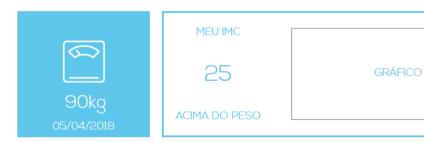
Health Track

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Cras at euismod felis. In hac habitasse platea dictumst. Suspendisse sed velit eu elit tincidunt pretium at non augue. semper eget ullamcorper a, faucibus ac dolor.

Login Usuário Senha Lembrar Senha ENTRAR

Novo por aqui? Faça seu cadastrol

MEU DASHBOARD THIAGO SOUZA - 32 ANOS









LISTA DE PRESSÃO ARTERIAL

DATA	VALOR	STATUS	ALTERAR	DELETAR
08/04/2018	120 x80mmHg	NORMAL		×
06/04/2018	120 x80mmHg	NORMAL		×
05/04/2018	120 x80mmHg	NORMAL	2	×

MEU DASHBOARD > INSERIR ATIVIDADE FÍSICA



THIAGO SOUZA - 32 ANOS

LISTA DE ATIVIDADES FÍSICAS

DATA	HORÁRIO	TIPO	DESCRIÇÃO	CALORIAS kcal	ALTERAR	DELETAR
08/04/2018	19:00	CORRIDA	Corrida de 2km	600		×
06/04/2018	12:00	PEDALADA	5km de pedalada	500	/	×
05/04/2018	19:00	CAMINHADA	caminhada de meia hora	600	/	×

MEU DASHBOARD > INSERIR ALIMENTOS



THIAGO SOUZA - 32 ANOS

LISTA DE ALIMENTOS

DATA	HORÁRIO	TIPO	DESCRIÇÃO	CALORIAS kcal	ALTERAR	DELETAR
08/04/2018	19:00	JANTAR	Omelete de frios	600		×
06/04/2018	12:00	ALMOÇO	Filé com fritas e salada	500		×
05/04/2018	19:00	JANTAR	Strogonoff de frango	600		×

MEU DASHBOARD > INSERIR PESO



THIAGO SOUZA - 32 ANOS

LISTA DE PESOS

DATA	PESO	ALTERAR	DELETAR
08/04/2018	90kg		×
06/04/2018	89kg		×
05/04/2018	89kg	2	×