

근의 공식 (Muscle Formula)

매일의 업무를 기록하여 공유하는 서비스 (2022.03.04)

침대에 누워만 있는 당신
열정만 가지고 오세요
함께 운동하자 GO
근의공식에서 운동기록을 쌓고
사람들과 교류해보세요



근의 공식 시작하기



침대에 누워만 있는 당신
열정만 가지고 오세요
함께 운동하자 GO
근의공식에서 운동기록을 쌓고
사람들과 교류해보세요



근의공식 시작하기



24 01 10 1

로봇이, 회의권과

< 4월 12일 일요일

타바타	0 kg	12 회	00:00:05
슬로무비지	0 kg	50 회	00:00:03
스쿼트	0 kg	200 회	00:00:06
물니업	0 kg	25 회	00:00:10
알케미	0 kg	3 회	00:00:04
올림픽	0 kg	10 회	00:00:04
올림픽	0 kg	10 회	00:00:10
올림픽	0 kg	100 회	00:00:01
러시안스쿼트	15 kg	10 회	00:00:07
올림픽	50 kg	15 회	00:00:07
올림픽	0 kg	10 회	00:00:07
올림픽	0 kg	10 회	00:00:05

완료하기

Formula Formula

www.moodleformula.org/main

대한민국헌법



● 4월 30일 월요일

차세대	0 kg	18 회 02.05.06
승무원복	0 kg	58 회 02.05.03
스웨트	0 kg	200 회 02.05.06
물티슈	0 kg	25 회 02.02.10
담배지	0 kg	8 회 02.02.04
음료기	0 kg	16 회 02.02.04
물리조	0 kg	19 회 02.02.10
방화소독기	0 kg	99 회 02.02.03

00시간 00분 43초

문득 생각났다

오늘은 어떤 운동을 할까요?

重量 1 kg 0 刻

심학

러시안스웨트 19kg 10회

시작 00:00:00

列奥特纳

4월 10일 일요일

다비다	0 kg	10 회 00:00:05
승공우버리	0 kg	50 회 00:00:03
스워드	0 kg	200 회 00:00:06
물니켈	0 kg	25 회 00:00:10
단거지	0 kg	9 회 00:00:06
물냉기	0 kg	10 회 00:00:04
물리후르	0 kg	10 회 00:00:10
물원스워드	0 kg	100 회 00:00:03
러시안스워드	10 kg	10 회 00:00:07
물상	50 kg	15 회 00:00:07
물봉매달리	0 kg	10 회 00:00:07
기체체조	0 kg	10 회 00:00:05

선택하기

©2020 by Formula

1011 Formula Road, Suite 100
P.O. Box 10000, Toronto, Ontario M5G 1A1

寺人寺長寺正寺司



username

부담한 리스크가 존재합니다

리스크를 수정

리스크를 수정

다 리스크 리스크를 리스크하지 않
리스크 리스크 리스크하지 않

© 2020 Formula

리스크 리스크 리스크 리스크 리스크
리스크 리스크 리스크 리스크 리스크

호리

우리

장리

부리

거리

리

침대에 누워만 있는 당신
열정만 가지고 오세요
함께 운동하자 GO
근의공식에서 운동기록을 쌓고
사람들과 교류해보세요



근의 공식 시작하기



침대에 누워만 있는 당신
열정만 가지고 오세요
함께 운동하자 GO
근의공식에서 운동기록을 쌓고
사람들과 교류해보세요



근의 공식 시작하기



침대에 누워만 있는 당신
열정만 가지고 오세요
함께 운동하자 GO
근의공식에서 운동기록을 쌓고
사람들과 교류해보세요



근의공식 시작하기



침대에 누워만 있는 당신
열정만 가지고 오세요
함께 운동하자 GO
근의공식에서 운동기록을 쌓고
사람들과 교류해보세요



근의공식 시작하기



< 4월 12일 일요일

타바타	0 kg	12 회	00:00:05
슬로무비지	0 kg	50 회	00:00:03
스쿼트	0 kg	200 회	00:00:06
물니업	0 kg	25 회	00:00:10
알케미	0 kg	3 회	00:00:04
올넵기	0 kg	10 회	00:00:04
물러후프	0 kg	10 회	00:00:10
정형스쿼트	0 kg	100 회	00:00:01
러시안스쿼트	15 kg	10 회	00:00:07
통상	50 kg	15 회	00:00:07
정형해달리기	0 kg	10 회	00:00:07
기계해리	0 kg	10 회	00:00:05

완료하기

Formula Formula

www.mudofformula.org/main

● 4월 30일 월요일

차세대	0 kg	18 회 02.05.06
승무원복	0 kg	58 회 02.05.03
스웨트	0 kg	200 회 02.05.06
물티슈	0 kg	25 회 02.02.10
청탁지	0 kg	8 회 02.02.04
음식기	0 kg	16 회 02.02.04
물리용품	0 kg	19 회 02.02.10
방화소독기	0 kg	99 회 02.02.03

00시간 00분 43초

문득 생각나네요

오늘은 어떤 운동을 할까요?

重量 1 kg 0 刻

심학

러시안스웨트 19kg 10회

시작 00:00:00

列島轉運

4월 10일 일요일

타바타	0 kg	10 회	00:00:05
슬로무버피	0 kg	50 회	00:00:03
스쿼트	0 kg	200 회	00:00:06
플니업	0 kg	25 회	00:00:10
덩키킥	0 kg	0 회	00:00:04
플넘기	0 kg	10 회	00:00:04
플러후프	0 kg	10 회	00:00:10
점핑스쿼트	0 kg	100 회	00:00:01

00시간 00분 43초

운동했습니다

오늘은 어떤 운동을 할까요?

몸상 15%
10 kg 0 회

입력

러시안스쿼트 19 kg 10 회

시작 00:00:00

기록하기

사과	0 kg	18 회	00:00:05
감(여름)	0 kg	50 회	00:00:09
귤	0 kg	200 회	00:00:09
감귤	0 kg	25 회	00:00:10
키위	0 kg	0 회	00:00:04
귤기	0 kg	10 회	00:00:04
자두(초)	0 kg	10 회	00:00:10
복숭아(초)	0 kg	900 회	00:00:09
시몬스키	19 kg	10 회	00:00:07
Y	50 kg	15 회	00:00:07
배(여름)	0 kg	10 회	00:00:07
복숭아	0 kg	10 회	00:00:05

한편, 이 책은

Chemical Formula:
C₁₀H₁₆N₂O₄
Molecular Weight: 224.25 g/mol

< 4월 10일 일요일

타바타	0 kg	10 회	00:00:05
슬로무버피	0 kg	50 회	00:00:03
스쿼트	0 kg	200 회	00:00:06
물니업	0 kg	25 회	00:00:10
당케릭	0 kg	0 회	00:00:04
줄넘기	0 kg	10 회	00:00:04
올라후프	0 kg	10 회	00:00:10
점핑스쿼트	0 kg	100 회	00:00:01
러시안스쿼트	19 kg	10 회	00:00:07
용상	50 kg	15 회	00:00:07
철봉예달리기	0 kg	10 회	00:00:07
가게제조	0 kg	10 회	00:00:05

선택하기

Muscle Formula

©2020 Muscle Formula Inc.
Privacy Policy Terms of Conditions



김민준

부담한 100%의 수익률이다

이제부터 시작

최신 정보 수집

다 보면 서비스를 이용하지 않
고도 되고도 알려줘요

© 2020 All Rights Reserved

All Rights Reserved
Privacy Policy Terms of Service



exam2

보유한 내내일 존재합니다

내내일 수정

레스토랑 수정

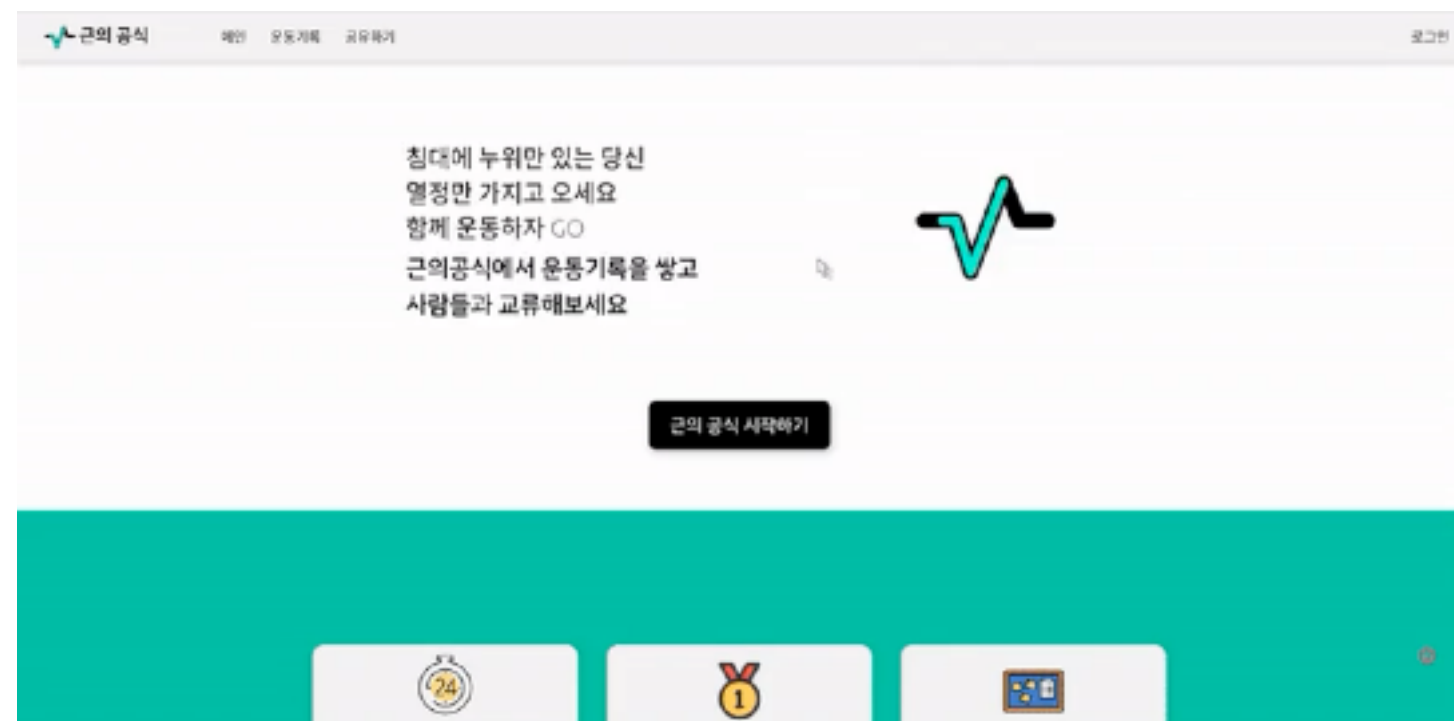
더 많은 서비스를 이용하지 않
으신다고요? 탈퇴하기

Qinuse Formula

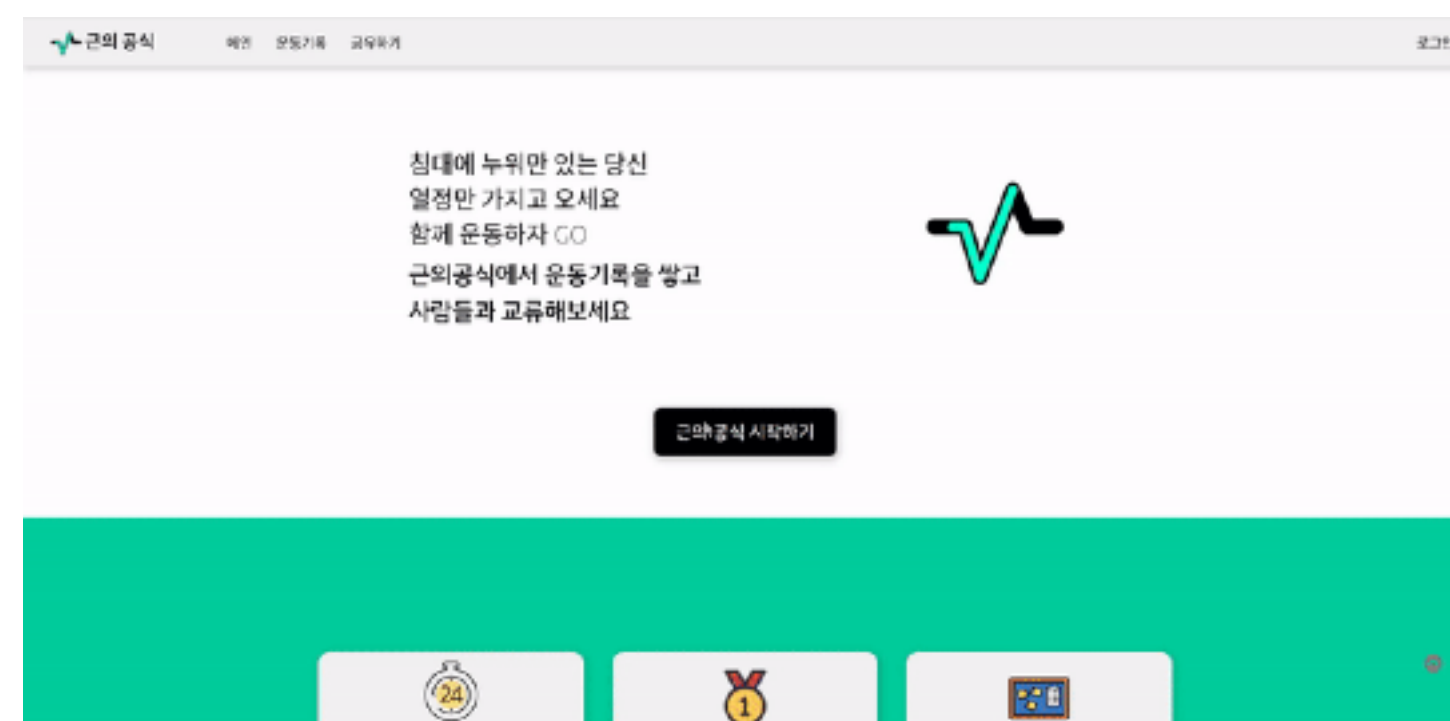
이메일주소와 비밀번호
Privacy Policy Terms & Conditions

근의 공식(Muscle Formula)

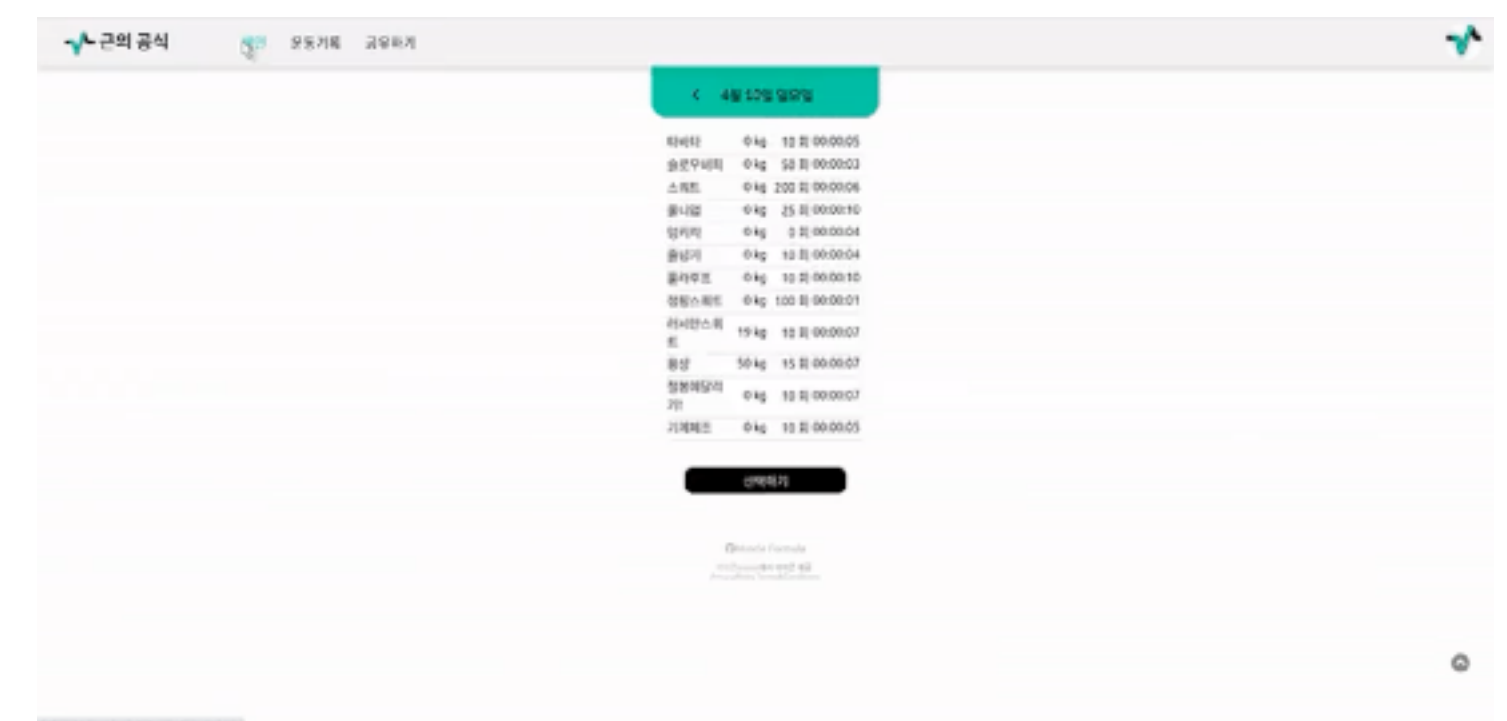
매일의 운동 루틴을 기록하고 이를 포스팅하여 공유하는 서비스 (2022.03-04)



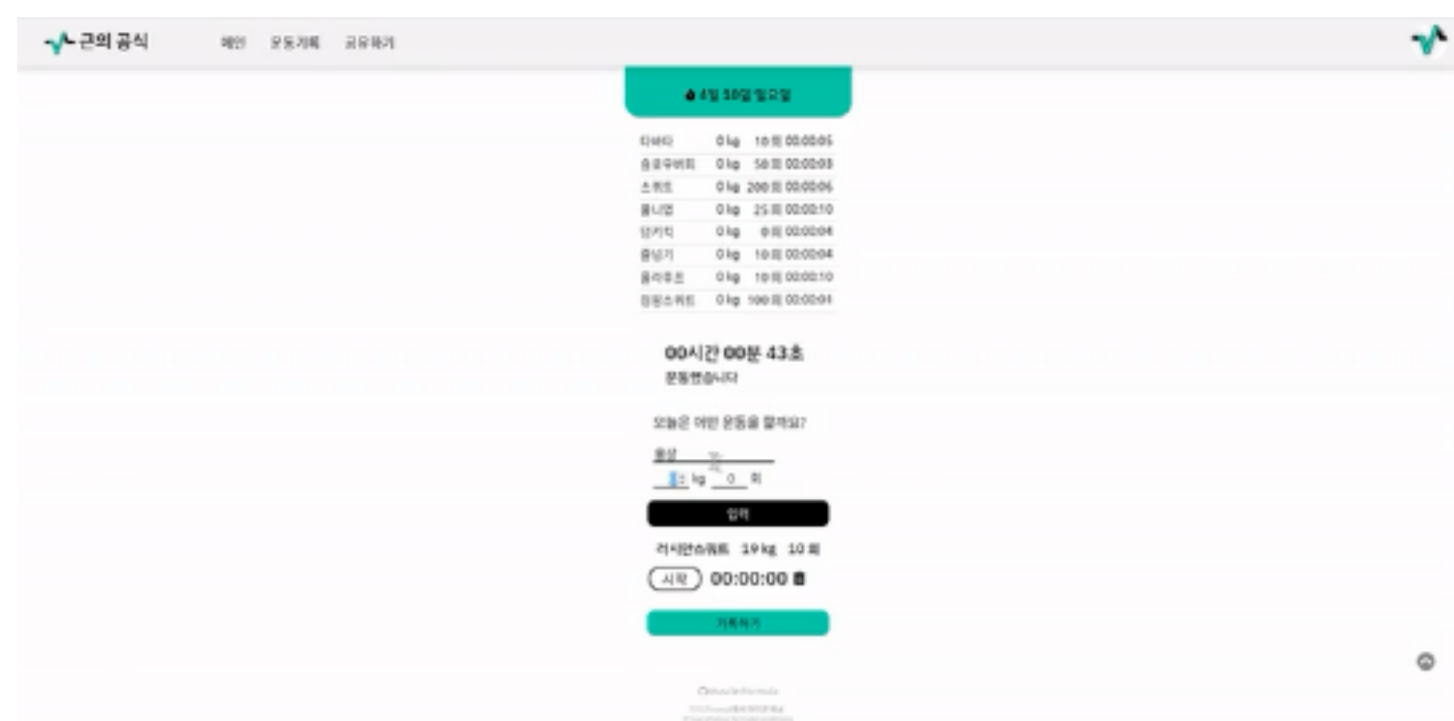
랜딩페이지



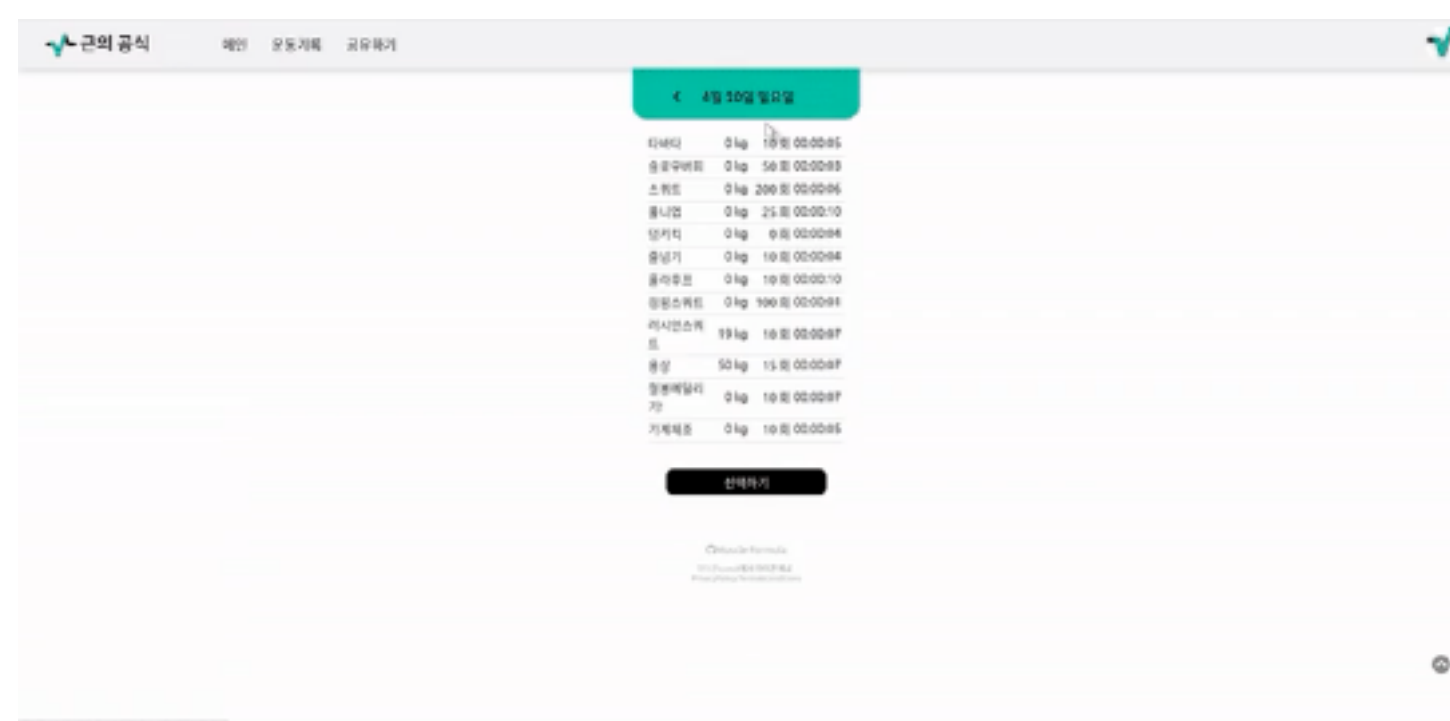
로그인, 회원가입



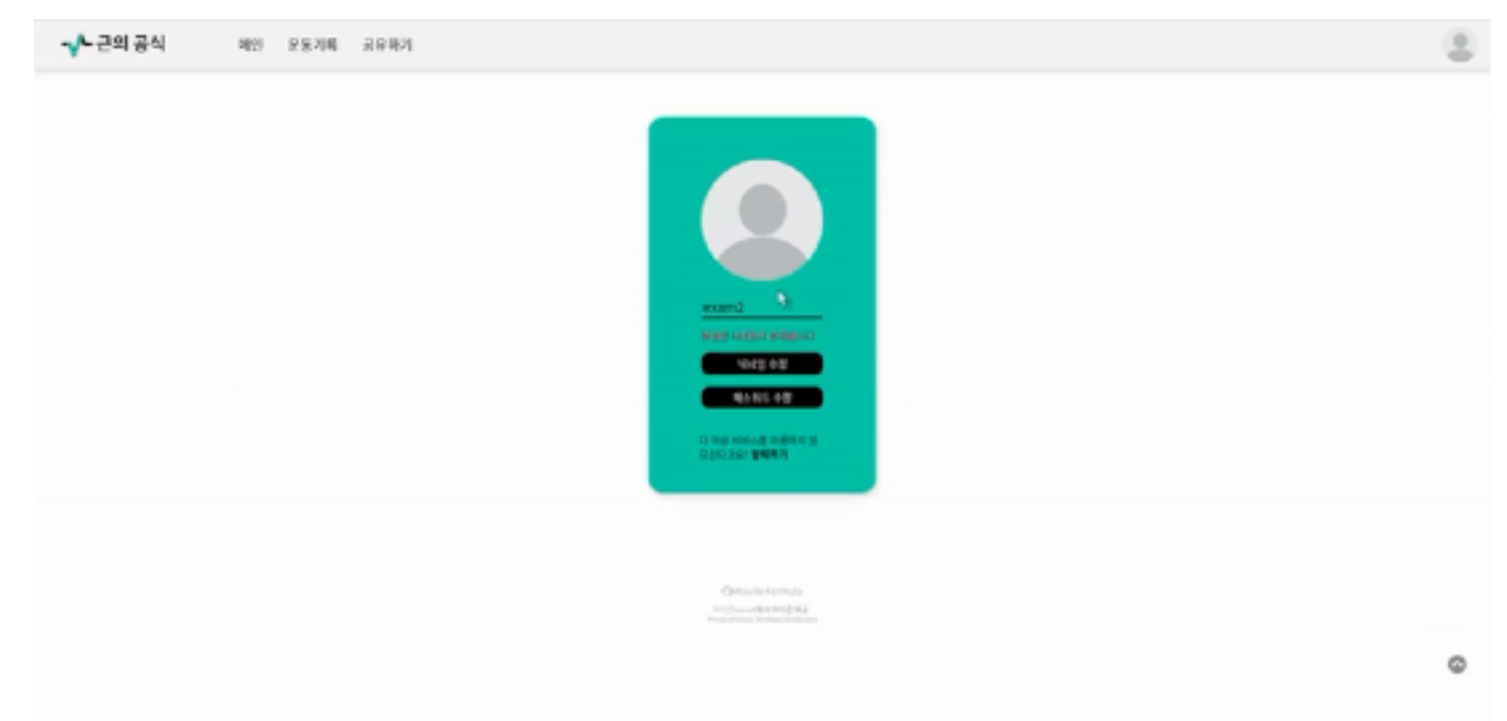
마이페이지



운동기록



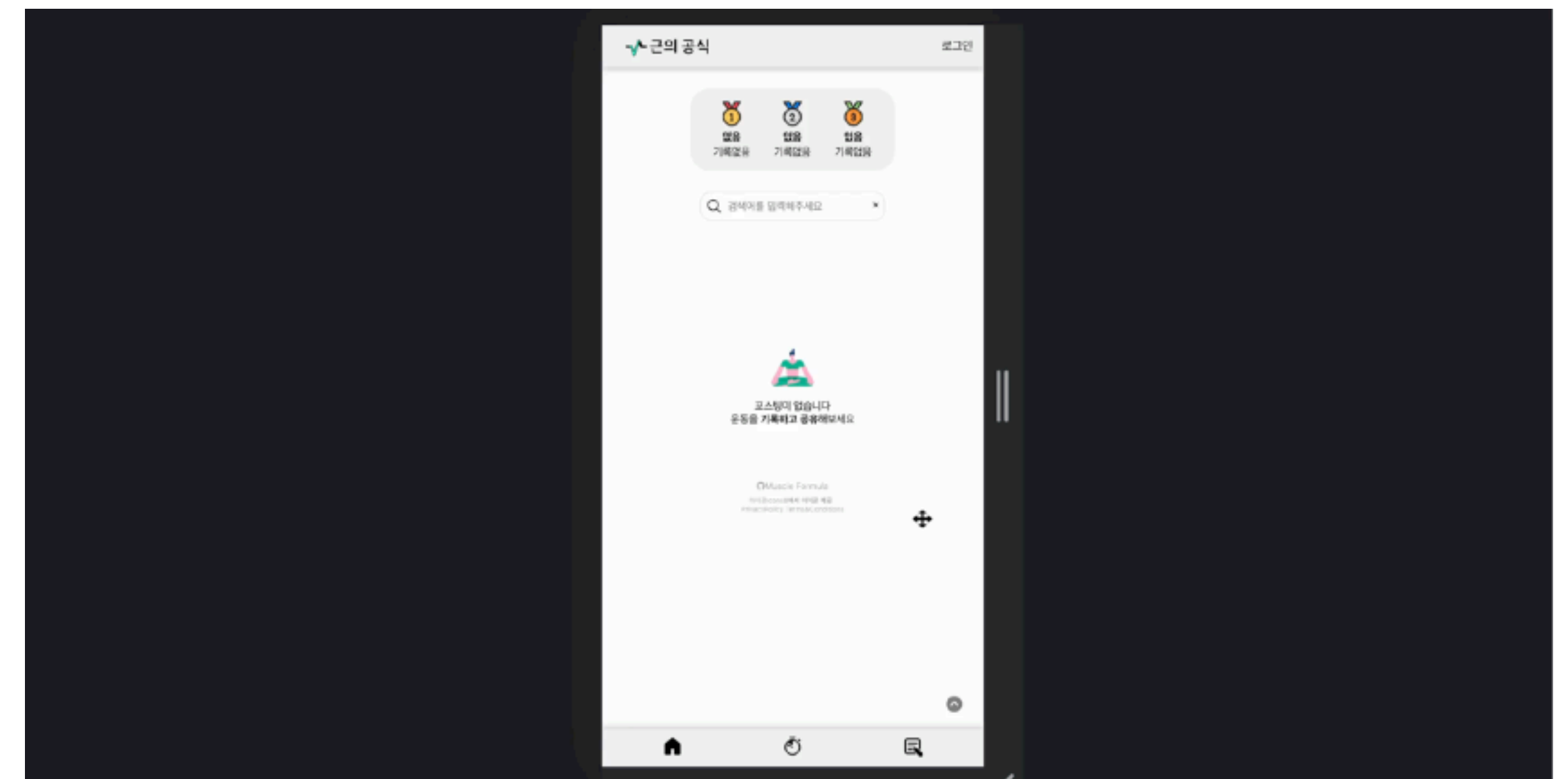
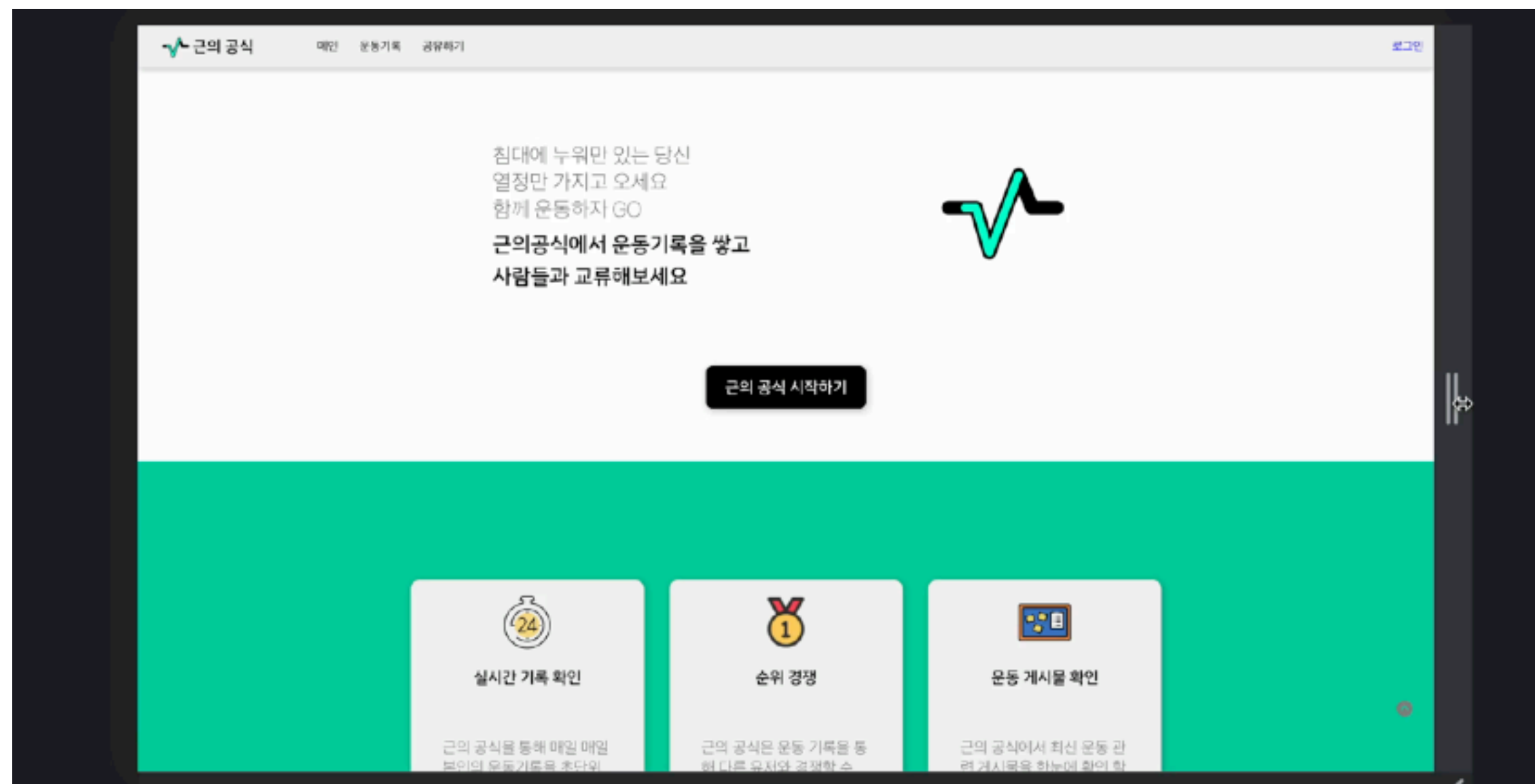
게시물 등록



회원 정보 관리

근의 공식(Muscle Formula)

사용 스택 : React, Typescript, Redux Toolkit, Styled-component



- 미디어 쿼리로 반응형 UI 구현