE ?

## Nouveau bénéficiaire

### 4. Remplir les questionnaires

Avant chaque passation de tests de condition physique, il vous faudra retourner sur votre profil pour compléter deux questionnaires. Ils se trouvent dans l'onglet « Mes bilans » (entouré en vert ci-dessous).

Pour les remplir, cliquez sur « Démarrer » (entouré en rouge ci-dessous) pour chacun des questionnaires, l'un après l'autre.

The screenshot shows the user interface of the Goove application. At the top, there is a navigation menu with icons for ACCUEIL, SÉANCES, BILANS, PROFIL, ABONNEMENTS, and CONVERSATIONS. The main content area displays the user's profile for 'Exemple TEMPO (23 ans)' with contact information and appointment details. Below this, the 'Mes bilans' section is highlighted with a green circle. It shows a 'Mon bilan' card for 'Bilan Maison Sport Santé - 15 juin 2023' and a 'Mon prochain rendez-vous' card for 'Lundi 19 juin 14h30 > 16h' with Mathilde F. as the practitioner. Underneath, the 'Questionnaires' section lists two items: 'Questionnaire d'activité physique de l'ONAPS-PAQ' and 'Questionnaire sur la perception de la santé - Garnier (adapté par l'ONAPS)'. Each questionnaire card has a 'Démarrer' button circled in red. The footer contains copyright information and links for FAQ, RGPD, CGU, and CGS.

Une fois les questionnaires complétés, pensez à cliquer sur « Enregistrer » en bas de page. Quand ils sont remplis tous les deux, l'affichage change et « Terminé » apparaît à côté de chacun d'entre eux :

This screenshot shows the 'Questionnaires' section after completion. Each questionnaire card now has a checkmark icon on the left and a 'Terminé' button on the right. The text for each questionnaire remains the same as in the previous screenshot.

# Comment utiliser GOOVE ?

## Nouveau bénéficiaire

goove  
ACTEURS DU MOUVEMENT



SPORT-SANTÉ

### C. DEBUT DE LA PRISE EN CHARGE

Une fois ces différentes étapes effectuées vous pouvez vous rendre aux tests de condition physique sur le créneau de rendez-vous choisi sur Goove. Pensez à vous munir :

- D'une tenue sportive (baskets a minima)
- D'une bouteille d'eau

Le rendez-vous se fait **10 minutes avant l'heure du créneau** dans le hall d'accueil de l'ASM Omnisports\*. Vous pourrez à ce moment-là procéder au règlement (avant ou après les tests) auprès de Malaïka ou Marwa.

Un coach viendra alors vous chercher pour passer les tests en groupe.

A la suite des tests, vous serez recontacté par téléphone dans les jours qui suivent afin de caler un créneau d'Entretien d'Orientation Individuel.

\* 2 accès possibles :

- 84 boulevard Léon Jouhaux (en face de l'arrêt de tram Les Pistes)
- Par la rue Tourrette (en direction de l'autoroute) : quand vous entrez dans le complexe sportif, vous pouvez vous garer sur le parking situé à coté de la piste d'athlétisme/stade. Vous apercevrez alors le bâtiment « Accueil » où se trouve le point de rendez-vous.