

7games

</div>

<h2>{kO}</h2>

<p>

Em times de tecnologia avançada e estilo de vida afastado, cada vez mais importante manter atividades saudáveis e manter uma rotina equilibrada. Por sorte, no Brasil, existem diversos aplicativos desportivos que podem ajudar a alcançar esses objetivos, mesmo com orçamentos apertados. Neste artigo, apresentaremos as 7 melhores opções de aplicativos, cada um deles custando apenas R\$7.</p>

<h3>{kO}</h3>

<p>

Este aplicativo é perfeito para aqueles com uma agenda lotada, pois oferece treinos completos de 7 minutos. Com exercícios simples e eficazes, possível manter a forma física e a saúde, tudo isso por apenas R\$7.</p>

</p>

<h3>2. Endomondo</h3>

<p>

Para os amantes de caminhadas, corridas ou ciclismo, Endomondo é a escolha ideal. Com um rastreador GPS preciso e fácil de usar, alm de métricas detalhadas, possível acompanhar os progressos e alcançar novos recordes, tudo isso por apenas R\$7.</p>

<h3>3. MyFitnessPal</h3>

<p>

Este aplicativo é essencial para quem deseja controlar a alimentação e as calorias. Com um banco de dados com milhares de alimentos, possível registrar o que se come diariamente e acompanhar o consumo de calorias, tudo isso por apenas R\$7.</p>

<h3>4. JEFIT</h3>

<p>

Para os focados no fortalecimento muscular, JEFIT é uma ótima opção. Com milhares de exercícios ilustrados e planejadores de rotina, possível construir músculo e fortalecer o corpo, tudo isso por apenas R\$7.</p>

<h3>5. Yoga</h3>

<p>

Para quem procura exercícios mais suaves e relaxantes, Yoga é uma ótima escolha. Com milhares de poses ilustradas e rotinas completas, possível praticar ioga e alcançar o bem-estar, tudo isso por apenas R\$7.</p>

</p>

<h3>6. Zombies, Run!</h3>

<p>

Este aplicativo é perfeito para quem procura um incentivo divertido para correr. Com uma história emocionante e desafios emocionantes, possível fugir de zumbis e salvar o mundo, tudo isso enquanto se mantém em {kO