Progym

docker-compose.yml

progymdb.sql

# Progym-frontend

# Progym-backend

* server.js [Entry point for the backend server]
* Dockerfile [docker setup for containerizing the backend]
* .env [Environment variables e.g., API keys, db config]

## Config

* db.js [connection using mysql2]

## Controller

* authController.js [Handles login, register, and session check logic]
* gymbotController.js [Handles gymbot ai chat interactions]
* workoutController.js [CRUD operations for workout tracking]

## Models

## Routes

* auth.js [Routes for login, register, logout, session check]
* gymbot.js [Route for sending/receiving messages from gymbot]
* workoutRoutes.js [Routes to add, view, and delete workouts]

├── App.js

├── App.test.js

├── index.js

├── reportWebVitals.js

├── setupTests.js

├── context/

│ └── UserContext.js

├── components/

│ ├── Footer.jsx

│ ├── Navbar.jsx

│ ├── ScrollToTop.jsx

│ ├── WorkoutCharts.jsx

│ ├── charts/

│ │ ├── CalorieProgressBar.jsx

│ │ ├── LineCalorieHistory.jsx

│ │ ├── LineWorkoutTrend.jsx

│ │ ├── MacroPieChart.jsx

│ │ └── WaterJarProgress.jsx

│ └── mealplan/

│ ├── MealItem.jsx

│ └── MealPlanCard.jsx

├── pages/

│ ├── AdminDashboard.jsx

│ ├── BulkingStrategy.jsx

│ ├── CuttingStrategy.jsx

│ ├── EditProfile.jsx

│ ├── Exercises.jsx

│ ├── GymBot.jsx

│ ├── GymBotApi.js

│ ├── Home.jsx

│ ├── Login.jsx

│ ├── MealPlanner.jsx

│ ├── PremiumPage.jsx

│ ├── Profile.jsx

│ ├── ProgressCharts.jsx

│ ├── Register.jsx

│ ├── SupplementGuide.jsx

│ ├── Supplements.jsx

│ ├── TrackWorkout.jsx

│ ├── Upgrade.jsx

│ └── PremiumWorkouts.jsx

├── services/

│ └── mealPlannerService.js

├── styles/

│ ├── ExerciseStyles.js

│ ├── Home.js

│ ├── Login.js

│ ├── PremiumPageStyle.js

│ ├── ProfileStyles.js

│ ├── Register.js

│ ├── SupplementGuideStyles.js

│ ├── TrackWorkout.js

│ ├── WorkoutCharts.js

│ ├── bulkingStrategyStyles.js

│ ├── cuttingStrategyStyles.js

│ └── premium/

│ ├── PWorkoutsStyles.js

│ ├── GymBotStyle.js

│ ├── MealPlannerStyles.js

│ └── ProgressChartsStyles.js

├── server.js

├── config/

│ └── db.js

├── controllers/

│ ├── authController.js

│ ├── gymbotController.js

│ ├── mealPlannerController.js

│ ├── progressController.js

│ └── workoutController.js

├── models/

│ ├── foodModel.js

│ ├── mealModel.js

│ ├── mealPlanModel.js

│ ├── waterModel.js

│ └── workoutModel.js

├── routes/

│ ├── auth.js

│ ├── gymbot.js

│ ├── mealPlanner.js

│ ├── progressRoutes.js

│ └── workoutRoutes.js

├── scripts/

│ └── importFoods.js

├── services/

│ └── generateMealPlan.js

├── progymdb.sql