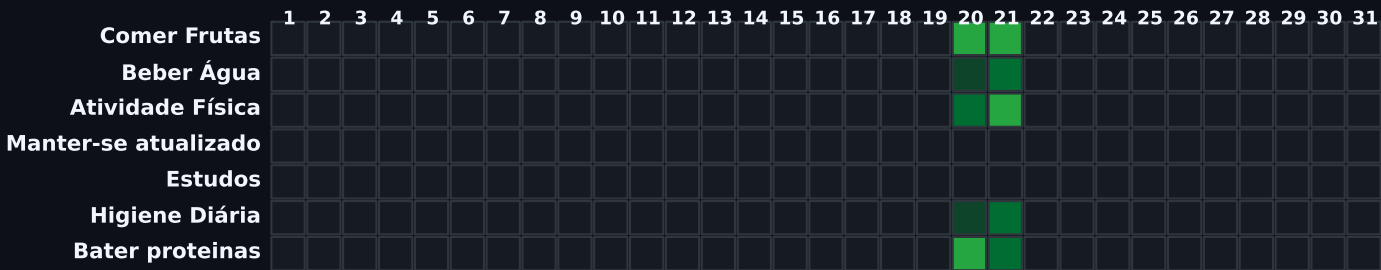


# RELATÓRIO DE HÁBITOS

Total de Hábitos: 7 | Dias no Mês: 31 | Registros: 10/217 | Taxa Geral do Mês: 4.6%

## Calendário - October 2025



□ Não feito    ■ Nível 1    ■ Nível 2    ■ Nível 3    ■ Nível 4+

## Ranking de Hábitos (Mês Atual)



## Taxa de Conclusão Mensal por Hábito (%)

	Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sep	Oct	Nov	Dec	Geral
Comer Frutas	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.5%	0.0%	0.0%	0.5%
Beber Água	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.5%	0.0%	0.0%	0.5%
Atividade Física	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.5%	0.0%	0.0%	0.5%
Manter-se atualizado	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
Estudos	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
Higiene Diária	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.5%	0.0%	0.0%	0.5%
Bater proteínas	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.5%	0.0%	0.0%	0.5%

## Taxa Geral Mês a Mês (%)

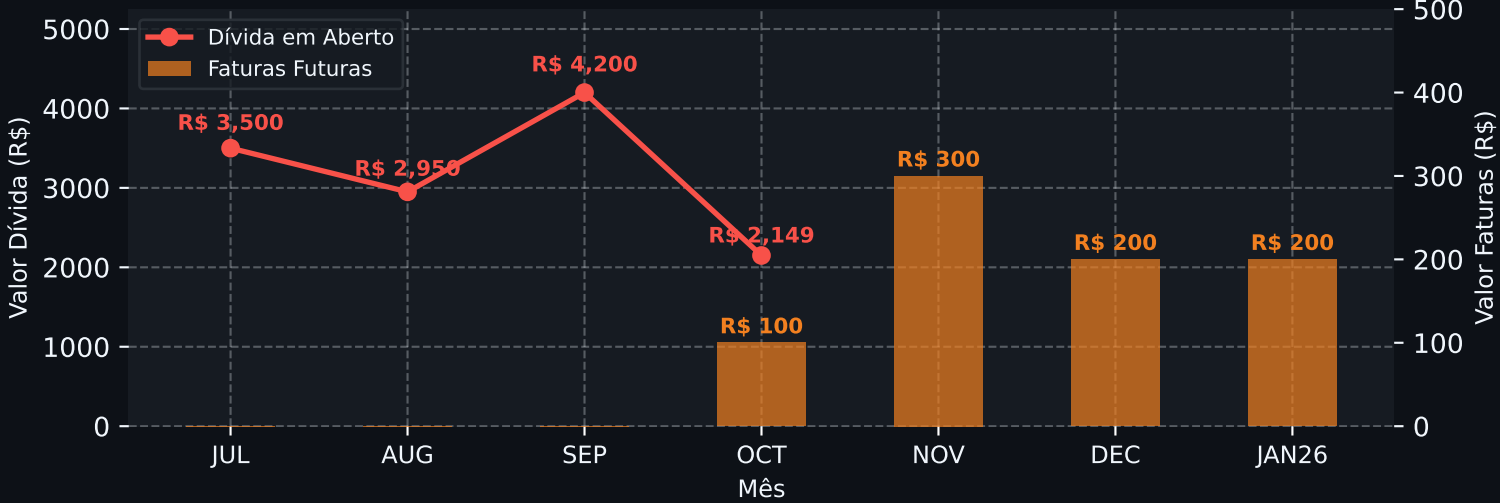


RELATÓRIO FINANCEIRO - CONSOLIDADO

1. Gastos Mensais por Categoria (vs. Sep)



2. Dívida em Aberto e Faturas Futuras (R\$)



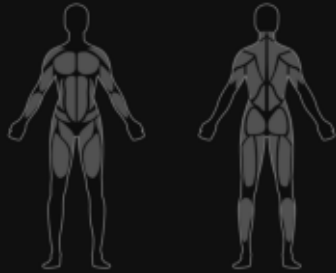
3. Acúmulo de Reserva e Metas (R\$)



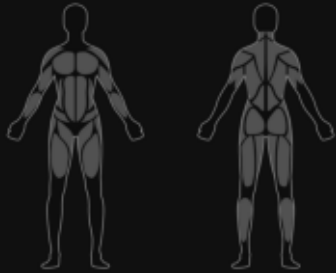
# RELATÓRIO DE TREINO - PROGRESSÃO

## 1. Comparativo de Músculos Ativos por Sessão (Últimos 4 Treinos)

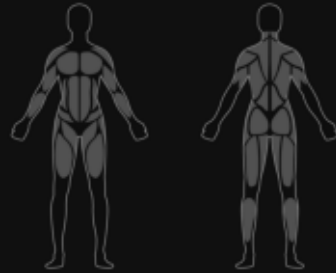
Última Sessão



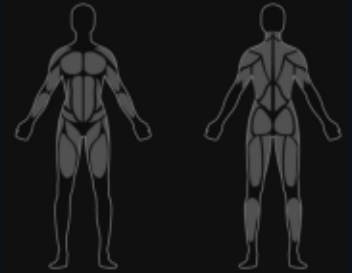
Penúltima



Antepenúltima



Pré-antepenúltima



## 2. Volume de Treino e Frequência Mensal (Em Construção)

Dados de volume e frequência em desenvolvimento.

## 3. Progresso de Carga em Exercícios Chave (Em Construção)

Dados de progressão de carga em desenvolvimento.