

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. Statistika

3.1 Isiklik areng

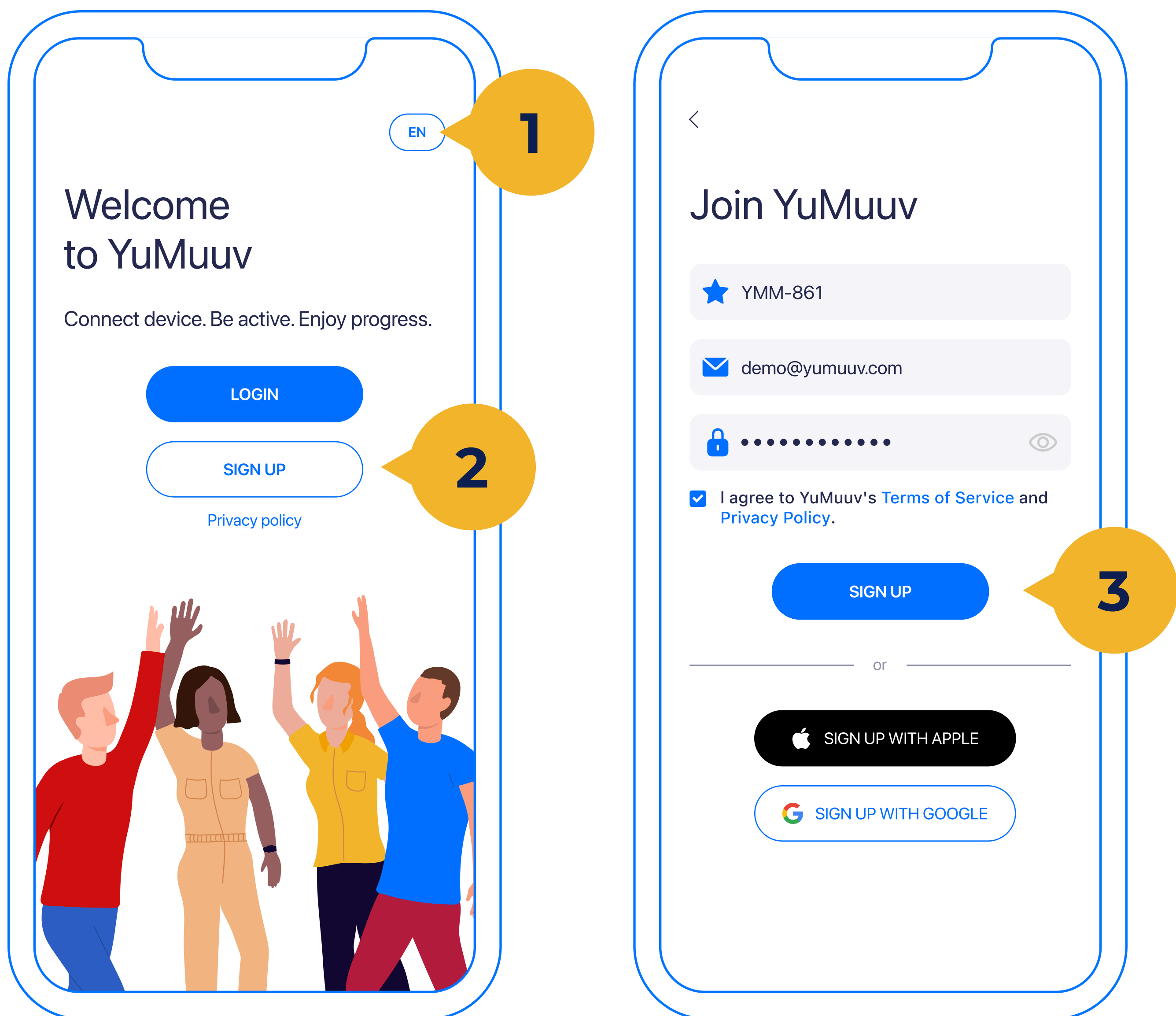
3.2 Ettevõtte statistika

3.3 Top 100 edetabel

4. 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.

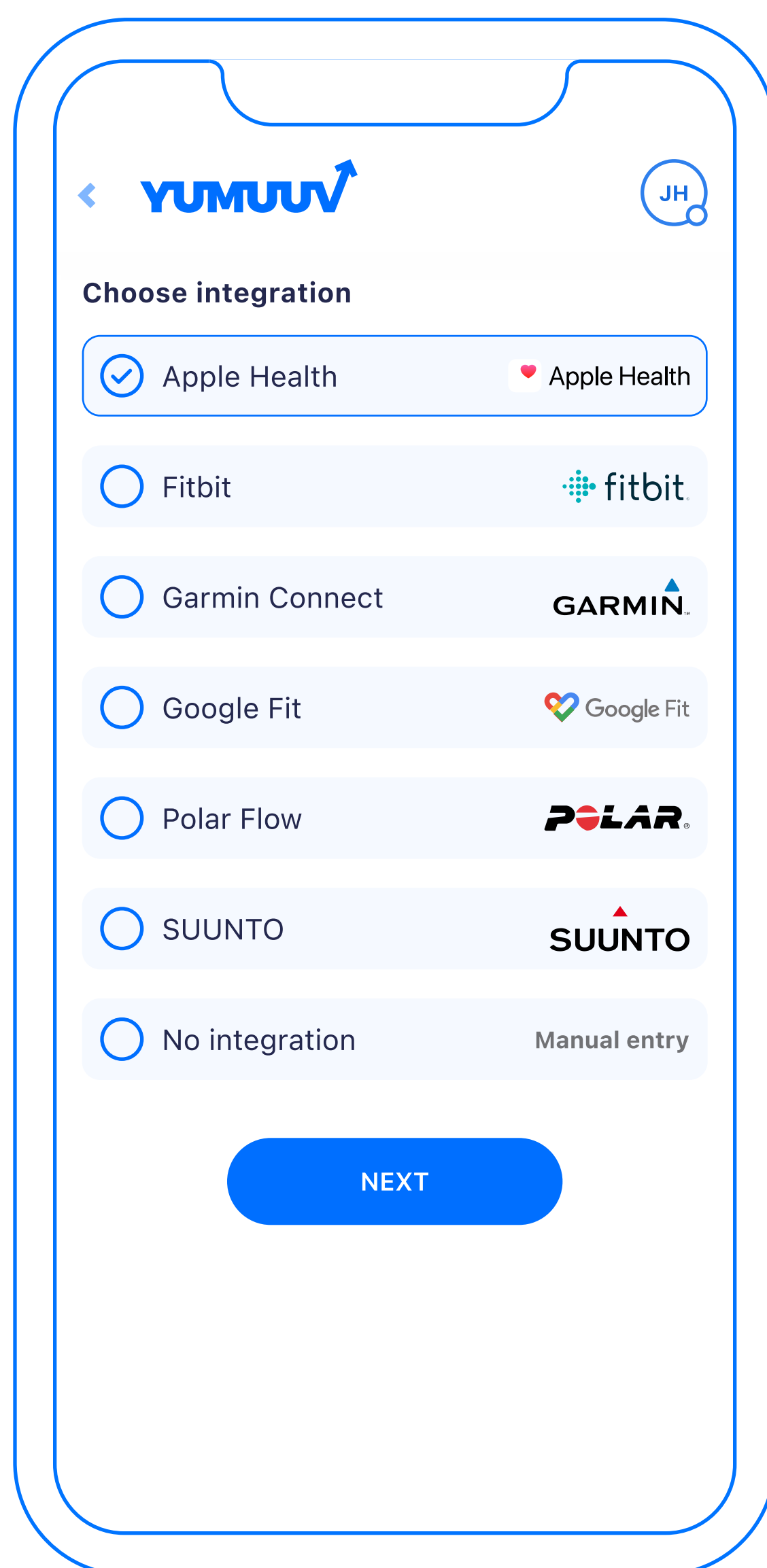
1.2 Profiili loomine

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 'Subscribe to newsletter' checkbox 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, 'Sex *' (Male selected), 'Date of birth *' (28.01.1988), 'Units of measure*' (Metric selected), 'Weight *' (72 kg), and 'Height *' (173 cm). Blue 'SAVE' and 'SKIP' buttons are at the bottom. 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

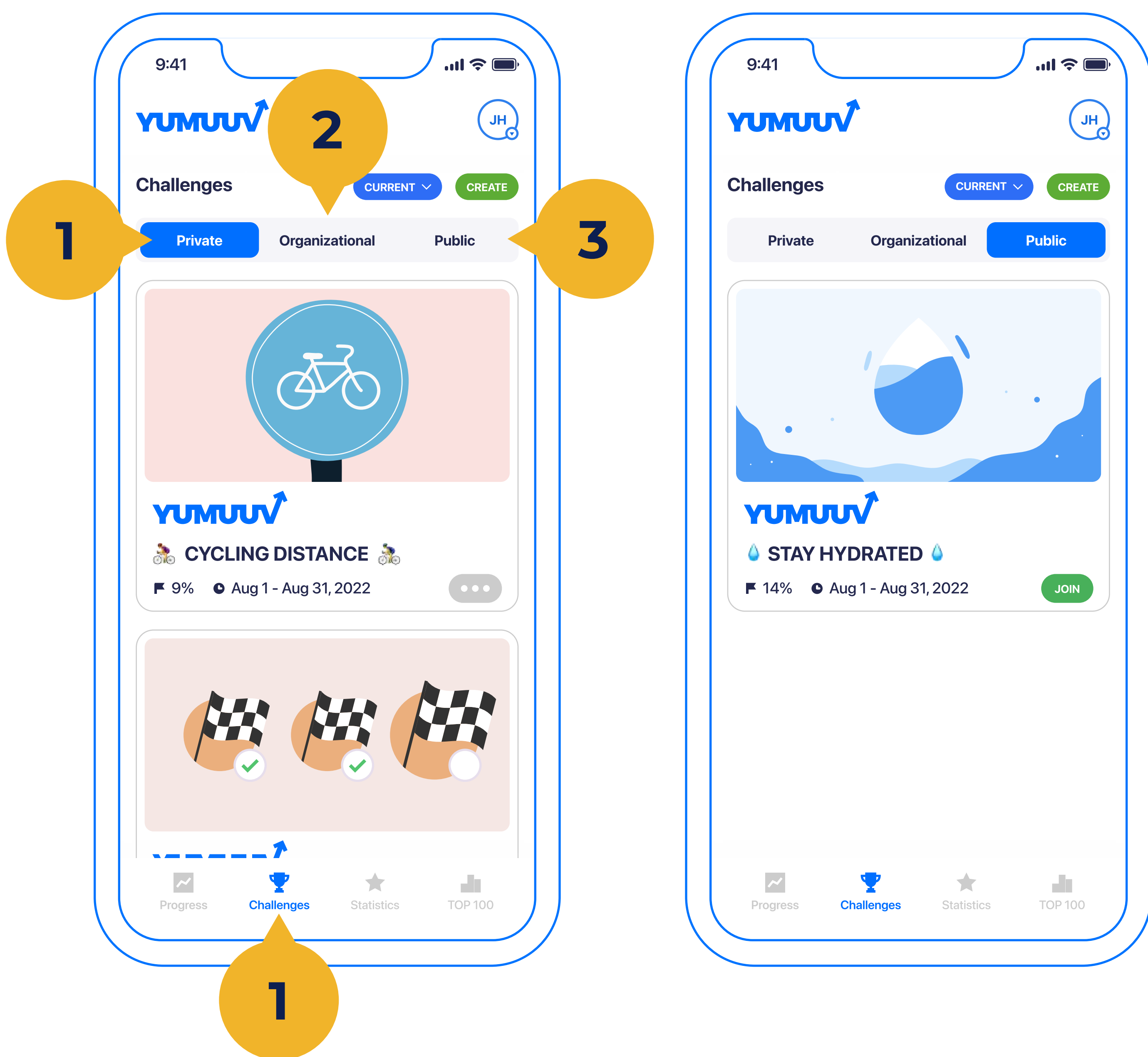
	Sünkroonimiskiirus	Sammude lugemine	Kalorite lugemine	Pulsi mõõtmine	Distsantsi lugemine
	Automaatne Kord tunnis	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Üldine kogu distants või kõikide tegevuste distantsi summa
	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Automaatne	Üldine kogu distants
	Automaatne Kord tunnis	Automaatne	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		<input checked="" type="checkbox"/> Android	
 Vanem kui 4. seerja		Ainult läbi HealthSynci	
 Huawei Health (Android)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
 Huawei Health (App Gallery)			<input checked="" type="checkbox"/> Ainult läbi HealthSynci
 Oura	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
 Xiaomi (MiFit)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
 Coros	<input checked="" type="checkbox"/>		
 Withings (Health Mate)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
 Amazfit (Zepp)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	

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

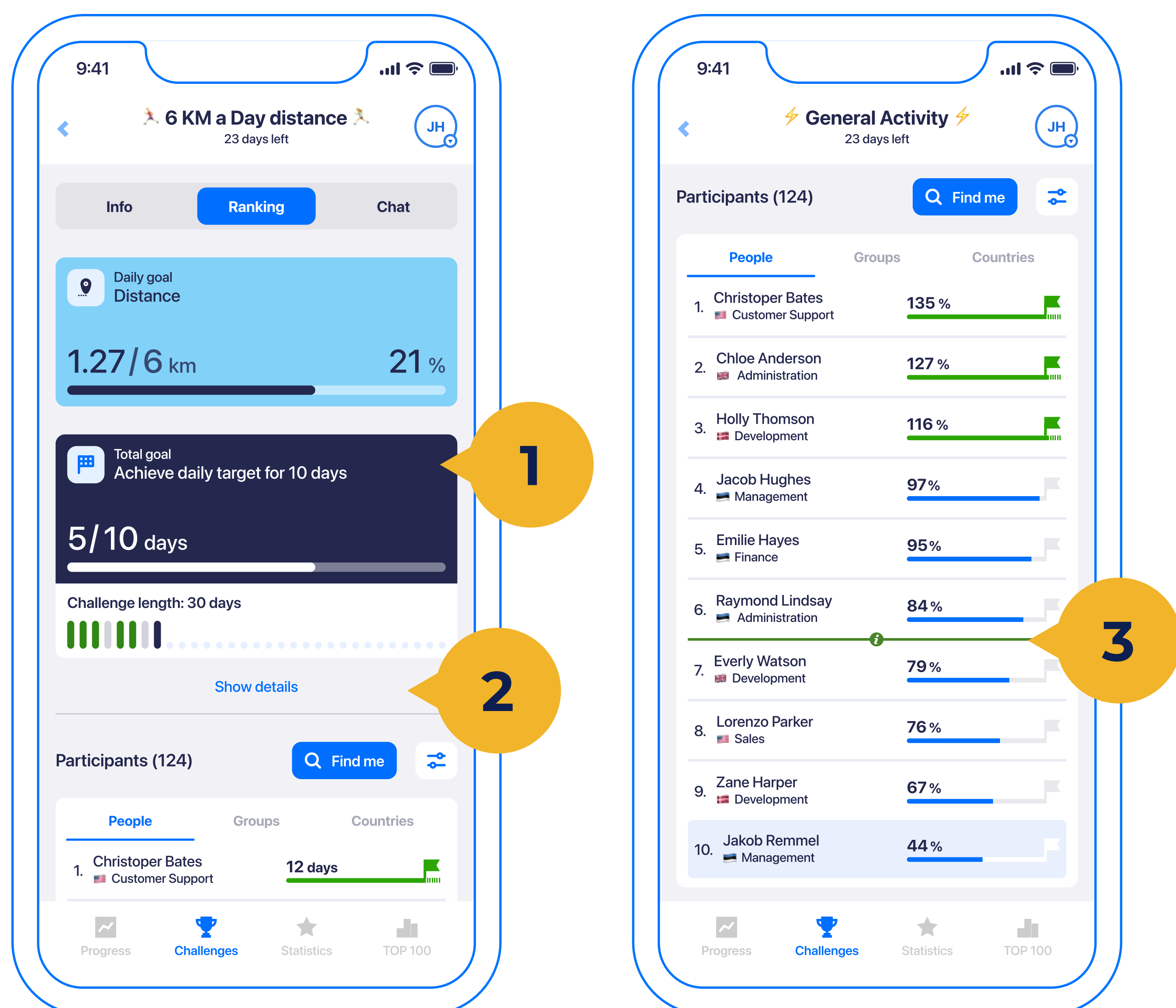


Et liituda väljakutsega, vajutage **Liitu** (1).

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



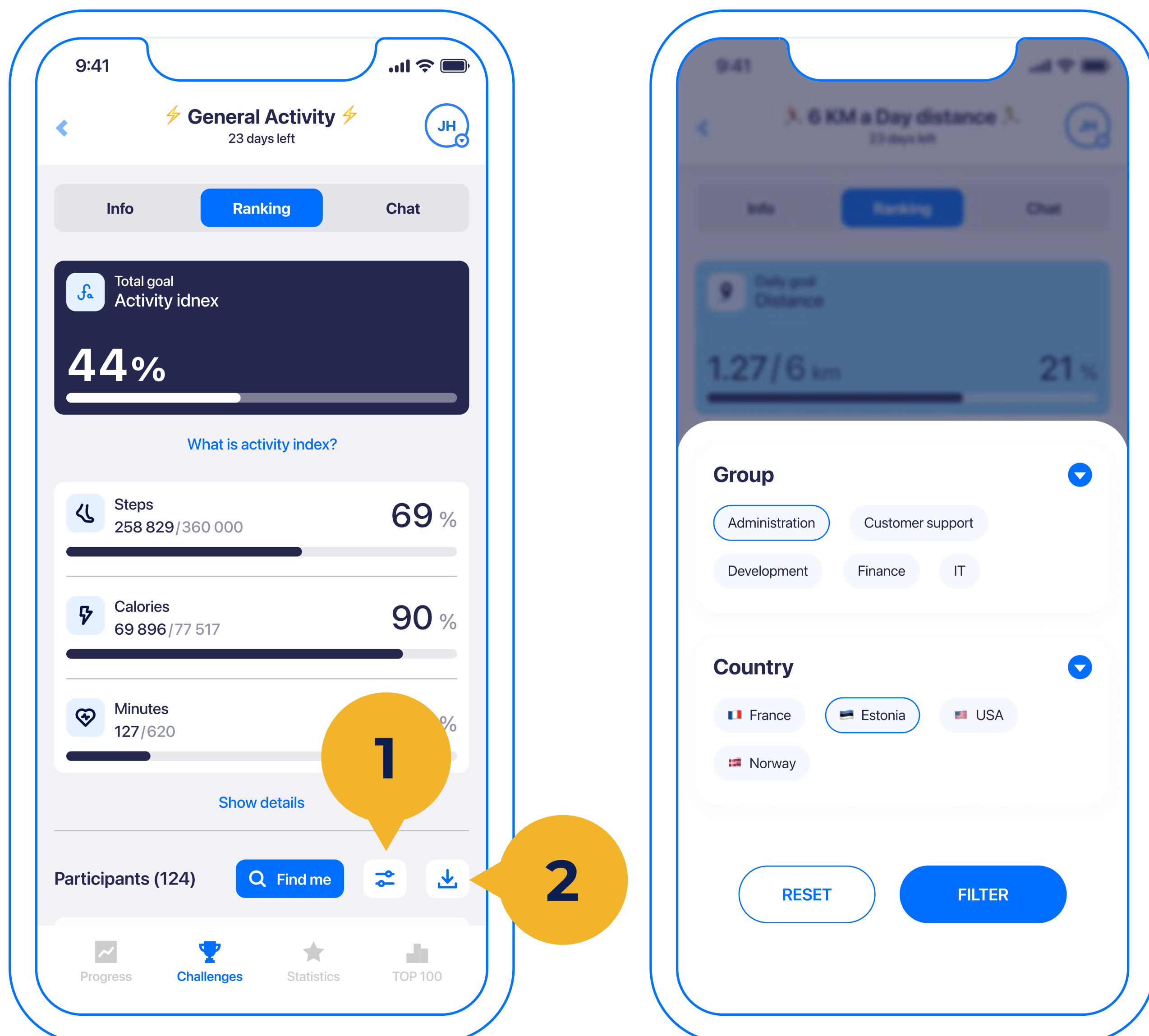
Järjestuse vaate all näete **väljakutse eesmärki** (1) (samuti ka päevast eesmärki kui see on püsivuse väljakutse) ja enda **progressi** lähtuvalt eesmärgist.

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

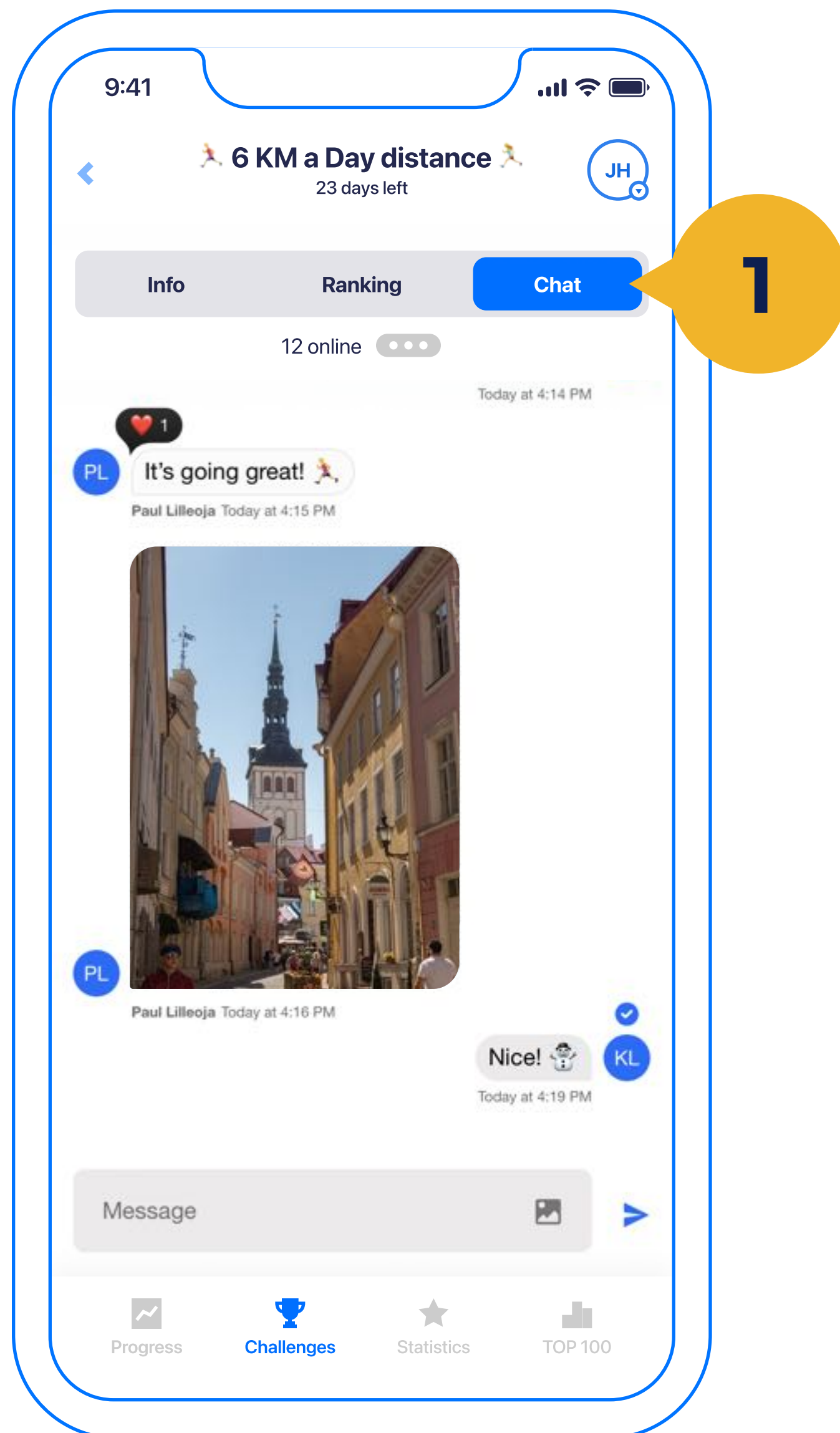


Väljakutsete lehel saate filtreerida edetabelit spetsiaalse filtrinupu abil.

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.

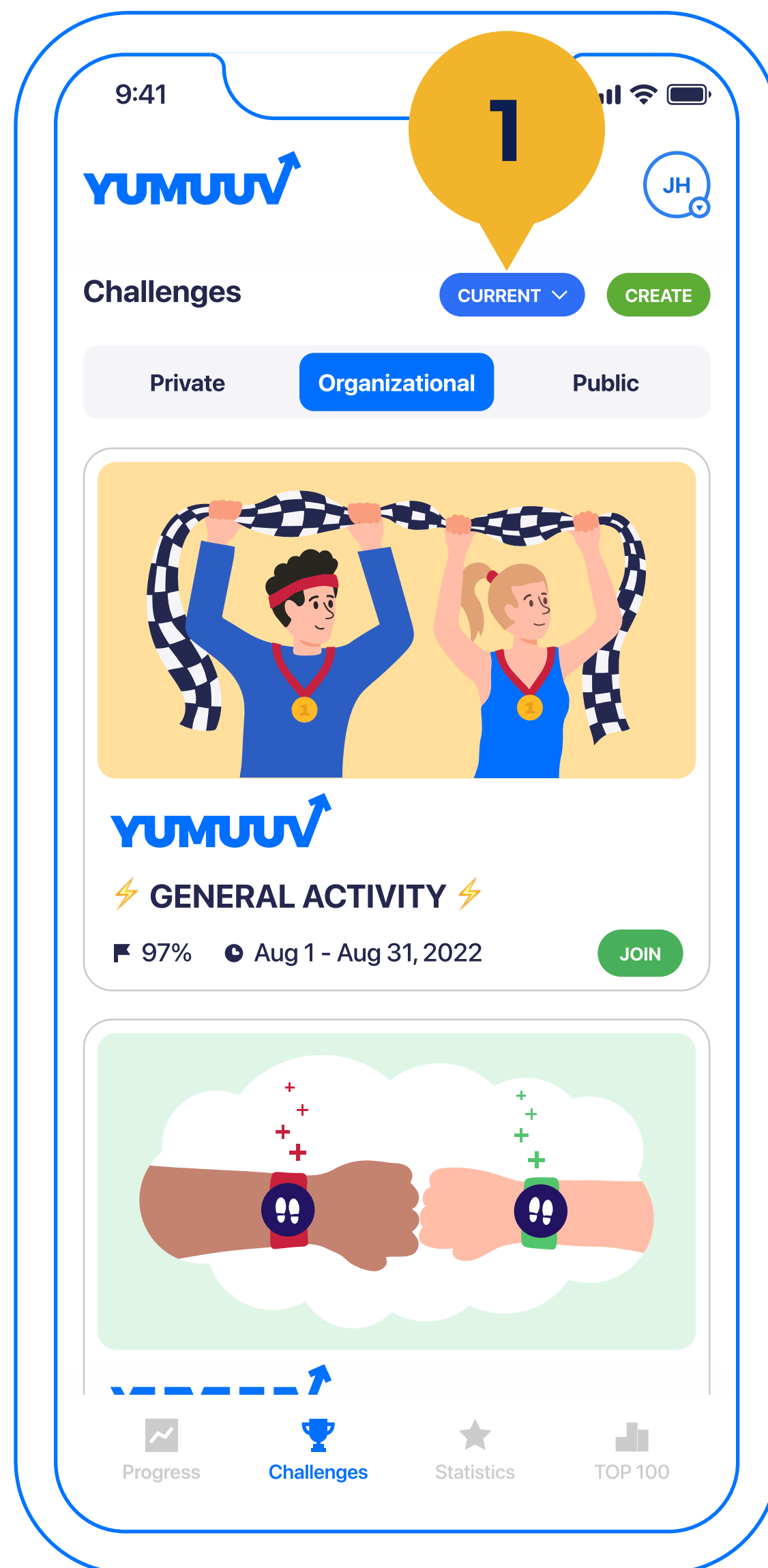
2.5 Chat



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.

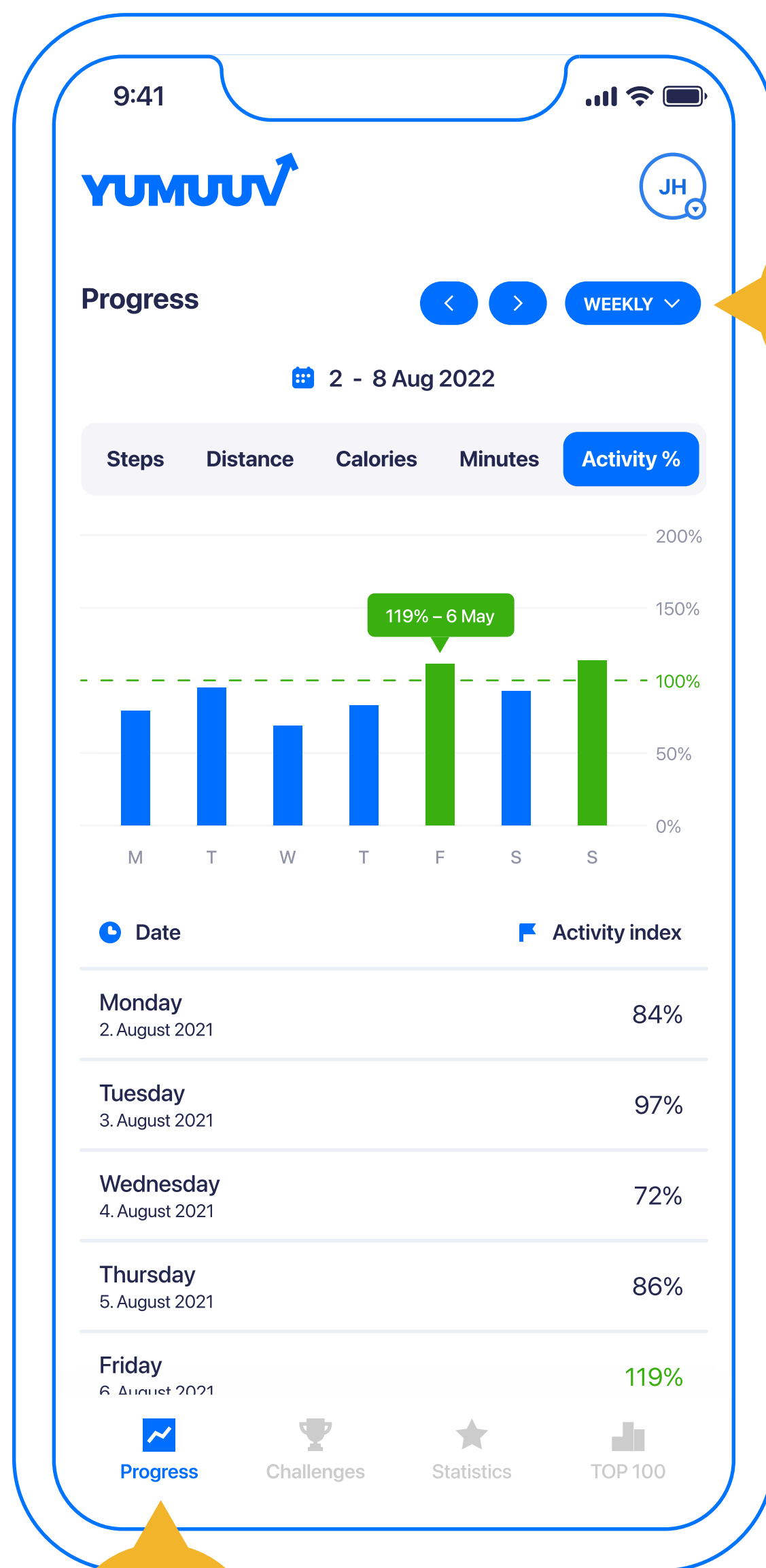
2.6 Möödunud, käesolevad ja tulevased väljakutsed



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

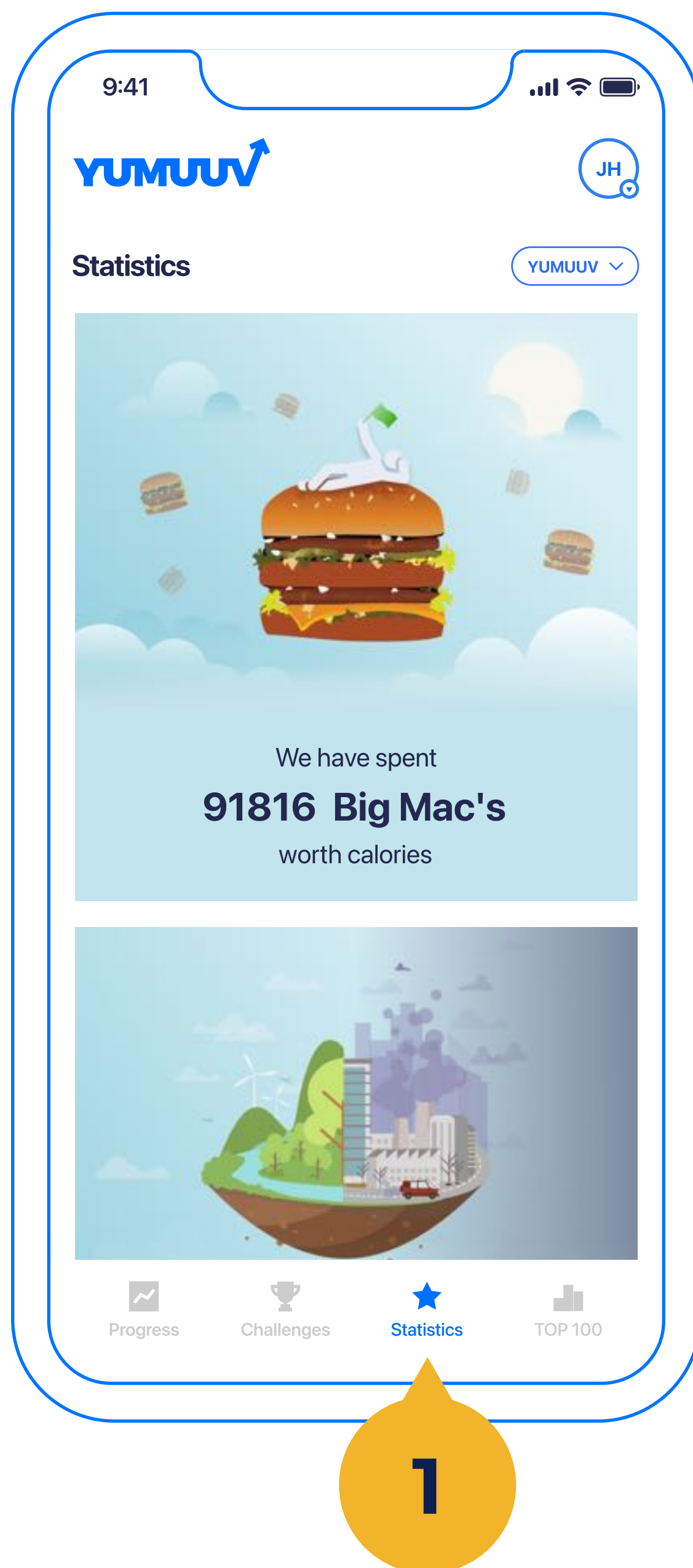
3. Statistika

3.1 Isiklik areng



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

3.2 Ettevõtte statistika



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

3.3 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.

4. Võtke meiega ühendust

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

info@yumuv.com

