**Title: Fitness Tracker in C++**

**Introduction:**Physical fitness is a vital aspect of a healthy lifestyle. With increasing awareness about health and wellness, people are keen to keep track of their fitness activities. The "Fitness Tracker" project aims to provide an easy-to-use solution for logging and monitoring workouts.

This project utilizes basic C++ programming concepts to create a console-based application that helps users manage their fitness routines efficiently.

**Objective**: To develop a simple and effective console-based fitness tracker application in C++ that enables users to log their physical activities, track the duration of workouts, and calculate total calories burned.

**Features**:

* **Add Activity**: Allows users to input details of their workout activities, including the type of activity, duration, and calories burned.
* **Display Activities**: Users can view a list of all recorded fitness activities.
* **Display Total Calories Burned**: Users can see the total calories burned from all recorded activities.
* **Exit**: Users can safely exit the application.

**Methodology**:

1. **Requirement Analysis**: Identify the main features needed for the Fitness Tracker.
2. **Design**: Define the classes and data structures, create a user-friendly interface with a menu.
3. **Implementation**:
   * Develop the Fitness Activity class and its methods.
   * Implement the main function with a loop to handle user choices.
4. **Testing**: Test the application for different scenarios to ensure it works as expected.
5. **Documentation**: Write clear documentation explaining the code and how to use the application.
6. **Review and Iteration**: Review the code for improvements and iterate based on feedback.

**Expected Outcome**: The result will be a functional fitness tracker application where users can log their physical activities, view all recorded activities, and see the total calories burned. This application will help users stay motivated and on track with their fitness goals.

**Conclusion**: The Fitness Tracker project in C++ provides a practical approach to learning basic programming principles. It serves as a useful tool for tracking fitness activities and helps users understand the fundamentals of object-oriented programming, user interaction, and data management in C++. This project can be further expanded to include advanced features such as categorized activities, detailed reports, and integration with wearable fitness devices.

**Name**: Jahnavi Chaudhari

**PRN:** 2124UCSF1113

**Dept:** Cyber Security