

Factsheet Athlyts

Zielsetzungen

Mit dem Einsatz der App Athlyts für seine Nationalen Talente ab T3 will Swiss Volley (SV) eine qualitative Verbesserung im Bereich der Belastungssteuerung und -managements erzielen.

- Übersichtliches Monitoring körperlicher und gesundheitlicher Aspekte in real-time
- Vernetzung: Teile aktuelle und vergangene Belastungs- und Gesundheitsangaben sehr einfach mit allen Beteiligten in deinem Betreuungs-Netzwerk (z.B. Coach, Teamärztin, Athletiktrainerin, Eltern, Mentaltrainer, etc), damit immer alle auf dem aktuellsten Stand sind und sie noch individueller mit dir arbeiten können.
- Intuitive Steuerung: sehr einfache Bedienung ohne grosse Einarbeitungszeit
- Durch akademische Partnerschaften werden neue Erkenntnisse der Leistungsdiagnostik und Sportmedizin laufend eingebaut.

<p>Grundfunktionen der App</p> <p>Beispielsweise können folgende Angaben mit deinem Team geteilt werden, die dann in Form eines Tageszustands oder themenweise in einem Dashboard übersichtlich zusammengefasst sind:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Schlaf – Gewicht – Befinden – Intensität – Work-Load-Ratio – Bewertung des Trainings (was war gut/schlecht) – Verletzungen – Menstruations-Zyklus – Mitteilungen, Videos, Bilder 	<p>Zusatzfunktionen</p> <ul style="list-style-type: none"> – Verbinden und automatisieren gewisser Eingaben mit einer SmartWatch möglich – Reflexions-Funktion: Feedbacks auf Trainingsinhalte können ebenfalls wie bei einem Trainingstagebuch festgehalten werden. – Die andere Seite (Coach, Physio, Arzt, etc) erhalten die Daten praktisch in Echtzeit, sie sind sofort sauber abgelegt. Sie haben tolle Möglichkeiten des Monitorings und der Visualisierung, um über die Spielerinnen stets aktuell im Bild zu sein und auf Trainings-Empfindungen reagieren zu können. – Zyklus-Tracking bei Frauen bietet die Grundlage für zyklusgesteuertes Training. – Feedback-Möglichkeit zwischen Spielerinnen und Trainerinnen mit Messages oder Dateien.
<p>Erprobtes Produkt</p> <p>Swiss Volley nutzt die App Athlyts bereits seit 4 Jahren im Rahmen der Kaderdienstleistungen für T3 und höher in einzelnen Trägerschaften täglichen Einsatz. Wichtige Erkenntnisse von Nationalcoaches aus der Nutzung waren, dass die Belastung tatsächlich individueller gesteuert werden kann und insbesondere die Daten über die Schlafgewohnheiten in den Gesprächen mit den Eltern halfen.</p>	<p>Hoher Datenschutz-Standard</p> <p>Hoher Datenschutz-Standard für die Spieler:innen durch Wahlmöglichkeiten: Frei und flexibel steuerbar, welche Daten mit wem geteilt werden. Der Schweizer Anbieter der App (vom ehemaligen Volleyball-Profi Alexei Strasser gegründet) untersteht dem Schweizer Datenschutzgesetz.</p>

Website Athlyts: <https://athlyts.com>