

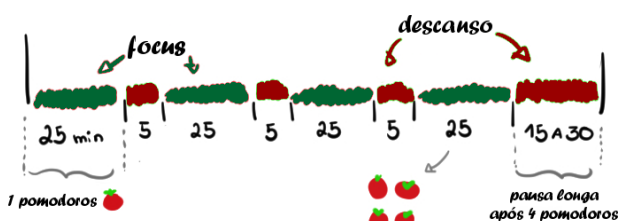
Hora de Focar!

Acesse www.pomodoros.com.br ou baixe o aplicativo para Android na Google Play

1. prepare-se



Evite distrações, separe 2 horas para realizar suas tarefas. Se alimente bem, saia das redes sociais e avise a todos: "não me interrompa!"



2. inicie o cronômetro

Preencha os detalhes da tarefa que irá realizar e inicie o tempo

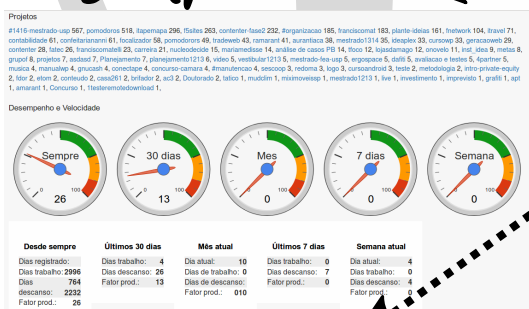


3. descanse

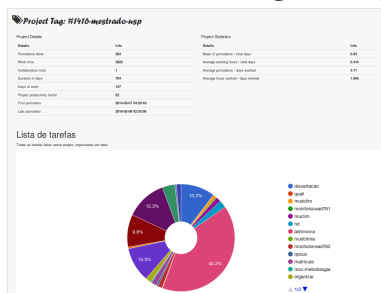


4. Acompanhe

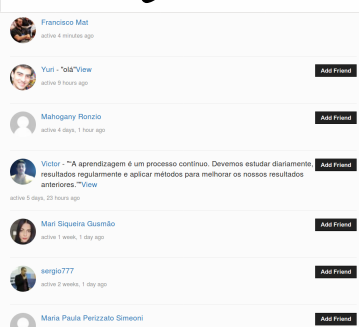
Desempenho



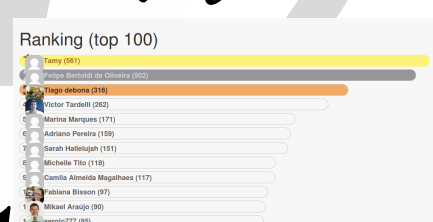
Relatórios



Colegas



Ranking



Calendário

