**MetaGym**

TI1 Natércia Meneses

Daniel Moraes – nº 2022181

Brian Villanova – nº 2022262

Caique da Silva – nº 2022170

Índice

[Introdução 4](#_Toc155288300)

[Visão 4](#_Toc155288301)

[Mercado 4](#_Toc155288302)

[Nomenclatura 4](#_Toc155288303)

[Organização 5](#_Toc155288304)

[MetaGym 7](#_Toc155288305)

[Código Fonte 12](#_Toc155288306)

[about.css 12](#_Toc155288307)

[form.css 13](#_Toc155288308)

[info.css 15](#_Toc155288309)

[plans.css 17](#_Toc155288310)

[slide.css 20](#_Toc155288311)

[style.css 22](#_Toc155288312)

[form.html 24](#_Toc155288313)

[index.html 28](#_Toc155288314)

[script.js 35](#_Toc155288315)

[Conclusão 38](#_Toc155288316)

[Bibliografia 39](#_Toc155288317)

Índice de Figuras

[1 MetaGym GitHub 5](#_Toc155288318)

[2 Visual Studio Code 5](#_Toc155288319)

[3 MetaGym Logo 6](#_Toc155288320)

[4 Página Principal 7](#_Toc155288321)

[5 Código Carrossel 7](#_Toc155288322)

[6 Stylesheets 8](#_Toc155288323)

[7 Planos de Treino 8](#_Toc155288324)

[8 Código dos Cards 9](#_Toc155288325)

[9 Código Plans Hover 9](#_Toc155288326)

[10 Código About 10](#_Toc155288327)

[11 Secção About 10](#_Toc155288328)

[12 Imagem Hover 10](#_Toc155288329)

[13 Formulário 11](#_Toc155288330)

# Introdução

## Visão

A visão do MetaGym é reinventar a experiência de fitness, transformando-a em uma jornada envolvente e personalizada por meio da realidade virtual. Buscamos unir o mundo virtual expansivo do "MetaVerso" com a ideia de treino.

## Mercado

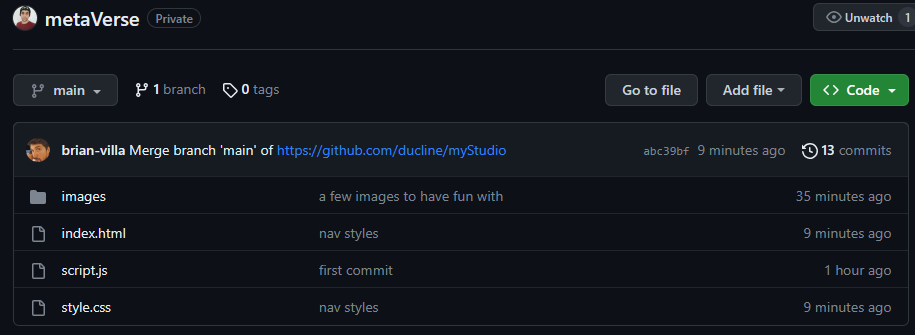
O mercado de realidade virtual está em crescimento, com uma crescente convergência com a indústria do fitness. O MetaGym se posiciona no cruzamento dessas tendências, oferecendo uma plataforma inovadora que atende à demanda por exercícios mais envolventes e acessíveis por meio da tecnologia de RV. Esperamos atrair uma variedade de utilizadores interessados em uma abordagem inovadora para melhorar sua saúde e condicionamento físico.

## Nomenclatura

O nome MetaGym foi cuidadosamente escolhido para refletir a essência do nosso projeto. Combina duas palavras, 'MetaVerso' e 'Ginásio', que, embora de origem inglesa, capturam perfeitamente a visão que temos para o nosso projeto. O 'MetaVerso' representa o universo virtual e expansivo que estamos a construir, um lugar onde as possibilidades são ilimitadas. Enquanto o 'Ginásio' evoca a ideia de treino, aperfeiçoamento e superação pessoal. Assim, o nome MetaGym personifica a fusão entre a realidade virtual e a busca pelo bem-estar, encapsulando a promessa de uma experiência única e enriquecedora para todos os que se aventuram no nosso espaço.

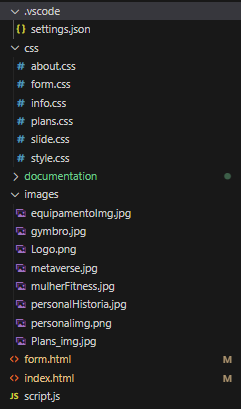
# Organização

Optamos por utilizar o GitHub para organizar e distribuir o trabalho. Para nós, esta foi uma das nossas primeiras experiências com o Git. Não só conseguimos colocar em prática o conhecimento adquirido durante as aulas, como também aprendemos a trabalhar em conjunto utilizando ferramentas avançadas.

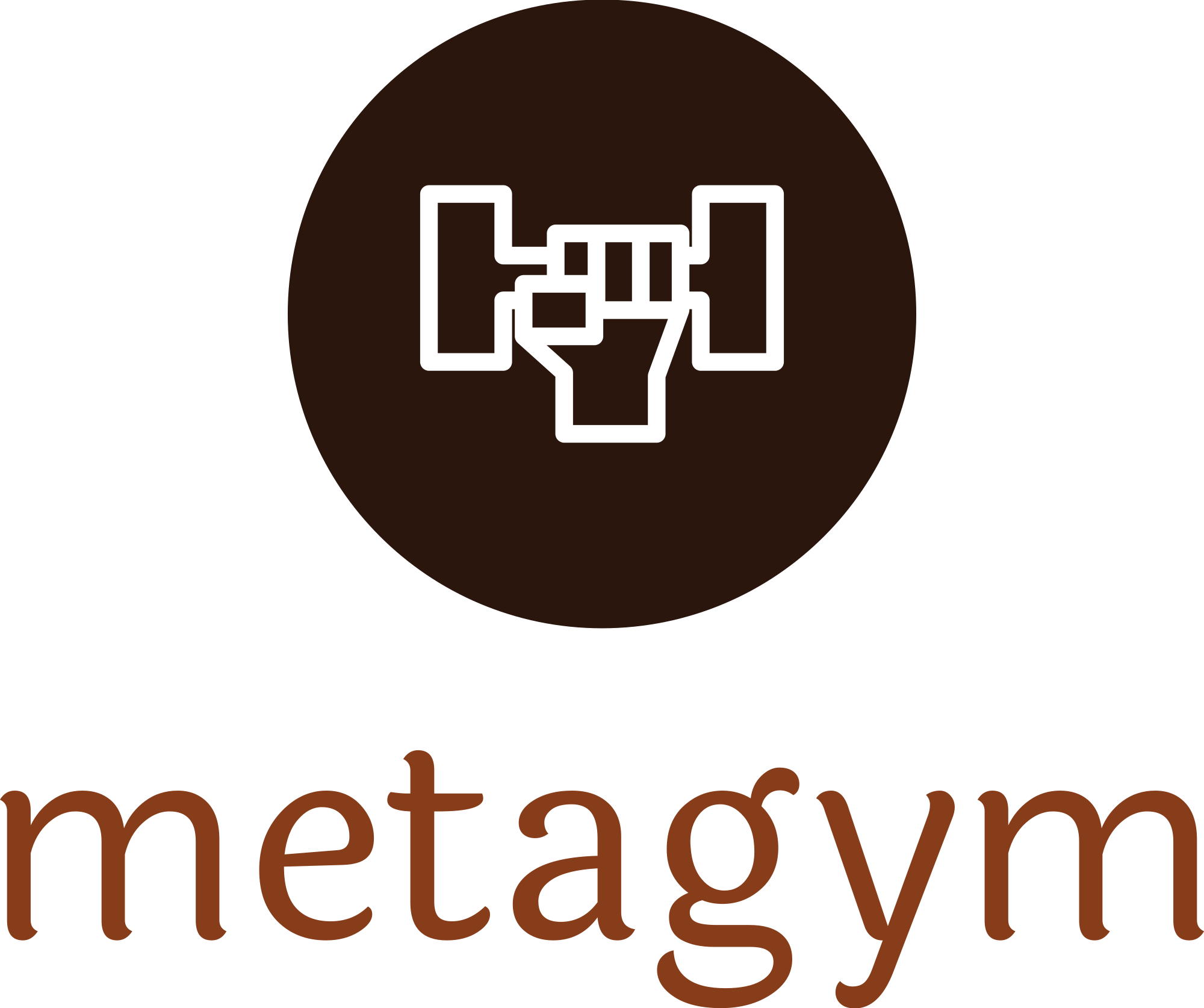


1 MetaGym GitHub

Além disso, decidimos também utilizar o Visual Studio Code como nossa principal ferramenta de edição e gerenciamento do GitHub, o que nos permitiu um ambiente integrado e eficiente para a gestão do nosso projeto.



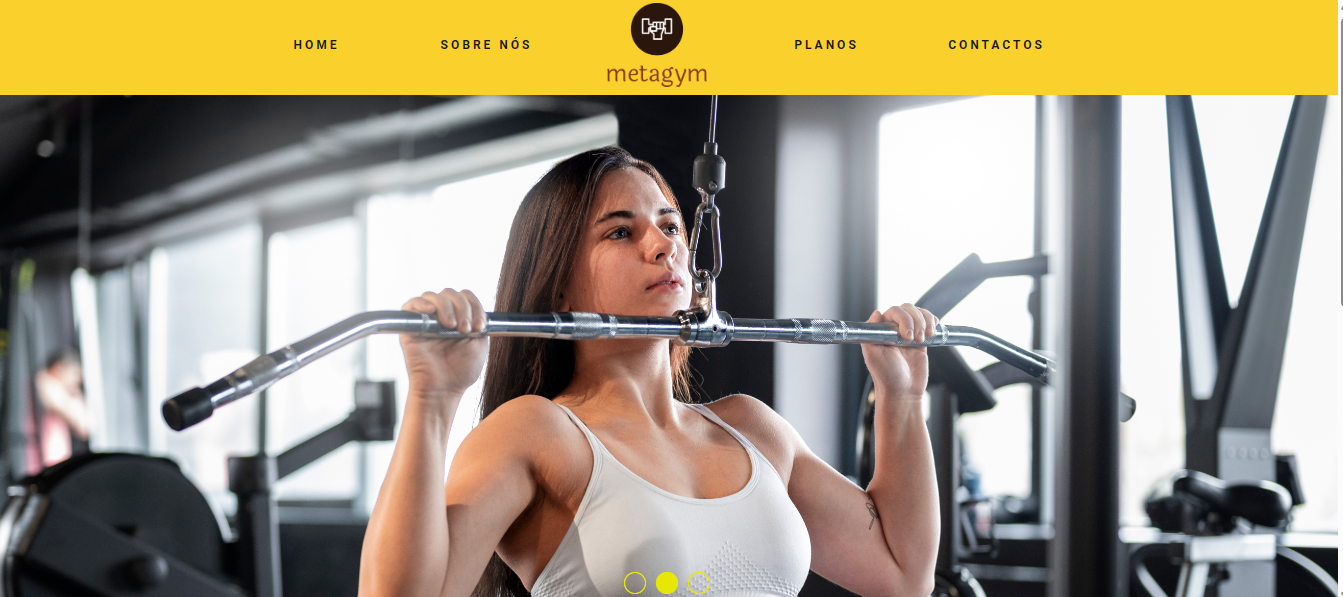
2 Visual Studio Code



3 MetaGym Logo

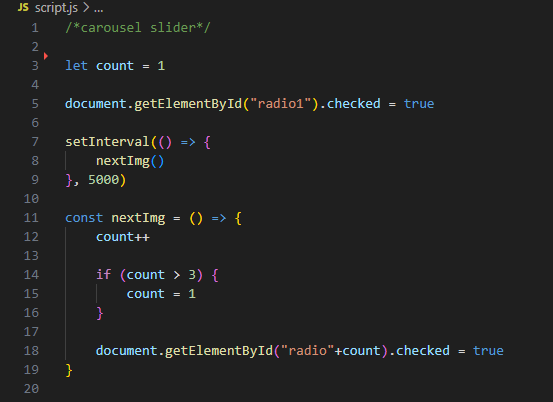
Além disso, optamos por empregar o site app.logo.com como plataforma para criar uma logomarca que se harmonizasse com o tema do nosso projeto, proporcionando uma identidade visual coesa e atraente para a nossa iniciativa.

# MetaGym



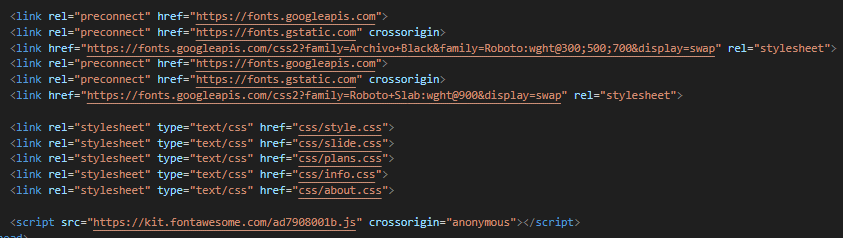
4 Página Principal

Ao aceder à página, os utilizadores são recebidos por um painel de boas-vindas, apresentando um carrossel com três imagens rotativas que destacam pessoas a realizar atividades de treino.



5 Código Carrossel

Este código permite a criação do slider de carrossel no site do MetaGym. O script em JavaScript controla a funcionalidade do slider, automaticamente alternando entre as imagens a cada 5000 milissegundos (5 segundos). O utilizador também pode interagir manualmente com o carrossel, selecionando as imagens através dos botões de controlo disponíveis.



6 Stylesheets

Utilizamos várias folhas de estilo online e criadas por nós mesmos, em CSS, para montar a interface gráfica do nosso website, proporcionando-lhe uma apresentação mais organizada e apelativa aos olhos.

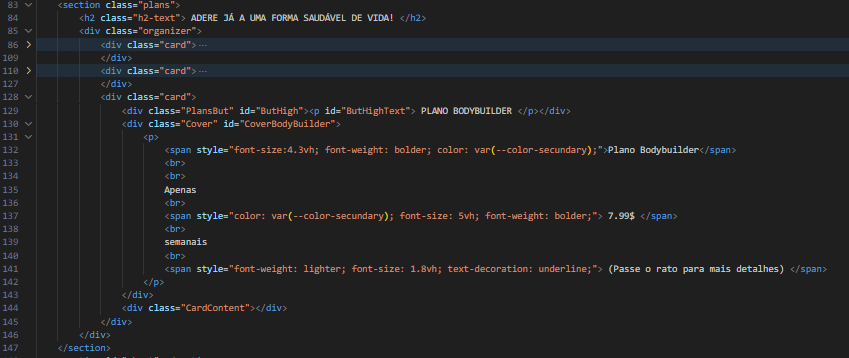
Em relação à estrutura do formato do website, decidimos ter uma barra de navegação no topo, onde o utilizador pode ser redirecionado rapidamente para a parte do site onde deseja encontrar-se. Também optamos por utilizar uma paleta de cores composta por amarelo, preto e branco.

Ao realizar um scroll down, o utilizador consegue encontrar os planos disponíveis que oferecemos. Optamos por disponibilizar três planos: Plano Básico, Plano Saúde e Plano Bodybuilder, visando manter um padrão estático e organizado.



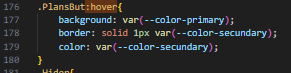
7 Planos de Treino

Esta secção foi desenvolvida através de cartões distintos, nos quais decidimos incluir a opção de "hover" que possibilita passar o rato para visualizar mais detalhes.



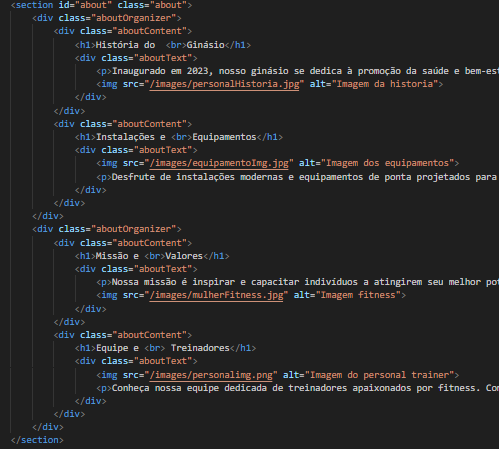
8 Código dos Cards

Esse trecho de código CSS estabelece regras de estilo para elementos com a classe "PlansBut" quando estão em estado de hover. Aqui está uma versão simplificada:



9 Código Plans Hover

Em resumo, ao passar o rato sobre o elemento div com a classe "PlansBut", é possível visualizar o texto que está por trás, ou seja, a descrição detalhada de cada plano.



10 Código About

Na seguinte imagem, é possível observar que nesta secção utilizamos várias imagens. A disposição destas imagens numa estrutura visualmente atraente foi alcançada através do código CSS presente no ficheiro about.css.  
  


11 Secção About

Por último, mas não menos importante, ao passar o cursor sobre o seu plano favorito, surge a opção "ADERE JÁ". Ao selecioná-la, será redirecionado para a página de preenchimento do formulário.



12 Imagem Hover



13 Formulário

O formulário recolhe informações como e-mail, nome, apelido, telefone e o plano de adesão desejado pelo cliente. Cada campo possui restrições específicas para garantir a entrada de dados apropriados. Por exemplo, o campo de e-mail aceita apenas parâmetros típicos de um endereço de e-mail, o campo de telefone permite apenas o uso de números, enquanto os campos de nome e apelido aceitam apenas caracteres alfabéticos. Essas delimitações foram estabelecidas para assegurar a validade e consistência dos dados fornecidos pelos usuários.

# Código Fonte

## about.css

\*{

    padding: 0;

    margin: 0;

}

.about{

    width: 99.1vw;

    height: 100vh;

    background-color: var(--color-primary);

    display: flex;

    flex-direction: column;

    justify-content: space-between;

    align-items: center;

}

.aboutOrganizer{

    display: flex;

    justify-content: space-between;

    padding: 10px;

    height: 50%;

    width: 100%;

}

.aboutOrganizer:last-child{

    padding-top: 0px;

}

.aboutContent{

    width: 49.7%;

    height: 100%;

    background-color: #363636;

    display: flex;

    padding: 15px;

    flex-direction: column;

}

.aboutText{

    width: 100%;

    height: 74%;

    display: flex;

}

a{

    text-decoration: none;

}

.aboutContent img{

    width: 50%;

    height: 100%;

}

.aboutContent h1{

    padding: 5px;

    background-color:  var(--color-primary);

    color: var(--color-secundary);

    text-transform: uppercase;

    font-family: 'Roboto Slab', serif;

    font-size: 4vh;

    border: 1px solid  var(--color-secundary);

    margin-bottom: 2px;

    letter-spacing: 2px;

}

.aboutText p{

    background-color:var(--color-secundary);

    color: var(--color-primary);

    font-size: 2.5vh;

    width: 50%;

    height: 100%;

    padding: 20px 5px;

}

## form.css

.formSec{

    width: 100vw;

    height: 100vh;

    display: flex;

    justify-content: center;

    align-items: center;

    background-color: var(--color-primary);

}

.form{

    border: 1px solid black;

    background-color: #363636;

    color: var(--color-secundary);

    font-family: 'Roboto', sans-serif;

    border-radius: 15px;

    width: 30%;

    height: 55%;

    display: flex;

    flex-direction: column;

    padding: 2vw;

}

h1{

    margin-bottom: 4vh;

}

input{

    color: var(--color-terciary);

    padding: 1vh;

    background-color: transparent;

    border-top: none;

    border-left: none;

    border-right: none;

    border-bottom: 1px solid var(--color-secundary) ;

    margin-bottom: 3vh;

    font-size: 18px;

}

#nome{

    margin-right: 1vw;

}

input::placeholder{

    color: var(--color-secundary);

    font-size: 18px;

}

input[type=text]{

    width: 50%;

}

input[type=submit]{

    background-color: #FAD02C;

    color: var(--color-primary);

    margin-top: 5vh;

}

select{

    padding: 1vh;

    color: var(--color-secundary);

    background-color: #363636;

    border: 1px solid var(--color-secundary) ;

    font-size: 18px;

}

input::-webkit-outer-spin-button,

input::-webkit-inner-spin-button {

  -webkit-appearance: none;

  margin: 0;

}

## info.css

section#info {

    width: 99.1vw;

    height: 90vh;

    background-color: var(--color-primary);

    color: white;

    padding: 40px;

    text-align: center;

    font-size: 12px;

}

h3 {

    margin-top: 2vh;

    margin-left: -35px; /\*alinhamento com o meio da pag e com a logo do header (não ideal)\*/

    height: 6.5vh;

    width: 99.1vw;

    color: var(--color-secundary);

    font-size: 5vh;

    font-style: italic;

    font-family: 'Roboto Slab', serif;

}

div.underLine {

    width: 40px;

    height: 4px;

    margin: 25px auto;

    background-color: white;

    z-index: 3;

}

span {

    margin-top: 2vh;

    height: 6.5vh;

    width: 99.1vw;

    color: var(--color-secundary);

    font-size: 2.4vh;

    font-style: italic;

    font-family: 'Roboto Slab', serif;

}

.footer {

    height: 50vh;

    margin-top: 2vw;

    background-color: var(--color-terciary);

    padding: 40px;

}

.footer img {

    width: 30vw;

    margin-bottom: 10px;

}

.footer p {

    font-size: small;

    padding: 1px;

    color: var(--color-primary);

}

.footer p a {

    text-decoration: none;

    color: var(--color-primary);

}

.footer p a:hover {

    color: var(--color-secundary);

}

.footerInfos {

    display: flex;

    justify-content: center;

    align-items: center;

    color: var(--color-primary);

    padding: 40px;

    text-align: center;

    font-size: 12px;

}

.footerImg {

    float: left;

}

.footerImg img {

    width: 70px;

    height: 20%;

}

.sectionList {

    float: left;

}

.sectionList li {

    list-style: none;

}

.sectionList a {

    color: currentColor;

    text-decoration: none;

}

.sectionList a:hover {

    color: var(--color-secundary);

}

.logo {

    display: flex;

}

.mediaLogos li {

    list-style: none;

}

.mediaLogos a {

    color: currentColor;

    text-decoration: none;

}

.mediaLogos .fa-brands {

    font-size: 30px;

    margin-right: 10px;

    width: 20px;

    height: 20px;

}

.mediaLogos .fa-brands:hover {

    color: var(--color-secundary)!important;

}

## plans.css

/\*PLANS STYLES\*/

.plans{

    width: 100%;

    height: 95vh;

    background: rgb(55,55,55);

    background: linear-gradient(133deg, rgba(55,55,55,1) 0%, rgba(42,42,42,1) 49%, rgba(25,25,25,1) 96%);

    flex-direction: column;

    display: flex;

    text-align: center;

    align-items: center;

    background-image: url(/images/Plans\_img.jpg);

    background-image-filter: brightness(20%);

    background-size: cover;

}

.h2-text{

    margin-top: 2vh;

    height: 6.5vh;

    width: 100%;

    color: var(--color-secundary);

    font-size: 5vh;

    font-style: italic;

    border-bottom: solid var(--color-terciary) 3px;

    border-top: solid var(--color-terciary) 3px;

    background-color: var(--color-primary);

    font-family: 'Roboto Slab', serif;

}

.organizer{

    margin-top: 12vh;

    display: flex;

    justify-content: space-around;

    width: 100%;

}

.card{

    display: flex;

    align-items: center;

    flex-direction: column;

}

.PlansBut{

    width: 110%;

    height: 10%;

    font-size: 2vh;

    display: flex;

    justify-content: center;

    align-items: center;

    margin-bottom: 0.5vh;

    -webkit-transform: skew(-20deg);

    -moz-transform: skew(-20deg);

    -o-transform: skew(-20deg);

    background: var(--color-secundary);

    border: solid 1px transparent;

    color: var(--color-primary);

}

.PlansBut p{

    -webkit-transform: skew(20deg);

    -moz-transform: skew(20deg);

    -o-transform: skew(20deg);

    transition: 200ms ease-in-out;

}

.Cover{

    position: absolute;

    display: flex;

    justify-content: center;

    color: var(--color-terciary);

    font-size: 3vh;

    margin-top: 4.8vh ;

    margin-right: 0.6vw;

    height: 43vh;

    width: 20vw;

    background-color: var(--color-primary);

    border: 1px solid var(--color-secundary);

    border-top: none;

    border-bottom-left-radius: 1%;

    border-bottom-right-radius: 1%;

}

.Cover p{

    margin-top: 5vh;

}

.CardContent{

    text-align: left;

    display: flex;

    margin-right: 0.6vw;

    height: 43vh;

    width: 20vw;

    background-color: var(--color-primary);

    border: 1px solid var(--color-secundary);

    border-top: none;

    border-bottom-left-radius: 1%;

    border-bottom-right-radius: 1%;

    padding: 10% 10%;

}

.CardContent li{

    color: var(--color-terciary);

    font-size: 2vh;

    margin-bottom: 5px;

}

.PlansBut:hover{

    background: var(--color-primary);

    border: solid 1px var(--color-secundary);

    color: var(--color-secundary);

}

.Hider{

    opacity: 0%;

    transition: 100ms;

}

.yellow{

    font-size: 2vh;

    color: var(--color-secundary);

}

## slide.css

/\*CAROUSEL STYLES\*/

section#slider {

    margin: 0 auto;

    width: 100%;

    height: 100%;

    padding: 0 !important;

    overflow: hidden;

}

.carousel {

    width: 400%;

    height: auto;

    display: flex;

}

.carousel input {

    display: none;

}

.box-slider {

    width: 25%;

    height: auto;

    text-align: center;

    transition: 1.2s;

}

.box-slider img {

    width: 100%;

}

.nav-manual, .nav-auto {

    position:absolute;

    width: 100%;

    margin-top: 44vw;

    display: flex;

    justify-content: center;

}

.nav-manual .manual-btn, .nav-auto div {

    border: 1px solid #e7e705;

    padding: 15px;

    border-radius: 50%;

    cursor: pointer;

    transition: 0.3s;

}

.nav-manual .manual-btn:not(:last-child), .nav-auto div:not(:last-child) {

    margin-right: 10px;

}

.nav-manual .manual-btn:hover {

    background-color: #e7e705;

}

#radio1:checked ~ .nav-auto .auto-btn1, #radio2:checked ~ .nav-auto .auto-btn2, #radio3:checked ~ .nav-auto .auto-btn3 {

    background-color: #e7e705;

}

#radio1:checked ~ .first {

    margin-left: 0%;

}

#radio2:checked ~ .first {

    margin-left: -25%;

}

#radio3:checked ~ .first {

    margin-left: -50%;

}

## style.css

:root{

    --color-primary:  #181818;

    --color-secundary: #FAD02C;

    --color-terciary: #E9EAEC;

}

\* {

    margin: 0;

    padding: 0;

    box-sizing: border-box;

}

html {

    scroll-behavior: smooth;

}

body {

    font-family: 'Roboto', sans-serif;

    width: 99.1vw;

    height: 100vh;

    margin: 0;

    padding: 0;

    overflow-x: hidden;

    box-sizing: border-box;

}

/\* HEADER Styles \*/

#navBar {

    background-color: var(--color-primary);

    line-height: 0;

}

#navBar header {

    color:var(--color-primary);

    position: fixed;

    width: 100vw;

    top: 0;

    z-index: 1;

}

#navBar header nav {

    background-color: var(--color-secundary);

    display: flex;

    justify-content: center;

}

#navBar header nav ul {

    list-style: none;

    margin: 0;

    padding: 0;

    display: flex;

}

#navBar header nav li {

    display: flex;

    align-items: center;

    justify-content: center;

    width: 150px;

    margin-right: 20px;

    transition: transform 0.2s;

}

#navBar header nav li:hover {

    color: var(--color-secondary);

    transform: translateY(-3px);

}

#navBar header nav li .adesao {

    border: #FAD02C solid 1px;

}

#navBar header nav li a {

    text-transform: uppercase;

    text-decoration: none;

    font-weight: bold;

    font-size: 12px;

    letter-spacing: 3px;

    padding: 8px;

    color: inherit;

    text-decoration: none;

}

#navBar header nav li a img {

    width: 100px;

    overflow: clip;

    overflow-clip-margin: content-box;

}

.menu-toggle {

    display: none;

    font-size: 20px;

    cursor: pointer;

}

/\*INFO/CONTACTS STYLES\*/

## form.html

<!DOCTYPE html>

<html lang="pt">

<head>

    <meta charset="UTF-8">

    <meta name="viewport" content="width=device-width, initial-scale=1.0">

    <title>MetaGym</title>

    <link rel="preconnect" href="https://fonts.googleapis.com">

    <link rel="preconnect" href="https://fonts.gstatic.com" crossorigin>

    <link href="https://fonts.googleapis.com/css2?family=Archivo+Black&family=Roboto:wght@300;500;700&display=swap" rel="stylesheet">

    <link rel="preconnect" href="https://fonts.googleapis.com">

    <link rel="preconnect" href="https://fonts.gstatic.com" crossorigin>

    <link href="https://fonts.googleapis.com/css2?family=Roboto+Slab:wght@900&display=swap" rel="stylesheet">

    <link rel="stylesheet" type="text/css" href="css/style.css">

    <link rel="stylesheet" type="text/css" href="css/form.css">

    <link rel="stylesheet" type="text/css" href="css/info.css">

</head>

<body>

    <section id="navBar">

        <header class="nav">

            <nav class="menu">

                <ul>

                    <li>

                        <a href="index.html">

                            Home

                        </a>

                    </li>

                    <li>

                        <a href="index.html">

                            Sobre nós

                        </a>

                    </li>

                    <li>

                        <a href="index.html">

                            <img src="images/Logo.png" alt="MetaGym">

                        </a>

                    </li>

                    <li >

                        <a href="index.html">

                            Planos

                        </a>

                    </li>

                    <li>

                        <a href="index.html">

                            Contactos

                        </a>

                    </li>

                </ul>

            </nav>

        </header>

    </section>

    <section class="formSec" id="form">

        <form action="index.html" method="post" class="form">

            <h1>Formulário de Adesão</h1>

            <div style="display: flex; justify-content: center; flex-direction: column;">

                <input type="email" id="email" name="email" required placeholder="E-mail">

                <div style="display: flex;">

                    <input type="text" id="nome" name="nome" required placeholder="Nome">

                    <input type="text" id="apelido" name="apelido" required placeholder="Apelido">

                </div>

                <input type="number" id="telefone" name="telefone" required placeholder="Telefone" >

                <select name="" id="cmbPlanos" class="cmbPlanos">

                    <option value="" selected disabled>Escolha um Plano de Adesão:</option>

                    <option value="PlanoBasico">Plano Básico</option>

                    <option value="PlanoSaude">Plano Saúde</option>

                    <option value="PlanoBodybuilder">Plano Bodybuilder</option>

                </select>

                <input type="submit" value="Confirmar">

            </div>

        </form>

    </section>

    <section id="info">

        <h3> Força que molda a sua jornada </h3>

        <div class="underLine"></div>

        <span>Alcance novos patamares, dia após dia.</span>

        <footer class="footer">

            <img src="https://cdn.fitnessup.pt/themes/fitnessup/images/logos-easypay.png" alt="pagamento">

            <p>

                <a target="\_blank" href="">Política de Privacidade </a>

                    |

                <a target="\_blank" href="">Termos e Condições de Uso</a>

                    |

                <a target="\_blank" href="">Política de Cancelamento</a>

                    |

                <a target="\_blank" href="https://www.livroreclamacoes.pt/Inicio/">Livro de Reclamações</a>

            </p>

            <p>

                MetaGym, Lda. - NIF: 000000001

            </p>

            <p>

                Rua de Silva Tapada, 4200-501 - Porto | apoioaocliente@istec-porto.pt | +351 222 222 222

            </p>

            <p>

                As transações no nosso site são efetuadas em euros (€).

            </p>

            <div class="footerInfos">

                <div class="logo">

                    <ul class="mediaLogos">

                        <li>

                            <a target="\_blank" href="http://www.instagram.com/">

                                <i class="fa-brands fa-instagram fa-xl" style="color: #181818;"></i>

                            </a>

                            <a target="\_blank" href="http://www.facebook.com">

                                <i class="fa-brands fa-square-facebook fa-xl" style="color: #181818;"></i>

                            </a>

                            <a target="\_blank" href="https://wa.me/+351937721482">

                                <i class="fa-brands fa-whatsapp fa-xl" style="color: #181818;"></i>

                            </a>

                        </li>

                    </ul>

                </div>

            </div>

        </footer>

    </section>

    <script src="script.js"></script>

</body>

</html>

## index.html

<!DOCTYPE html>

<html lang="pt">

<head>

    <meta charset="UTF-8">

    <meta name="viewport" content="width=device-width, initial-scale=1.0">

    <title>MetaGym</title>

    <link rel="preconnect" href="https://fonts.googleapis.com">

    <link rel="preconnect" href="https://fonts.gstatic.com" crossorigin>

    <link href="https://fonts.googleapis.com/css2?family=Archivo+Black&family=Roboto:wght@300;500;700&display=swap" rel="stylesheet">

    <link rel="preconnect" href="https://fonts.googleapis.com">

    <link rel="preconnect" href="https://fonts.gstatic.com" crossorigin>

    <link href="https://fonts.googleapis.com/css2?family=Roboto+Slab:wght@900&display=swap" rel="stylesheet">

    <link rel="stylesheet" type="text/css" href="css/style.css">

    <link rel="stylesheet" type="text/css" href="css/slide.css">

    <link rel="stylesheet" type="text/css" href="css/plans.css">

    <link rel="stylesheet" type="text/css" href="css/info.css">

    <link rel="stylesheet" type="text/css" href="css/about.css">

    <script src="https://kit.fontawesome.com/ad7908001b.js" crossorigin="anonymous"></script>

</head>

<body>

    <section id="navBar">

        <header class="nav">

            <nav class="menu">

                <ul>

                    <li>

                        <a href="#slider">

                            Home

                        </a>

                    </li>

                    <li>

                        <a href="#about">

                            Sobre nós

                        </a>

                    </li>

                    <li>

                        <a href="#slider">

                            <img src="images/Logo.png" alt="MetaGym">

                        </a>

                    </li>

                    <li >

                        <a href="#plans">

                            Planos

                        </a>

                    </li>

                    <li>

                        <a href="#info">

                            Contactos

                        </a>

                    </li>

                </ul>

            </nav>

        </header>

    </section>

    <section id="slider">

        <div class="carousel">

            <input type="radio" name="slider" id="radio1">

            <input type="radio" name="slider" id="radio2">

            <input type="radio" name="slider" id="radio3">

            <div class="box-slider first">

                <img src="images/gymbro.jpg" alt="pushUp">

            </div>

            <div class="box-slider">

                <img src="https://boaforma.abril.com.br/wp-content/uploads/sites/2/2023/08/acidentes-na-academia.jpg?quality=90&strip=info" alt="mulher-ginasio">

            </div>

            <div class="box-slider">

                <img src="https://www.cnet.com/a/img/resize/35bd275c9a4567e7a965745c7616017ca82d20cb/hub/2019/12/20/835b16c3-4679-40d9-b4ff-b0301c35a7dd/gettyimages-1015409276.jpg?auto=webp&width=1200" alt="pesos">

            </div>

            <div class="nav-auto">

                <div class="auto-btn1"></div>

                <div class="auto-btn2"></div>

                <div class="auto-btn3"></div>

            </div>

            <div class="nav-manual">

                <label for="radio1" class="manual-btn"></label>

                <label for="radio2" class="manual-btn"></label>

                <label for="radio3" class="manual-btn"></label>

            </div>

        </div>

    </section>

    <section class="plans" id="plans">

        <h2 class="h2-text"> ADERE JÁ A UMA FORMA SAUDÁVEL DE VIDA! </h2>

        <div class="organizer">

            <div class="card">

                <a href="form.html" class="PlansBut" id="ButBasic"><p id="ButBasicText" > PLANO BÁSICO</p></a>

                <div class="Cover" id="CoverBasic">

                    <p>

                        <span style="font-size:4.3vh; font-weight: bolder; color: var(--color-secundary);">Plano Básico</span>

                        <br>

                        <br>

                        Apenas

                        <br>

                        <span style="color: var(--color-secundary); font-size: 5vh; font-weight: bolder; "> 3.99€ </span>

                        <br>

                        semanais

                        <br>

                        <span style="font-weight: lighter; font-size: 1.8vh;  text-decoration: underline;"> (Passe o rato para mais detalhes) </span>

                    </p>

                </div>

                <div class="CardContent">

                    <ul>

                        <li><span class="yellow">Aulas Essenciais:</span> Acesso a exercícios simples e adaptáveis para todos os níveis.</li>

                        <li><span class="yellow">Suporte Inicial:</span> Ajuda na definição de metas e criação de um plano personalizado.</li>

                        <li><span class="yellow">Comunidade Online:</span> Participação em fóruns para trocar experiências e se motivar.</li>

                        <li><span class="yellow">Monitoramento Básico:</span> Ferramentas simples para acompanhar o progresso.</li>

                    </ul>

                </div>

            </div>

            <div class="card">

                <a href="form.html" class="PlansBut" id="ButMid"><p id="ButMidText"> PLANO SAÚDE</p></a>

                <div class="Cover" id="CoverMid">

                    <p>

                        <span style="font-size:4.3vh; font-weight: bolder; color: var(--color-secundary);">Plano Saúde</span>

                        <br>

                        <br>

                        Apenas

                        <br>

                        <span style="color: var(--color-secundary); font-size: 5vh; font-weight: bolder;"> 5.99€ </span>

                        <br>

                        semanais

                        <br>

                        <span style="font-weight: lighter; font-size: 1.8vh; text-decoration: underline;"> (Passe o rato para mais detalhes) </span>

                    </p>

                </div>

                <div class="CardContent">

                    <ul>

                        <li><span class="yellow">Diversidade de Aulas:</span> Variedade de exercícios, incluindo cardio e yoga.</li>

                        <li><span class="yellow">Nutrição Personalizada:</span> Orientação nutricional adaptada às metas de saúde.</li>

                        <li><span class="yellow">Acompanhamento Contínuo:</span> Feedback regular de treinadores virtuais.</li>

                        <li><span class="yellow">Desafios Mensais:</span> Participação em desafios para manter a motivação.</li>

                    </ul>

                </div>

            </div>

            <div class="card">

                <a href="form.html" class="PlansBut" id="ButHigh"><p id="ButHighText"> PLANO BODYBUILDER </p></a>

                <div class="Cover" id="CoverBodyBuilder">

                    <p>

                        <span style="font-size:4.3vh; font-weight: bolder; color: var(--color-secundary);">Plano Bodybuilder</span>

                        <br>

                        <br>

                        Apenas

                        <br>

                        <span style="color: var(--color-secundary); font-size: 5vh; font-weight: bolder;"> 7.99€ </span>

                        <br>

                        semanais

                        <br>

                        <span style="font-weight: lighter; font-size: 1.8vh; text-decoration: underline;"> (Passe o rato para mais detalhes) </span>

                    </p>

                </div>

                <div class="CardContent">

                    <ul>

                        <li><span class="yellow">Treinos Avançados:</span> Programas focados em ganho de massa muscular.</li>

                        <li><span class="yellow">Nutrição Específica:</span> Planos alimentares para construção muscular.</li>

                        <li><span class="yellow">Suporte Especializado:</span> Orientação de treinadores especializados em bodybuilding.</li>

                        <li><span class="yellow">Comunidade Exclusiva:</span> Participação em uma comunidade de entusiastas de bodybuilding.</li>

                    </ul>

                </div>

            </div>

        </div>

    </section>

    <section id="about" class="about">

        <div class="aboutOrganizer">

            <div class="aboutContent">

                <h1>História do  <br>Ginásio</h1>

                <div class="aboutText">

                    <p>Inaugurado em 2023, nosso ginásio se dedica à promoção da saúde e bem-estar. Desde o início, nos esforçamos para oferecer um ambiente acolhedor e motivador para nossos membros alcançarem seus objetivos fitness.</p>

                    <img src="/images/personalHistoria.jpg" alt="Imagem da historia">

                </div>

            </div>

            <div class="aboutContent">

                <h1>Instalações e <br>Equipamentos</h1>

                <div class="aboutText">

                    <img src="/images/equipamentoImg.jpg" alt="Imagem dos equipamentos">

                    <p>Desfrute de instalações modernas e equipamentos de ponta projetados para elevar sua experiência de treino. De salas de treino bem equipadas a espaços ao ar livre, oferecemos o ambiente ideal para suas metas fitness.</p>

                </div>

            </div>

        </div>

        <div class="aboutOrganizer">

            <div class="aboutContent">

                <h1>Missão e <br>Valores</h1>

                <div class="aboutText">

                    <p>Nossa missão é inspirar e capacitar indivíduos a atingirem seu melhor potencial de saúde. Guiados pelos valores de comprometimento, respeito e excelência, buscamos criar uma comunidade dedicada ao fitness e ao equilíbrio de vida.</p>

                    <img src="/images/mulherFitness.jpg" alt="Imagem fitness">

                </div>

            </div>

            <div class="aboutContent">

                <h1>Equipe e <br> Treinadores</h1>

                <div class="aboutText">

                    <img src="/images/personalimg.png" alt="Imagem do personal trainer">

                    <p>Conheça nossa equipe dedicada de treinadores apaixonados por fitness. Com experiência diversificada e foco personalizado, eles estão aqui para orientar e motivar você em cada etapa do seu percurso fitness.</p>

                </div>

            </div>

        </div>

    </section>

    <section id="info">

        <h3> Força que molda a sua jornada </h3>

        <div class="underLine"></div>

        <span>Alcance novos patamares, dia após dia.</span>

        <footer class="footer">

            <img src="https://cdn.fitnessup.pt/themes/fitnessup/images/logos-easypay.png" alt="pagamento">

            <p>

                <a target="\_blank" href="">Política de Privacidade </a>

                    |

                <a target="\_blank" href="">Termos e Condições de Uso</a>

                    |

                <a target="\_blank" href="">Política de Cancelamento</a>

                    |

                <a target="\_blank" href="https://www.livroreclamacoes.pt/Inicio/">Livro de Reclamações</a>

            </p>

            <p>

                MetaGym, Lda. - NIF: 000000001

            </p>

            <p>

                Rua de Silva Tapada, 4200-501 - Porto | apoioaocliente@istec-porto.pt | +351 222 222 222

            </p>

            <p>

                As transações no nosso site são efetuadas em euros (€).

            </p>

            <div class="footerInfos">

                <div class="logo">

                    <ul class="mediaLogos">

                        <li>

                            <a target="\_blank" href="http://www.instagram.com/">

                                <i class="fa-brands fa-instagram fa-xl" style="color: #181818;"></i>

                            </a>

                            <a target="\_blank" href="http://www.facebook.com">

                                <i class="fa-brands fa-square-facebook fa-xl" style="color: #181818;"></i>

                            </a>

                            <a target="\_blank" href="https://wa.me/+351937721482">

                                <i class="fa-brands fa-whatsapp fa-xl" style="color: #181818;"></i>

                            </a>

                        </li>

                    </ul>

                </div>

            </div>

        </footer>

    </section>

    <script src="script.js"></script>

</body>

</html>

## script.js

const Main = {

    init: function(){

        this.cacheSelectors()

        this.bindEvents()

        /\*carousel slider\*/

        let count = 1

        document.getElementById("radio1").checked = true

        setInterval(() => {

            nextImg()

        }, 5000)

        const nextImg = () => {

            count++

            if (count > 3) {

                count = 1

            }

            document.getElementById("radio"+ count).checked = true

        }

    },

    cacheSelectors: function(){

        this.$CoverBasic = document.querySelector('#CoverBasic')

        this.$CoverMid = document.querySelector('#CoverMid')

        this.$CoverBodyBuilder = document.querySelector('#CoverBodyBuilder')

        this.$ButBasic = document.querySelector('#ButBasic')

        this.$ButSaude = document.querySelector('#ButMid')

        this.$ButBodybuilder = document.querySelector('#ButHigh')

        this.$ButBasicText = document.querySelector('#ButBasicText')

        this.$ButSaudeText = document.querySelector('#ButMidText')

        this.$ButBodyBuilderText = document.querySelector('#ButHighText')

    },

    bindEvents: function(){

        this.$CoverBasic.onmouseover = this.Events.CoverBasic\_Hover

        this.$CoverBasic.onmouseout = this.Events.CoverBasic\_OutHover

        this.$CoverMid.onmouseover = this.Events.CoverMid\_Hover

        this.$CoverMid.onmouseout = this.Events.CoverMid\_OutHover

        this.$CoverBodyBuilder.onmouseover = this.Events.CoverBodyBuilder\_Hover

        this.$CoverBodyBuilder.onmouseout = this.Events.CoverBodyBuilder\_OutHover

        this.$ButBasic.onmouseover = this.Events.butBasic\_Hover

        this.$ButBasic.onmouseout = this.Events.butBasic\_OutHover

        this.$ButSaude.onmouseover = this.Events.butSaude\_Hover

        this.$ButSaude.onmouseout = this.Events.butSaude\_OutHover

        this.$ButBodybuilder.onmouseover = this.Events.butBodyBuilder\_Hover

        this.$ButBodybuilder.onmouseout = this.Events.butBodyBuilder\_OutHover

    },

    Events:{

        CoverBasic\_Hover: function(){

            Main.$CoverBasic.classList.add('Hider')

        },

        CoverBasic\_OutHover: function(){

            Main.$CoverBasic.classList.remove('Hider')

        },

        CoverMid\_Hover: function(){

            Main.$CoverMid.classList.add('Hider')

        },

        CoverMid\_OutHover: function(){

            Main.$CoverMid.classList.remove('Hider')

        },

        CoverBodyBuilder\_Hover: function(){

            Main.$CoverBodyBuilder.classList.add('Hider')

        },

        CoverBodyBuilder\_OutHover: function(){

            Main.$CoverBodyBuilder.classList.remove('Hider')

        },

        butBasic\_Hover: function(){

            Main.$ButBasicText.innerText = 'ADERE JÁ'

        },

        butBasic\_OutHover: function(){

            Main.$ButBasicText.innerText = 'PLANO BÁSICO'

        },

        butSaude\_Hover: function(){

            Main.$ButSaudeText.innerText = 'ADERE JÁ'

        },

        butSaude\_OutHover: function(){

            Main.$ButSaudeText.innerText = 'PLANO SAÚDE'

        },

        butBodyBuilder\_Hover: function(){

            Main.$ButBodyBuilderText.innerText = 'ADERE JÁ'

        },

        butBodyBuilder\_OutHover: function(){

            Main.$ButBodyBuilderText.innerText = 'PLANO BODYBUILDER'

        }

    }

}

Main.init()

# Conclusão

Em resumo, o projeto MetaGym redefine a experiência de fitness ao integrar a realidade virtual, buscando proporcionar um treino envolvente e personalizado no "MetaVerso". Posicionado no mercado em crescimento da realidade virtual, o MetaGym visa atrair utilizadores em busca de abordagens inovadoras para melhorar saúde e condicionamento físico.

A nomenclatura MetaGym reflete a fusão entre o "MetaVerso" e a ideia de ginásio, simbolizando a busca pelo bem-estar e superação pessoal. A organização eficiente no GitHub, o uso do Visual Studio Code e a criação da logomarca evidenciam o compromisso com a qualidade. Em termos de design, das folhas de estilo em CSS aos planos de treino, destaca-se a atenção aos detalhes para oferecer uma experiência de utilizador coesa e atrativa. O MetaGym representa uma convergência bem-sucedida entre tecnologia e fitness, marcando-se pela dedicação à qualidade em todas as etapas do desenvolvimento do projeto.

# Bibliografia

1. <https://app.logo.com/>
2. <https://gitfront.io/r/ducline/LggGSywp2RJZ/metaGym/>