

Scheda informativa Athlyts

1. Obiettivi

Con l'utilizzo della app Athlyts per i suoi Talenti nazionali a partire dal livello T3, Swiss Volley (SV) intende realizzare un miglioramento qualitativo nell'area del controllo e della gestione del carico.

- Monitoraggio chiaro e completo di parametri fisici e relativi alla salute in tempo reale
- **Condivisione in rete:** Condividi facilmente dati attuali e passati su carico e salute con tutti i soggetti della tua rete di supporto (p. es. coach, medico sportivo, preparatrice atletica, genitori, preparatore mentale, ecc.) in modo che tutti siano sempre aggiornati e possano collaborare con te in modo ancora più personalizzato.
- **Controlli intuitivi:** grande facilità d'uso, senza lunghi tempi di apprendimento
- Grazie a collaborazioni accademiche, vengono continuamente integrate nuove conoscenze in ambito di diagnostica delle prestazioni e medicina dello sport

<p>Funzioni di base dell'app</p> <p>Ad esempio è possibile condividere con il tuo team le seguenti informazioni, chiaramente visualizzabili in una dashboard sotto forma di riepilogo giornaliero o suddivise per aree tematiche:</p> <ul style="list-style-type: none"> – sonno – peso – condizione – intensità – rapporto work-load – valutazione dell'allenamento (cosa è andato bene/male) – infortuni – ciclo mestruale – messaggi, video, immagini 	<p>Funzioni aggiuntive</p> <ul style="list-style-type: none"> – Possibilità di collegare e automatizzare l'acquisizione di determinati dati tramite smartwatch – Funzione Riflessione: È anche possibile salvare feedback sui contenuti degli allenamenti come in un diario di allenamento. – Gli altri soggetti (coach, fisioterapista, medico, ecc.) ricevono i dati praticamente in tempo reale, direttamente salvati in modo ordinato. In questo modo dispongono di utili opzioni di monitoraggio e visualizzazione, per essere sempre al corrente della situazione e poter reagire ai riscontri degli allenamenti. – Possibilità di feedback degli altri soggetti sui dati inseriti con messaggi, file, ecc.
<p>Prodotto ben collaudato</p> <p>Swiss Volley utilizza quotidianamente la app Athlyts già da 4 anni nell'ambito dei servizi per i quadri T3 e superiori forniti da singole istituzioni responsabili. Importanti riscontri emersi dall'utilizzo da parte di coach nazionali sono stati che il carico può essere effettivamente gestito in modo più personalizzato, e che in particolare i dati sulle abitudini di sonno sono stati d'aiuto nei colloqui con i genitori.</p>	<p>Elevati standard di protezione dei dati</p> <p>Elevati standard di protezione dei dati per giocatrici e giocatori grazie alle opzioni: è possibile controllare in modo libero e flessibile quali dati vengono condivisi con chi. L'azienda svizzera che fornisce la app (fondata dall'ex giocatore professionista di pallavolo Alexei Strasser) è soggetta alla legge svizzera sulla protezione dei dati.</p>