

## Wprowadzenie

HealthyMe to aplikacja zaprojektowana, aby pomóc użytkownikom w rozpoczęciu ćwiczeń treningowych, ich doborze oraz w poprawie stanu zdrowia. Umożliwia użytkownikom podanie informacji osobistych i otrzymanie spersonalizowanego planu treningowego.

## Funkcjonalność

**Strony dostępne dla wszystkich użytkowników:** Strony ogólnodostępne, takie jak np.: strona główna, opinie.

**Strony dostępne jedynie dla zalogowanych użytkowników:** Strony prywatne, takie jak np.: dashboard, biblioteka ćwiczeń.

**Uwierzytelnianie użytkownika:** HealthyMe pozwala utworzyć profil poprzez zarejestrowanie się, oraz dodanie informacji osobistych, takich jak:

- płeć,
- wiek,
- waga,
- wzrost,
- poziom sprawności fizycznej,
- ewentualne problemy zdrowotne,
- cel ćwiczeń,

w celu uzyskania dostępu do swojego profilu i planu treningowego.

**Spersonalizowany plan treningowy:** Na podstawie informacji podanych przez użytkownika w formularzu, HealthyMe generuje spersonalizowany plan treningowy.

**Biblioteka ćwiczeń:** HealthyMe oferuje bibliotekę ćwiczeń z filmami i opisami, aby pomóc użytkownikowi w prawidłowym ich wykonywaniu.

**Śledzenie postępów:** HealthyMe śledzi postępy użytkownika i umożliwia użytkownikowi ich śledzenie w czasie.

**Ustalanie celów:** HealthyMe pozwala użytkownikowi ustawić swoje cele.