

Glossário - CloudFit

Backup – é uma cópia de segurança de ficheiros para que, em caso de danificados ou destruídos, não serem perdidos.

Brainstorming – é uma atividade desenvolvida (dinâmica de grupo) para explorar a potencialidade criativa de um indivíduo ou de um grupo.

Cronograma – é uma representação gráfica do calendário de um projeto.

Feedback – é a resposta à origem da informação sobre o resultado de um determinado trabalho efetuado.

Medidas antropométricas – é a verificação do peso corporal, de altura e circunferência abdominal.

Personal Trainer (PT) – é um profissional, que deve ter uma formação em educação física, que está capacitado a ministrar e supervisionar os treinos, seguindo os objetivos de quem o contrata e respeitando os princípios básicos do exercício físico.

Reviews – é uma análise crítica de projeto ou qualquer outro elemento que possa ser alvo de uma avaliação técnica.

User-friendly – é uma plataforma ou programa que é de fácil utilização e com o qual é possível interagir, nas funcionalidades básicas, de forma intuitiva.