1. ПО должно предусматривать участие двух типов пользователей: авторизованный (вошедший в личный кабинет) и неавторизованный
2. Функциональные опции неавторизованного пользователя:
   1. Регистрация (заполнение персональных данных):
      1. ФИО
      2. Рост
      3. Вес
      4. Уровень подготовки (начальный, средний, продвинутый)
   2. Динамическое составление плана тренировки:
      1. Пользователь составляет из стандартной базы данных упражнений план тренировки (стандартная база данных создается разработчиками и является базой по умолчанию)
      2. Пользователь указывает примерное количество повторов/подходов для каждого упражнения. Примерное в данном случае означает, что пользователь предполагает делать за подход указанное количество повторений, и в зависимости от этого рассчитывается длительность времени подхода
      3. Пользователь выбирает уровень интенсивности предстоящей тренировки, который влияет на последующий расчет длительности отдыхов между подходами/упражнениями
      4. По введенным данным рассчитывается время тренировки со вспомогательными звуковыми сигналами для пользователя:
         1. Начало подхода
         2. Конец подхода
         3. Отдых между подходами/упражнениями
      5. Динамическое составление означает невозможность планирования тренировки на другой день, т.к. данные хранятся в приложении до того момента, пока его не закроет пользователь
3. Функциональные опции авторизованного пользователя:
   1. Выход из ЛК в режим неавторизованного пользователя
   2. Календарное составление плана тренировки:
      1. Пользователь выбирает день тренировки
      2. Пользователь составляет из стандартной базы данных упражнений план тренировки или добавляет в стандартную базу упражнений новые элементы, т.е. указывает:
         1. Название нового упражнения
         2. Сложность (легкая, средняя, тяжёлая)

Новое упражнение добавляется только внутри учетной записи данного пользователя, не меняет стандартную базу упражнений

* + 1. Пользователь указывает примерное количество повторов/подходов для каждого упражнения. Примерное в данном случае означает, что пользователь предполагает делать за подход указанное количество повторений, и в зависимости от этого рассчитывается длительность времени подхода
    2. Пользователь выбирает уровень интенсивности предстоящей тренировки, который влияет на последующий расчет длительности отдыхов между подходами/упражнениями
    3. По введенным данным рассчитывается время тренировки со вспомогательными звуковыми сигналами для пользователя:
       1. Начало подхода
       2. Конец подхода
       3. Отдых между подходами/упражнениями
    4. В запланированный день появляется кнопка «Начать тренировку»
    5. Во время тренировки происходит динамический подсчет сожженных калорий
  1. Доступ к системе персональных наград