

# Dr Gym - śledź postępy na siłowni i dziel się ze znajomymi.

Aplikacja webowa/mobilna - do przemyślenia.

Aplikacja będzie umożliwiać tworzenie kont i śledzenie swoich postępów na siłowni oraz dzielenie się nimi ze znajomymi. Dodatkowo w późniejszej fazie planujemy dodać funkcjonalność umożliwiającą poznawanie oraz umawianie się z innymi użytkownikami na trening.

Konta użytkowników - możliwość personalizacji zdjęcia profilowego, wyników, poziomu zaawansowania, ulubionych ćwiczeń.

Postępy na siłowni - tygodniowy/miesięczny raport, ilość treningów, spalone kalorie, wykonane ćwiczenia, przeciwiczone partie ciała, wykresy. Przedstawienie aktywności na sylwetce oraz w postaci kalendarza.

## ETAP 1

- Baza użytkowników i ćwiczeń. Użytkownicy, mają swoje nicki (niekoniecznie imiona i nazwiska), może miejsce zamieszkania (miasto) i najczęściej odwiedzaną siłownię. Baza ćwiczeń zawiera nazwy ćwiczeń, angażowane mięśnie i może jakieś statystyki (trudność/intensywność/czy jest to bardziej cardio czy ćwiczenie siłowe?).
- Dokumentacja treningowa - możliwość utworzenia treningu w swego rodzaju archiwum - dokumentujemy ćwiczenia, ilość powtórzeń, ciężar, tempo (w tym długość przerw) w przypadku ćwiczeń cardio jak rower/bieganie możemy dodawać czas/dystans.
- Możliwość wglądu do swojej historii treningów - może jakieś proste wykresy dla każdego ćwiczenia.

## ETAP 2

- Zawieranie znajomości, umawianie wspólnych treningów.
- Porównywanie swoich osiągnięć ze znajomymi, (np. w postaci rankingów podniesionej wagi, ilości treningów itd.)
- Powiadomienia przypominające o treningach/ustalonych celach.

## ETAP 3

- Wizualne przedstawienie tygodniowej aktywności użytkowników.



- Wizualizacja najczęściej angażowanych mięśni na podstawie wykonywanych ćwiczeń.

