

Трекер тренировок

1. Цель

Создать веб-приложение для фиксации количества повторений в упражнении (например, подтягивания или отжимания) с сохранением данных в базе данных SQLite.

2. Структура базы данных

Таблица Workouts:

- id: уникальный номер записи (Integer, Primary Key).
- reps: количество повторений (Integer).
- date: дата и время записи (DateTime, заполняется автоматически).

3. Функциональные требования

Приложение должно состоять из одной страницы, которая выполняет следующие задачи:

1. **Вывод данных:** Отображение списка всех записей из БД в обратном хронологическом порядке (новые сверху).
2. **Добавление данных:** Форма ввода (поле для числа и кнопка «Добавить»).
3. **Подсчет:** (Опционально) Вывод общей суммы всех повторений за всё время.

5. Структура проекта

```
/steel_log
  app.py      # Основной код приложения и модели БД
  /templates
    index.html # Главная страница приложения
```