

.....

FIT APP

.....

PROBLEMAS:

- Falta de tempo
- Dificuldade de acesso a exercícios físicos e orientações nutricionais
- Falta de conhecimento



SAÚDE É UMA JORNADA,
NÃO UM DESTINO

PRINCIPAIS OBJETIVOS:.....

- Incentivar o usuário a viver um estilo de vida saudável
- Proporcionar ferramentas simples para que o usuário alcance o auto desenvolvimento

JUSTIFICATIVA:

- Mais da metade da população brasileira não pratica exercícios físicos e/ou possui uma alimentação saudável.