قوّة

وصول مبكر · نستقبل المدربين الآن

لمدربي الأونلاين والمدربين الشخصيين

درّب عملاء أكثر. وطارِد رسائل أقل.

البرامج وخطط التغذية والمتابعات الأسبوعية والمحادثة والمدفوعات
في تطبيق واحد — بالعربية والإنجليزية، وبأسعار بالجنيه المصري.



منشئ برامج ومكتبة تمارين بالعربية

متابعات بصور جنبًا إلى جنب

تتبّع إنستاباي والمحافظ والنقدي

لماذا قوّة

نشاطك التدريبي، خارج واتساب.

معظم مدربي الأونلاين يعملون بواتساب وجداول جوجل وخطط تغذية PDF. هذا ينجح — حتى يصبح لديك ثلاثون عميلًا.

✕ هل يبدو هذا مألوفًا؟

- البرامج في ملفات PDF وجداول يضيّعها العملاء أو لا يفتحونها.
- يوم المتابعة يعني البحث في المحادثات عن الصور والأوزان والأعذار.
- لا تعرف بنظرة واحدة من يلتزم بالخطة ومن اختفى.
- صور تحويلات إنستاباي تضيع والتجديدات تفوت دون أن يلاحظ أحد.
- التطبيقات العالمية مسعّرة بالدولار ولا تتحدث العربية.

✓ مع قوّة

- ابنِ البرنامج مرة واحدة، واحفظه كقالب، وعيّنه في دقيقة.
- المتابعات تصل في قائمة واحدة، بالصور جنبًا إلى جنب والمنحنيات مرسومة لك.
- صفحة كل عميل تُظهر الالتزام والأرقام القياسية ومنحنى الوزن وموعد التجديد.
- كل دفعة تُسجَّل مع إثباتها، وترى من عليه مستحقات ومن يجدد هذا الأسبوع.
- عربي وإنجليزي، وأسعار بالجنيه المصري، وباقة مجانية للبداية.

هدفنا: أن تُنهي متابعاتك الأسبوعية في جزء من الوقت المعتاد — لتستقبل عملاء أكثر دون أن تخسر إجازتك.

مصمَّم لـ

مدربو الأونلاين
تدريب وتغذية لعملاء في أي مكان.

المدربون الشخصيون
برامج بين جلسات الجيم، وجدولة الجلسات قريبًا.

فرق التدريب
عدة مدربين تحت علامة واحدة، وأدوات الفرق قريبًا.

برامج وخطط تغذية، تُبنى بسرعة

كل ما تحتاجه لكتابة برامج وخطط تغذية ممتازة — ولجعل العملاء يلتزمون بها فعلًا.

منشئ البرامج

أسابيع وأيام وسوبر سِت ودوائر، ومجموعات وتكرارات وأوزان ونسبة من 1RM وRPE وإيقاع وراحة. نسخ وتعديل جماعي.

مكتبة تمارين بالعربية

نحو 300 تمرين بأسماء عربية وإنجليزية وإرشادات أداء وفيديوهات توضيحية — بالإضافة إلى تمارينك.

القوالب

احفظ أفضل برامجك كقوالب، وعيّنها بتاريخ بداية في دقيقة.

خطط التغذية

أهداف السعرات والماكروز، وخطط وجبات ببدائل وأكلات مصرية، وملف PDF للطباعة.

استمارات التقييم

الأهداف وتاريخ التدريب والإصابات وأسئلة الجاهزية والأطعمة غير المفضلة — قبل أن تكتب أول مجموعة.

تطبيق العميل

يرى العميل تمرين اليوم، ويسجّل كل مجموعة (حتى دون إنترنت)، ويشاهد الفيديوهات ويتابع وجباته.

صفحتك كمدرب

صفحة عامة بباقاتك وزر «اطلب التدريب»؛ وكل طلب يصل إلى قائمة العملاء المحتملين لتتابعه حتى يشترك.

دعوة العملاء بسهولة

ادعُ برابط أو كود QR أو واتساب، أو استورد قائمة عملائك من جدول.





منشئ البرامج عندك · شاشة «اليوم» عند العميل

المتابعات والمحادثة واستلام مستحقاتك

الحلقة الأسبوعية التي تُبقي العملاء على المسار — وتُبقي دخلك على المسار أيضًا.

المتابعات الأسبوعية
الوزن والقياسات والصور والالتزام والنوم والتوتر، في الموعد الذي تحدده.

قائمة المراجعة
كل المتابعات في مكان واحد، والصور جنبًا إلى جنب، والمنحنيات مرسومة — ورُدّ بنص أو رسالة صوتية.

العميل 360°
الالتزام وحجم التدريب والأرقام القياسية ومنحنى الوزن والصور والملاحظات والمدفوعات وموعد التجديد في شاشة واحدة.

محادثة مصممة للتدريب
نصوص وصور ورسائل صوتية وفيديوهات قصيرة، مرتبطة بالتمرين الذي تتحدثان عنه.

الباقات
السعر والمدة وما تشمله: برامج وتغذية وعدد المتابعات والمكالمات. إيقاف مؤقت وتجديد.

المدفوعات والتجديدات
سجّل الدفعات النقدية وإنستاباي والمحافظ مع الإثبات، ويصل للعملاء تذكير بالتجديد.

لوحة نشاطك
العملاء النشطون والدخل والتجديدات المستحقة وسرعة ردك على المتابعات.

التذكيرات
يصل للعميل تذكير عندما يحين موعد المتابعة أو ينتظره تمرين.

قريبًا المواعيد ومزامنة التقويم · الأتمتة · الدفع بالكارت عبر بوابتك · أدوات الفرق

لاحقًا الظهور في سوق قوّة · استشارات فيديو · مساعد صياغة بالذكاء الاصطناعي



مراجعة المتابعات على الويب · الرد برسالة صوتية في المحادثة

البداية

مصمَّم لتجهيز أول عميل في 30 دقيقة

1

أنشئ نشاطك

الاسم والتخصصات والشعار وأول باقة.

2

ادعُ عملاءك

أرسل رابطًا على واتساب أو استورد قائمتك.

3

عيّن برنامجًا

من قالب أو من الصفر، بتاريخ بداية.

4

راجِع واستلم مستحقاتك

متابعات كل أسبوع، وتجديدات تُتتبَّع لك.

استلم مستحقاتك بالطريقة التي يدفع بها عملاؤك

- إنستاباي (رقم مرجعي + صورة التحويل)
- المحافظ الإلكترونية
- نقدًا
- تحويل بنكي
- روابط دفع بالكارت عبر بوابتك — قريبًا

مبني ليكون موضع ثقة

عربي وإنجليزي

العربية من اليمين لليسار في كل مكان، وأنت وكل عميل تختارون لغتكم.

موافقة العميل جزء من النظام

العميل يوافق على ما تراه — وهذا يجعل قبوله التدريب معك أسهل.

آمن افتراضيًا

بيانات مشفّرة، وصور تقدّم خاصة، وتحقق بخطوتين لحسابك.

فحص السلامة

استمارات التقييم تشمل استبيان الجاهزية وتاريخ الإصابات قبل بدء التدريب.

أسئلة يطرحها المدربون

هل يأخذ قوّة نسبة من دخلي؟

لا. مدفوعات عملائك تصلك مباشرة، وأنت تدفع باقة شهرية ثابتة. عمولة 10% تُطبَّق فقط على العملاء الذين يجدونك عبر سوق قوّة (لاحقًا)، لأول 12 شهرًا.

هل يدفع عملائي مقابل التطبيق؟

لا. تطبيق العميل مجاني لهم.

ماذا يحدث عندما يغادر عميل؟

يحتفظ بسجلاته ونسخة للقراءة فقط من البرامج التي دفع ثمنها. وقوالبك وفيديوهاتك وملاحظاتك الخاصة تبقى لك.

هل يمكنني نقل عملائي الحاليين؟

نعم. ادعُهم برابط واتساب أو كود QR، أو استورد قائمتك من جدول.

الباقات

ابدأ مجانًا. وتوسّع عندما تكون جاهزًا.

الأسعار بالجنيه المصري شهريًا وتشمل ضريبة القيمة المضافة. الباقات السنوية بشهرين مجانًا. جرّب باقة المحترف مجانًا 14 يومًا — دون بطاقة.

المجانية

0 جنيه / شهر

حتى 3 عملاء نشطين

- البرامج والمتابعات
- المحادثة مع العملاء
- صفحة مدرب (بعلامة قوّة)

البداية

349 جنيه / شهر

حتى 15 عميلًا نشطًا

- كل ما في المجانية
- خطط التغذية
- الباقات وتتبّع المدفوعات
- استمارات التقييم

نوصي بها

المحترف

799 جنيه / شهر

حتى 50 عميلًا نشطًا، و10 جنيهات لكل عميل إضافي

- كل ما في البداية
- لوحة النشاط
- شعارك وألوانك
- العملاء المحتملون من صفحتك
- المواعيد والأتمتة (قريبًا)
- الدفع بالكارت عبر بوابتك (قريبًا)

الفريق

1,999 جنيه / شهر

3 مدربين · 150 عميلًا نشطًا

- كل ما في المحترف
- 399 جنيهًا لكل مدرب إضافي
- توزيع العملاء والقوالب المشتركة (قريبًا)
- الصلاحيات ومؤشرات جودة المدربين (قريبًا)

كل باقة تشمل

- عربي وإنجليزي
- تطبيق مجاني للعملاء (آيفون وأندرويد)
- مكتبة تمارين بالعربية
- تسجيل دون إنترنت للعملاء
- تحقق بخطوتين
- تحديثات مجانية

عرض المدربين المؤسّسين

خصم 40% على أول 12 شهرًا — لأول 200 مدرب، مقابل مكالمات ملاحظات ودراسة حالة قصيرة.

انضم إلى أول 200 مدرب

ابدأ بالباقة المجانية أو جرّب المحترف 14 يومًا. استورد قائمة عملائك من جدول وابدأ التدريب على قوّة في اليوم نفسه.

+20 155 544 0882 support@qowa.app

ابدأ مجانًا ← qowa.app

كتيّب وصول مبكر. المميزات الموسومة بـ«قريبًا» أو «لاحقًا» مخطط لها وغير متاحة بعد. العميل النشط هو عميل لديه باقة تدريب سارية خلال الشهر، والعملاء المؤرشفون مجانًا. الأسعار بالجنيه المصري شاملة ضريبة القيمة المضافة، وقد تتغير المميزات والأسعار قبل الإطلاق.