

Comment utiliser GOOVE ?

Nouveau bénéficiaire

goove
ATEURS DU MOUVEMENT



SPORT-SANTÉ

A. CRÉER SON COMPTE GOOVE

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

S'inscrire dans l'espace
Maison Sport Santé ASM

Informations personnelles

MADAME MONSIEUR

Prénom* Nom*

Date de naissance* Téléphone*

Informations du compte

Email* Mot de passe* Confirmer le mot de passe*

VALIDER

Propulsé par goove | Société de promotion des sports

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

Configuration de la double authentification

Afin de garantir la sécurité de votre compte, vous devez configurer la double authentification pour continuer à utiliser Goove.app.

Vous êtes maintenant pratiquant de l'espace Maison Sport Santé ASM

Mot de passe actuel*

Saisir votre mot de passe actuel pour continuer.

Confirmer

Configuration de la double authentification

ÉTAPE 1

Mon numéro de téléphone

Veuillez saisir votre numéro de téléphone pour recevoir un code de validation.

Numéro de téléphone*

Le numéro de téléphone saisi sera nécessaire pour vous connecter à Goove.app.

Recevoir le code de validation

ÉTAPE 2

Code de vérification

Veuillez saisir le code que vous venez de recevoir sur votre téléphone.

Le code peut mettre une minute à arriver. Ne cliquer pas à nouveau sur Recevoir le code validation car le premier code deviendrait invalide. Si vous n'avez rien reçu après cinq minutes, merci de vérifier votre numéro de téléphone. Si le problème persiste, contacter un administrateur du site.

Code de vérification*

Vérifier

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

MAISONS
SPORT,
SANTÉ
EnVie d'Activité

B. 1^{ER} PAS SUR VOTRE PROFIL

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

ESPACE PRATICQUANT

Bienvenue, Exemple I.

ACCUEIL

Exemple INSCRIPT (22 ans)

01/01/2001
0621089679
mathilde.fungenz+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

goove
ATEURS DU MOUVEMENT

MAISONS
SPORT SANTÉ
EnVie d'Activité



SPORT-SANTÉ

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* Exemple Nom* TEMPO

Date de naissance* 17 Fév 2000 Sexe* Femme

Situations familiales - Sélectionner - Catégorie socio-professionnelle - Sélectionner - Mutuelle - Sélectionner -

Image de profil Choisir un fichier Aucun fichier choisi Format: jpg, jpeg, png | Taille: 10Mo max

Coordonnées

Adresse

Code postal Ville Pays France

Email* desekin452@mail.com Téléphone* 0621089679 Téléphone 2

Mesures anthropométriques

Taille cm Poids kg Périmètre abdominal cm

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

Masse grasse Masse maigre Graisse viscérale kg l

Masse musculaire Masse musculaire kg

Limitations fonctionnelles

Niveau de limitations - Sélectionner -

Pathologies et handicaps

Avez-vous une pathologie particulière (exceptée le cancer) ? Non Avez-vous un cancer (également s'il est en rémission) ? Non Avez-vous un handicap ? Non

Douleurs

Localisation des douleurs Ajouter Retirer

ENREGISTRER

Comment utiliser GOOVE ?

Nouveau bénéficiaire

goove
ACTEURS DU MOUVEMENT



| SPORT-SANTÉ

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.

The screenshot shows the 'Espace Praticant' interface on the Goove platform. The top navigation bar includes 'Espace Praticant', 'Documents', 'Bienvenue, Exemple I.', and a dropdown menu. The main area is titled 'Documents' with sub-sections 'Tous les documents' and 'Mes documents'. A search bar is present. Below these sections is a large area for file uploads, featuring a placeholder text 'Glissez et déposez le fichier ici' and an alternative instruction 'Ou cliquez pour sélectionner le fichier'. The bottom of the page includes copyright information ('©2023 - Goove - Tous droits réservés.') and links to 'FAQ', 'RGPD', 'CGU', and 'CGS'.

Comment utiliser GOOVE ?

Nouveau bénéficiaire

goove
ACTEURS DU MOUVEMENT

MAISONS
SPORT,
SANTÉ
EnVie d'Activité



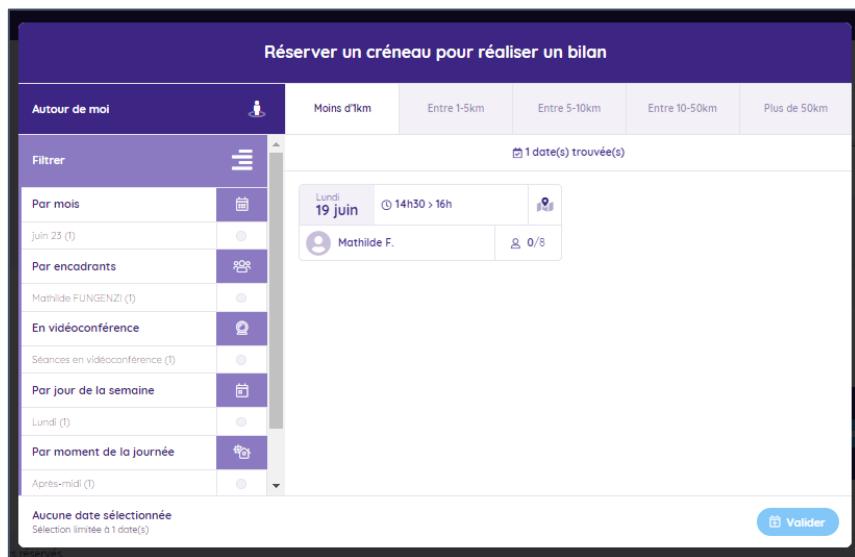
SPORT-SANTÉ

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

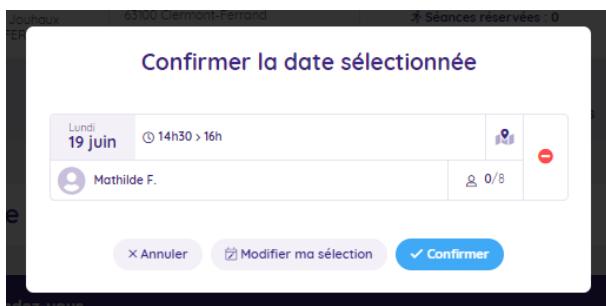
Pour prendre rendez-vous pour un bilan de condition physique, cliquez sur « Prendre un rendez-vous » (sur la page d'accueil de votre profil). La pop-up suivante apparait alors :



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



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



Bonjour Exemple,
Votre rendez-vous est validé :
- un bilan le 19/06/2023 à 14:30 avec Mathilde à Salle 1 - La Gauthière - 84 boulevard Léon Jouhaux 63100 Clermont-Ferrand
L'équipe de Maison Sport Santé ASM

Comment utiliser GOOVE ?

Nouveau bénéficiaire

goove
ACTEURS DU MOUVEMENT

MAISONS
SPORT SANTÉ
EnVie d'Activité



SPORT-SANTÉ

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 Goove application interface. On the left, there's a sidebar with icons for Espace Praticant, Accueil, Séances, Bilans (highlighted with a blue bar), Profil, Abonnements, Conversations, and Fichiers. The main area shows a profile for 'Exemple TEMPO (23 ans)' with details like birthdate (01/01/2000), phone (0621089679), email (exemplietempo@yopmail.com), address (Maison Sport Santé ASM, 84 boulevard Léon Jouhaux - 63100 CLERMONT FERRAND), and session status (Aucun bilan réalisé, 1 bilan en cours, Séances réalisées : 0, Séances réservées : 0). Below this, there are tabs for Mes séances, Mes bilans (circled in green), Mon profil, Mon abonnement, Conversations, and Mes documents. A 'Mon bilan' section for 'Bilan Maison Sport Santé - 15 juin 2023' is shown, with a 'Mon prochain rendez-vous' button. 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)'. Both have a 'Démarrer' button circled in red. At the bottom, there are links for ©2023 - Goove - Tous droits réservés, 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 coté de chacun d'entre eux :

This screenshot shows the 'Questionnaires' section after both questionnaires have been completed. The 'Terminé' button is now visible next to each questionnaire entry. The layout is identical to the previous screenshot, with the 'Mes bilans' tab still highlighted.

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.*