**MÔ TẢ HỆ THỐNG:**

* Hệ thống gồm 4 thể loại tập luyện : cổ diển , tập cơ bụng , tập chân và tập tay
* Hệ thống hướng đẫn chi tiết và đầy đủ về các bài tập
* Bắt đầu tập luyện của mỗi bài tập gồm nhiều động tác khác nhau được hệ thống đưa ra để giúp bạn tập luyện
* Thời gian đếm ngược thực hiện mỗi động tác và thời gian nghỉ ngơi giữa các động tác được thiết lập trong phần cài đặt
* Người đùng đăng nhập
* Lịch cho thấy thời gian tập luyện của người dùng
* Nhắc bạn tập luyện
* Giữ màn hình bật trong lúc bạn thực hiện
* Có thể sử dụng Ứng dụng offline

Ứng đụng được viết bằng : Android Studio