

# Эффективность фитнес- браслетов ONETRAK в системе оздоровления студентов

Астафьева В.  
Блинкова Н.  
Коренькова А.  
Смирнова А.

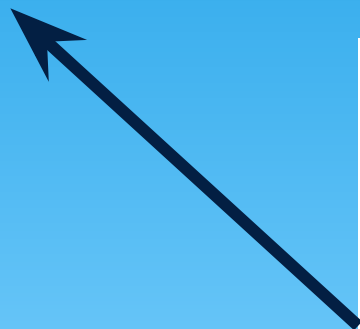


**ONETRAK**  
БЕСКОНЕЧНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ





## Зависимость





Сбалансированное  
питание

Отличное здоровье





Лишний  
вес



Вредные  
привычки

Малоподвижный  
образ  
жизни

Преждевременное  
старение



# Эксперимент длиной в 2 месяца

# НАСТЯ

Цель:

Плавное снижение веса при соблюдении правильного питания и активности по рекомендациям ONETRAK, выявление затрат на продукты питания



## Затраты на питание

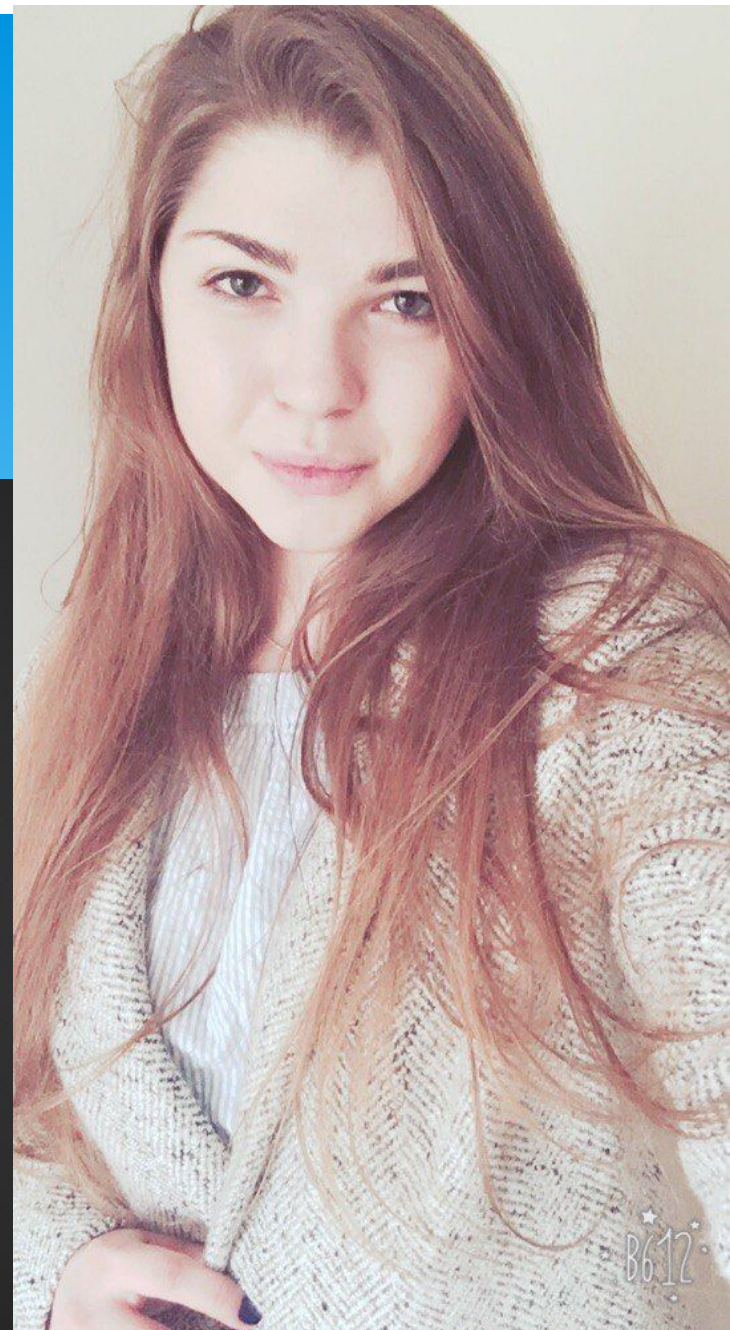
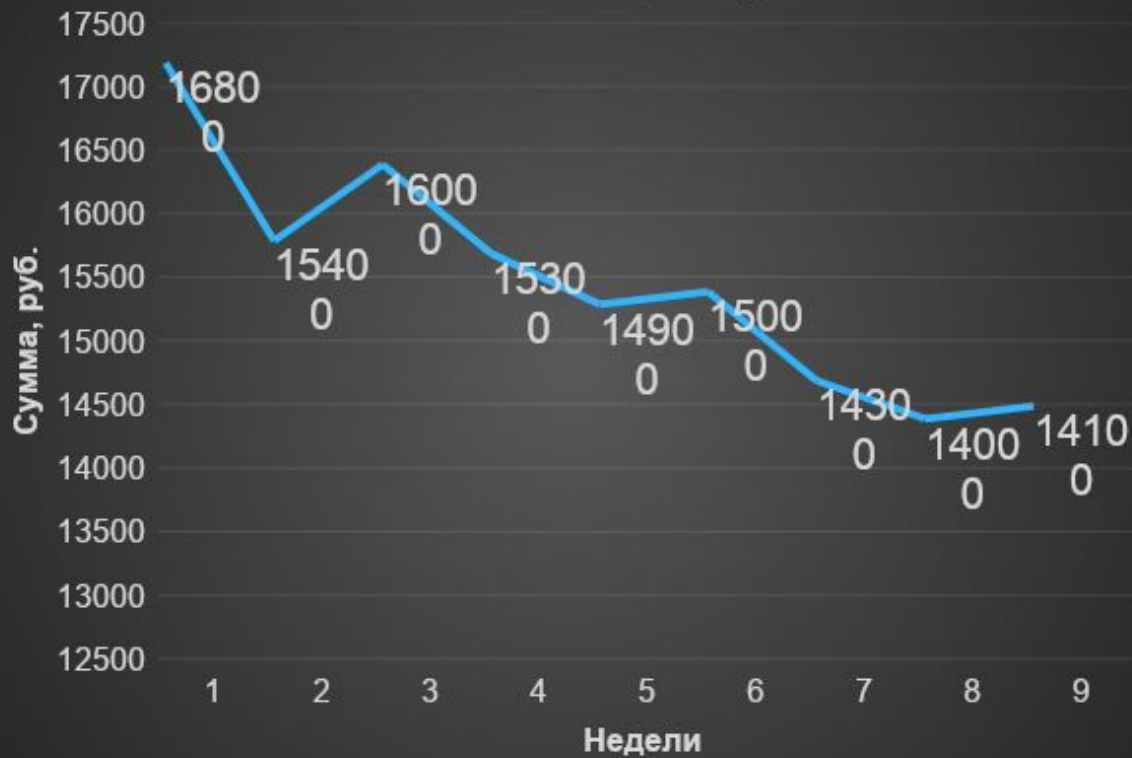


# Анастасия

Цель:

Придерживаясь диеты, снизить вес до 10 кг. за такой короткий промежуток времени.

## Расходы на продукты





# НИКА



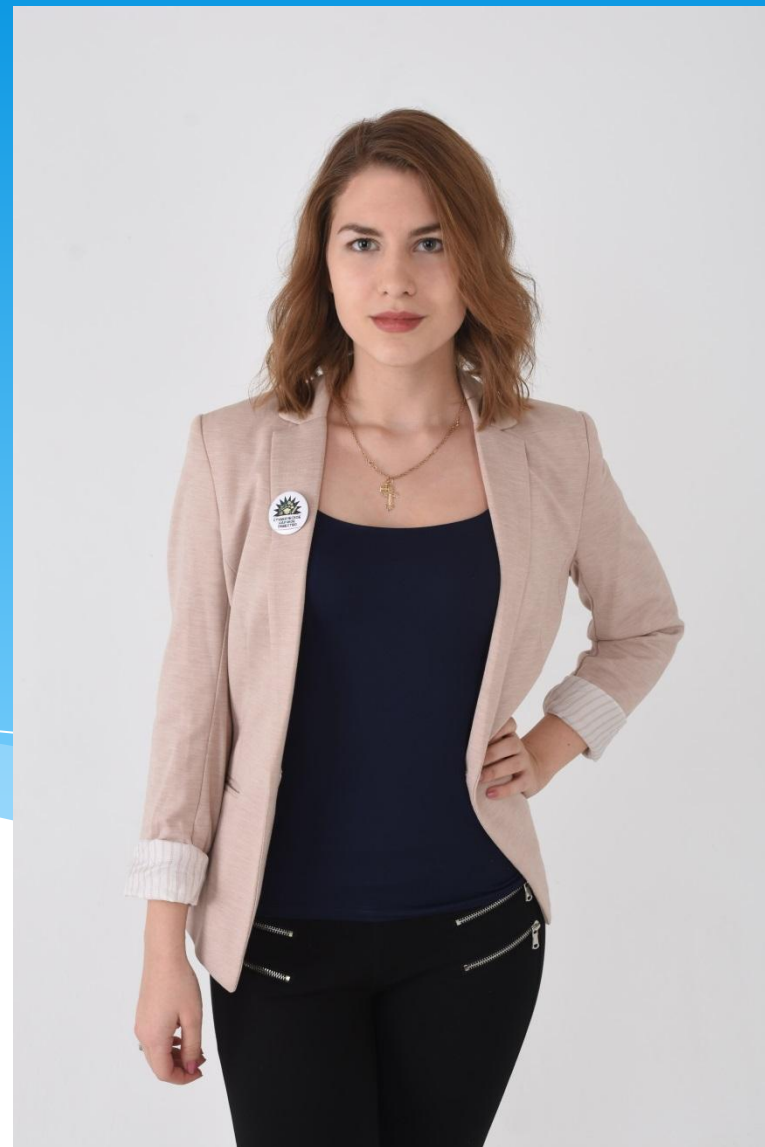
## Цель:

- Выяснить, почему люди стремятся следовать цифрам
- Зачем это необходимо
- как это помогает
- Почему большинство молодых людей переходит на фитнес-браслеты
- Отследить, каковы затраты на продукты питания при режиме «СТУДЕНТ»

# НАДЯ

## ЦЕЛЬ:

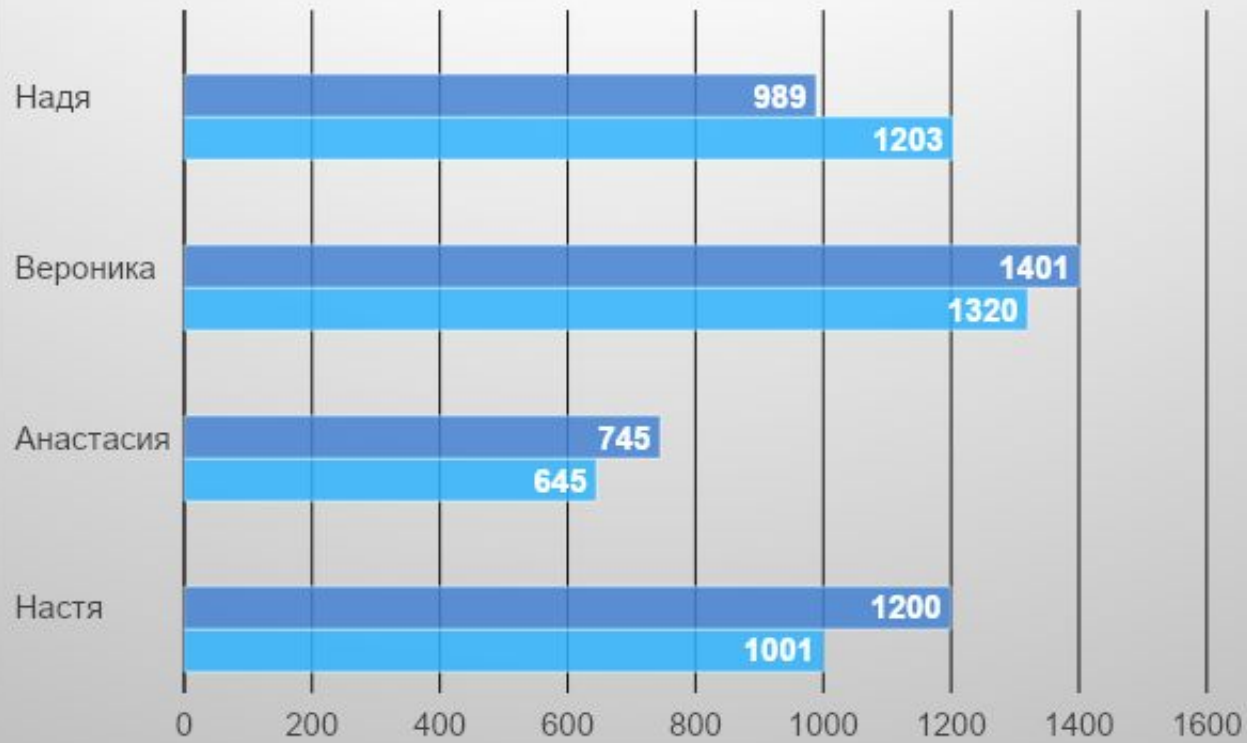
- Следуя рекомендациям врача, соблюдать лечебную диету при гастрите
- Нормализовать сон
- Проанализировать активность



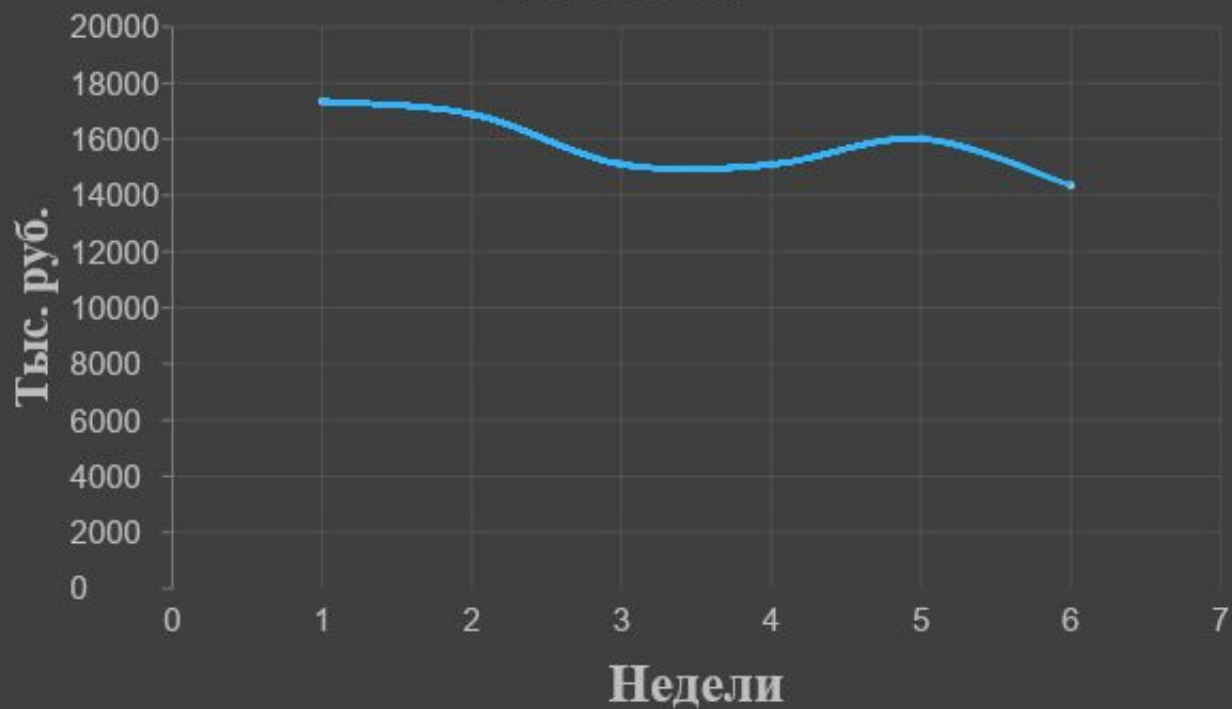
## Количество сна (час)



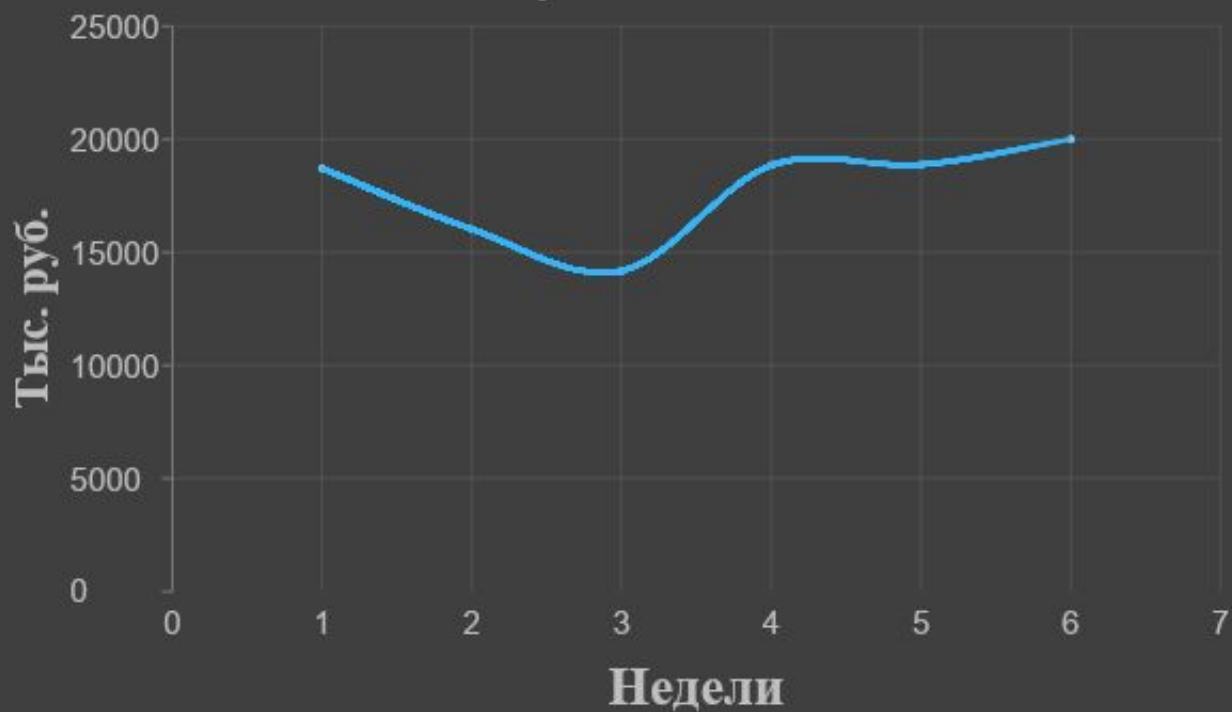
## Количество потребляемых кКал



## При соблюдении рекомендаций ONETRAK



## Не соблюдая рекомендации фитнес - браслета



Достигай вместе с  
ONETRAK



#onetrak