### **SportLog**

### **Funcionalidades Principais do Aplicativo de Gestão de Esporte**

1. **Calendário de Treinos**
   * O usuário poderá adicionar, visualizar e editar treinos com informações como data, hora, local e tipo de atividade (corrida, musculação, futebol, etc.).
   * Integração com lembretes para notificar sobre treinos programados.
2. **Registro de Desempenho**
   * Inserção de dados de desempenho de cada treino (tempo de corrida, repetições de exercícios, pontuação em partidas, etc.).
   * Possibilidade de avaliar o progresso em diferentes atividades esportivas.
3. **Relatórios e Gráficos**
   * Geração de relatórios semanais ou mensais com base no desempenho registrado.
   * Gráficos de progresso para acompanhamento visual do desenvolvimento ao longo do tempo.
4. **Notificações**
   * Notificações automáticas para lembrar os atletas sobre treinos agendados ou metas atingidas.
5. **Perfil do Atleta**
   * Edição de perfil com informações pessoais e objetivos (ex: “treinar para uma maratona” ou “aumentar a resistência”).

### **Telas do Aplicativo e Navegação**

1. **Tela de Login**
   * Acesso ao app via login/senha.
   * Navegação para a Tela de Home após autenticação.
2. **Tela de Home (Painel Principal)**
   * Exibe uma visão geral do dia (treinos programados e últimas atividades).
   * Navegação para "Calendário de Treinos", "Registro de Desempenho", e "Relatórios".
3. **Tela de Calendário de Treinos**
   * Exibição do calendário com todos os treinos agendados.
   * Opção de adicionar ou editar treinos.
   * Navegação para "Detalhes do Treino" ao clicar em um treino específico.
4. **Tela de Registro de Desempenho**
   * Formulário para inserir os resultados e dados de desempenho de treinos.
   * Botão para salvar e retornar à tela principal.
5. **Tela de Relatórios e Gráficos**
   * Exibe gráficos de progresso baseados nos dados inseridos.
   * Opção de selecionar intervalos de tempo (semana/mês) para visualização do progresso.
6. **Tela de Perfil do Atleta**
   * Exibe as informações do usuário.
   * Opção para editar dados pessoais e definir metas.

### **Navegação entre Telas**

* **Login** → Home
* **Home** ↔ Calendário de Treinos (via ícones de navegação ou menus)
* **Home** ↔ Registro de Desempenho (via ícones ou botão principal)
* **Home** ↔ Relatórios e Gráficos (via menu lateral ou ícones de navegação)
* **Home** ↔ Perfil do Atleta (via menu lateral ou ícones)

### **Público-Alvo**

O público-alvo do aplicativo são **treinadores e atletas**, tanto amadores quanto profissionais, que buscam uma ferramenta para organizar e acompanhar seus treinos e desempenhos. O app também pode ser usado por pessoas que fazem atividades físicas por lazer, mas que desejam manter um controle sobre sua evolução.

### **Como o Aplicativo Atenderá Suas Necessidades**

* **Treinadores** poderão organizar os treinos de forma mais eficiente e ter uma visão clara do progresso de seus atletas, gerando relatórios facilmente.
* **Atletas** poderão acompanhar seus próprios resultados, ver sua evolução ao longo do tempo e ajustar seus treinos de acordo com as metas estabelecidas.
* **Facilidade de Navegação**: Com diferentes opções de navegação (abas, menus e telas interligadas), o app será simples e intuitivo, permitindo que o público encontre rapidamente o que precisa.