### **Tipos de Usuários**

1. **Regular User** ou **Trainee**

* Este é o usuário comum que busca treinos, dietas, e pode montar um planejamento próprio ou buscar ajuda profissional.

1. **Trainer** ou **Coach**

* Este usuário é o personal trainer. Ele pode criar treinos personalizados para seus clientes, compartilhar vídeos de movimentos e técnicas, e acompanhar o progresso dos alunos.

1. **Nutritionist**

* Este usuário é o nutricionista. Ele pode criar planos alimentares, fornecer orientações sobre dieta e fazer um acompanhamento de nutrição para os clientes.

1. **Gym Owner** ou **Gym Administrator**

* Este é o administrador da academia. Ele pode cadastrar seus personal trainers e nutricionistas, criar fichas de treino para os alunos, e oferecer suporte digital para os treinos e planos alimentares dos membros da academia.

### **Funcionalidades e Tabelas de Relacionamento**

Aqui estão algumas das funcionalidades e seus nomes em inglês que podem ajudar na construção do grid:

1. **Workout Plan** - Planos de treino que podem ser criados pelo **Trainer**, pelo **Gym Owner**, ou pelo próprio **Regular User**.
2. **Nutrition Plan** - Plano de alimentação criado pelo **Nutritionist** ou pelo **Regular User**.
3. **Trainer Directory** - Um diretório de personal trainers disponível para os **Regular Users** que desejam contratar serviços personalizados.
4. **Nutritionist Directory** - Um diretório de nutricionistas que **Regular Users** podem contratar para planos alimentares personalizados.
5. **Client Management** - Uma funcionalidade para **Trainers** e **Nutritionists** gerenciarem seus clientes. Isso inclui a criação de planos personalizados, feedback, e acompanhamento.
6. **Exercise Library** - Uma biblioteca de exercícios (com vídeos ou instruções) que pode ser utilizada por todos os tipos de usuários. Essa biblioteca pode ser acessada para criar treinos mais detalhados.
7. **Progress Tracking** - Um sistema de acompanhamento de progresso, onde os **Regular Users** podem registrar e acompanhar o progresso de seu treino e nutrição.
8. **Workout Feed** ou **Activity Feed** - Um feed de atividades, semelhante a uma rede social, onde usuários podem compartilhar conquistas, dicas, e interações com profissionais.
9. **Gym Dashboard** - Um painel específico para **Gym Owners** organizarem e monitorarem as atividades dos alunos, personal trainers, e nutricionistas registrados na academia.
10. **Self-Service Mode** - Modo onde o usuário pode criar seus próprios planos de treino e dieta, sem a necessidade de contratar profissionais.
11. **Reports & Analytics** - Relatórios de desempenho e análises que podem ser acessados por **Trainers** e **Nutritionists** para acompanhamento dos seus clientes.

Essas terminologias em inglês ajudam a manter a estrutura e o propósito da plataforma claros e compreensíveis para um público amplo. Se precisar de mais detalhes sobre algum termo ou de novas ideias para funcionalidades, estou à disposição!