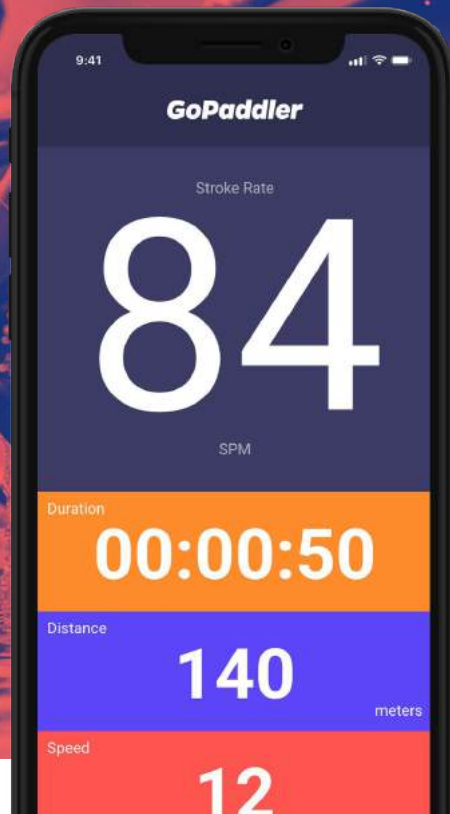




GoPaddler

**Sports Training
Technology**

**Porque é que algumas das melhores seleções
e muitos atletas não o dispensam nos seus
treinos**



OS SISTEMAS DE MONITORIZAÇÃO DE TREINO

GoPaddler

São produtos que visam auxiliar treinadores e restantes equipas técnicas a potenciar o desenvolvimento individual e colectivo dos seus atletas/equipas

As marcas promovem-se em dois grandes eixos: o da **melhoria da performance** e o da **prevenção da lesão**.



OS SISTEMAS DE MONITORIZAÇÃO DE TREINO

POLAR TEAM PRO

A Polar também está presente no segmento, com a sua banda de frequência cardíaca “transformada” num “GPS-based athlete tracking system”

OPTIMIZE INDIVIDUAL AND TEAM PERFORMANCE

Polar Team Pro is a robust and easy-to-use tool for mapping athlete performance in real time and afterwards.

MAKE OBJECTIVE DECISIONS IN REAL TIME



GoPaddler

GPS-BASED ATHLETE TRACKING SYSTEM

Designed for professional team sports, Polar Team Pro combines high-precision GPS-derived movement data, inertial sensor metrics and integrated heart rate monitoring into a mobile and easy-to-use wearable player tracking system.

Get valuable insights into athlete performance, prevent injuries associated with overtraining and win more games through actionable, science-based training data.



REQUEST INFORMATION

Polar Team Pro

Baseada numa aplicação de tablet e em dispositivos semelhantes a uma banda de frequência cardíaca

CATAPULT Sports

Uma das marcas mais populares neste segmento.

Fundada em 2006

Optimise performance

Prepare for the demands of competition by managing workloads and monitoring athlete development.

Reduce injury risk / Return to play



CATAPULT

Dois jogadores de futebol, com os coletes agora tão rotineiros (e aprovados pela FIFA)

STATSports

Apresentam como clientes equipas como o Liverpool, Manchester United, Juventus ou, em Portugal, o SL Benfica e Vitória SC

Proposta de valor muito semelhante aos concorrentes.

Fundada em 2008

... make real-time decisions in confidence



STATSports

Colete bem visível durante uma sessão de treino

O QUE É O GOPADDLER?

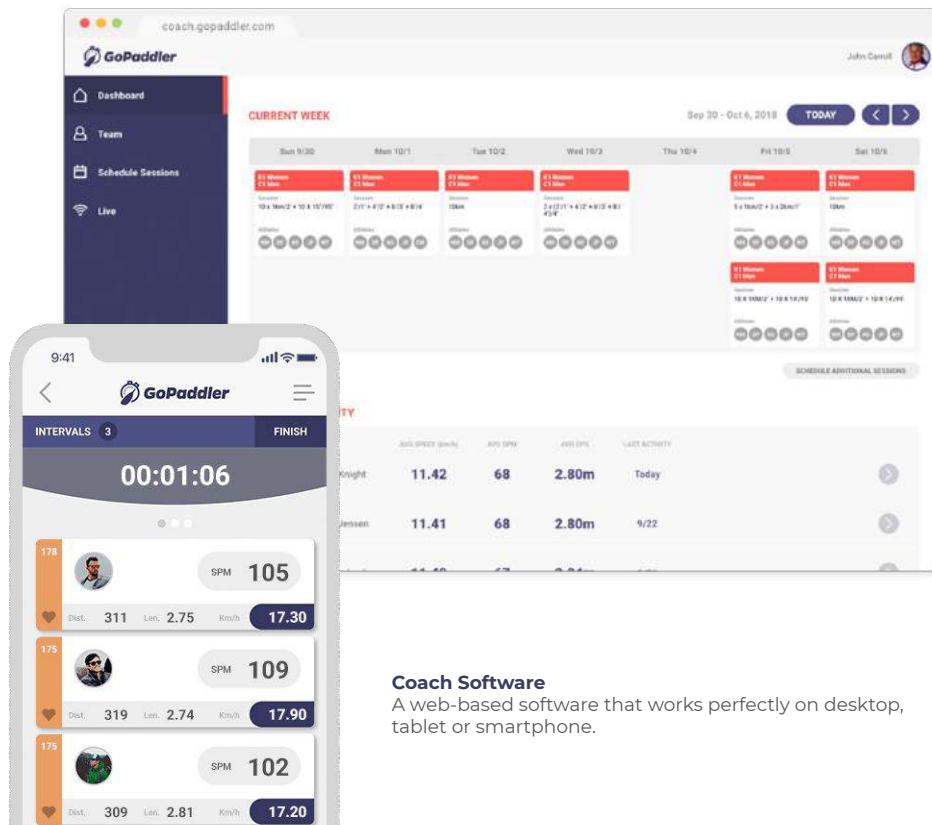
GoPaddler

É um sistema de monitorização de treino desenvolvido para a canoagem.

Por ser desenvolvido para a canoagem, dispõe de métricas específicas da modalidade.

Métricas

- ✓ Cadência de remada
- ✓ Deslocamento
- ✓ Balanço do barco
- ✓ Número de remadas em 100m
- ✓ Distância / Velocidade / Pace / Duração / FC

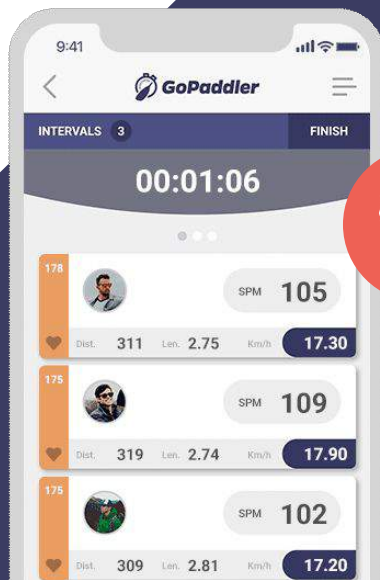


Coach Software

A web-based software that works perfectly on desktop, tablet or smartphone.

O QUE É O GOPADDLER?

GoPaddler usa os próprios telemóveis dos atletas para a recolha e comunicação da informação em tempo real



Coach Software Live Mode

Follow multiple athletes at the same time. Start, stop, intervals – you have full control of each boat individually.

Imaginem a seguinte sessão de treino:

5 x 250m/8'

Primeiras 4 séries a 100 remadas por minuto, e a última a 90

COMO FUNCIONA

GoPaddler

Colocar o telemóvel no barco

O telemóvel do atleta irá recolher os dados, e comunicar em tempo real de volta para o telemóvel (ou tablet, ou computador) do treinador

No telemóvel do atleta...

Delegar o controlo do GoPaddler ao treinador, para que este possa iniciar / parar / pausar a sessão



COMO FUNCIONA

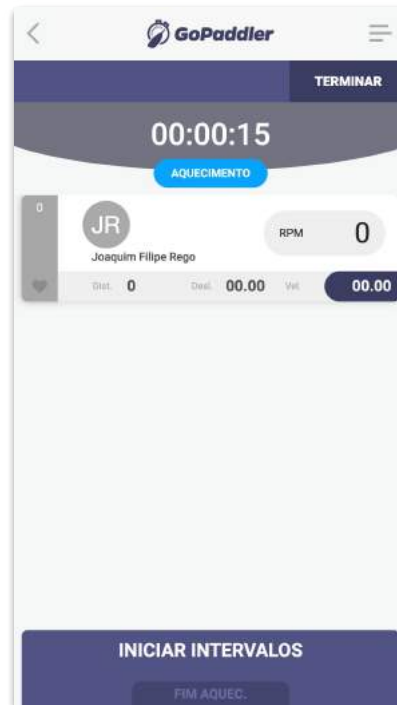
GoPaddler

O treinador inicia a sessão

Logo que o atleta entra na água, o treinador inicia a sessão (ou, se preferir poderá fazê-lo mais tarde)

A sessão começa pelo aquecimento

E a qualquer momento, pode ser dada a largada da primeira série



COMO FUNCIONA

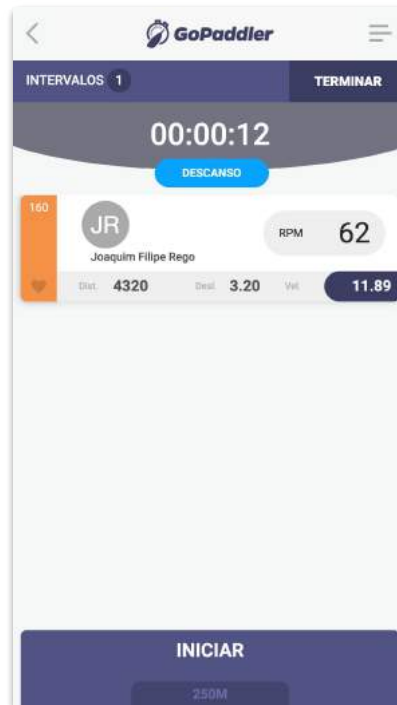
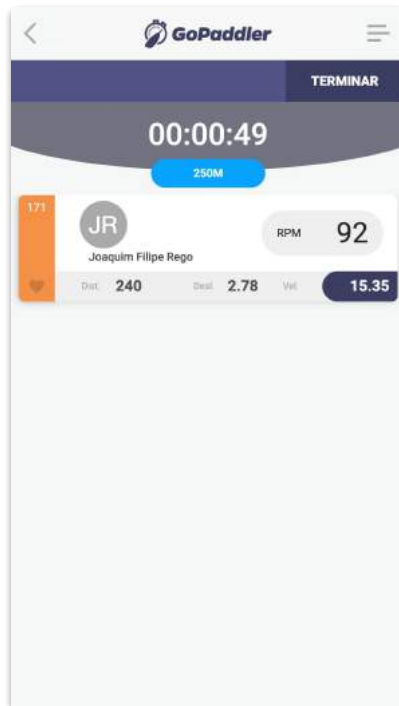
GoPaddler

Os intervalos terminam automaticamente

Tirando proveito do GPS, e uma vez que o treino está programado para 250m, o telemóvel irá terminar cada intervalo quando atingir aquela distância

Assim que terminam, e no caso dos intervalos por distância, o treinador decide a próxima largada

Isto permite que todos atletas estejam alinhados no início do intervalo

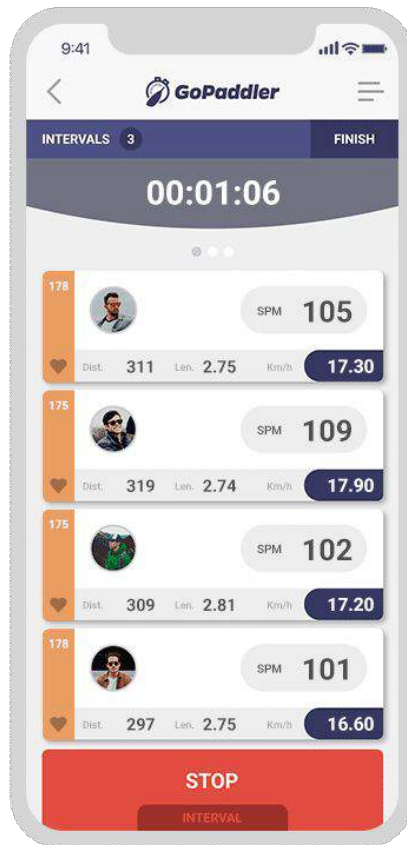


COMO FUNCIONA

GoPaddler

Com o GoPaddler, poderá ter acesso a todas as métricas em tempo real

Vista em tempo real

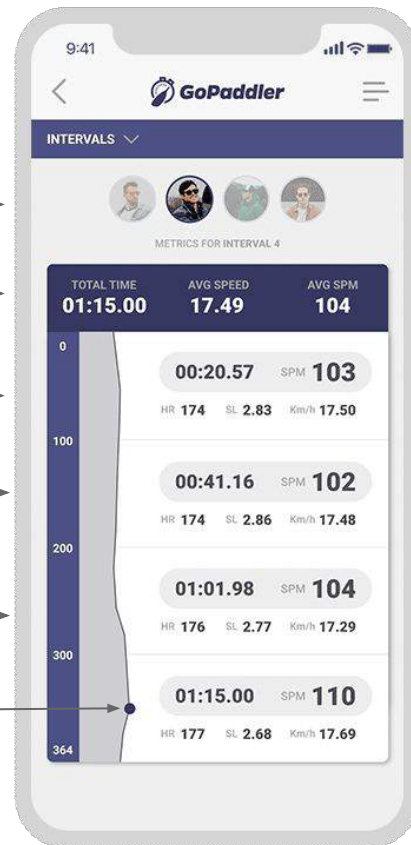


Grupo de atletas a treinar em simultâneo

Valores correspondem ao valor instantâneo de cada métricas

Start / stop: como num cronómetro, permite “tirar tempos”, ou seja, fazer intervalos durante uma sessão livre

Sumário de um intervalo



Escolher/alternar atleta

Médias do intervalo

Distância (barra azul) / velocidade (cinza)

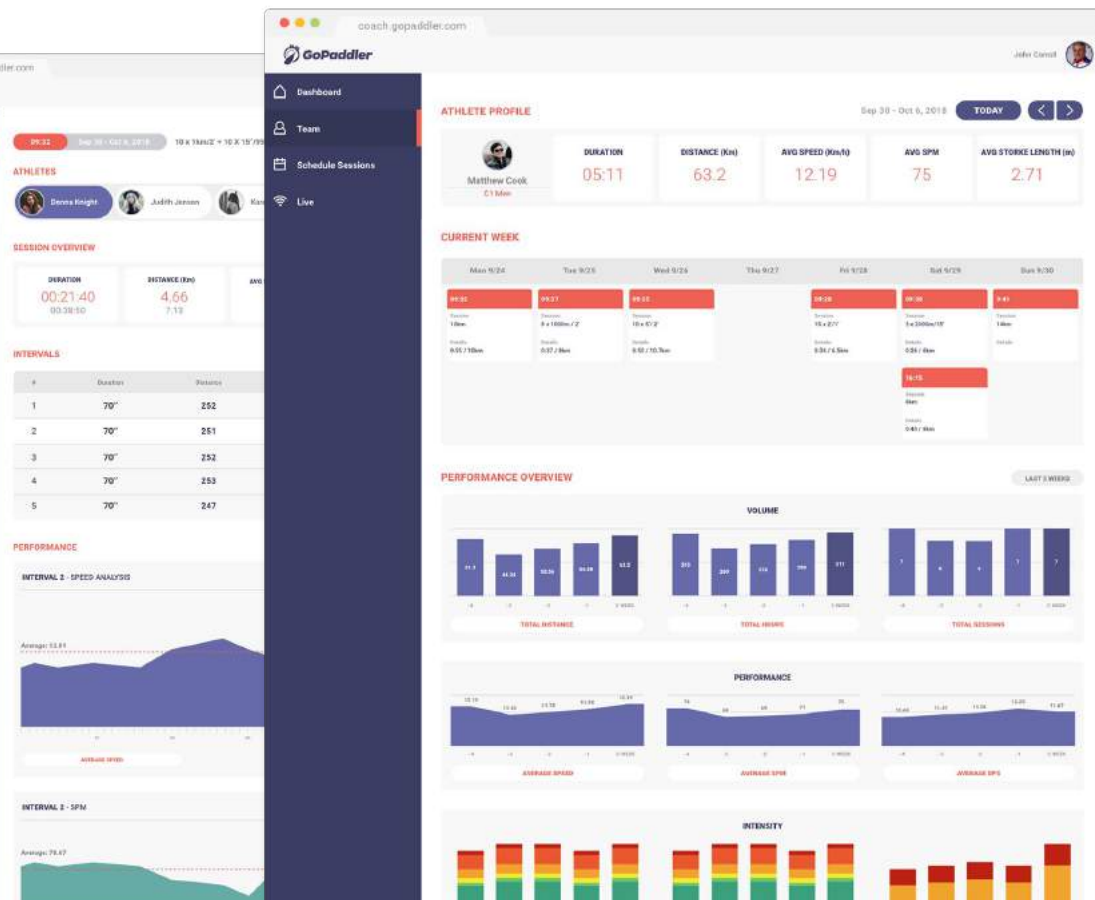
Dividido em parciais de 100 m (depende do intervalo)

Em cada parcial, a duração e as médias de todas as métricas

Velocidade máxima

COMO FUNCIONA

GoPaddler



Terminada a sessão, é feito o carregamento automático dos dados para a conta do treinador

Não há necessidade de ligação por cabos, tudo é feito automaticamente sem a intervenção do atleta ou treinador

Voltando à nossa sessão de 5 x 250m/8' (4 primeiras a 100ppm e a última a 90)

Duração	Distância	Velocidade média	RPM média	Desl. médio	Ritmo cardíaco
00:04:25 (01:12:48)	1.25 Km (8.82 Km)	16.9 Km/h	96	2.93 m	158 bpm

#	Duração	Distância (m)	Velocidade (km/h)	RPM	Deslocamento	R. Card.
1	00:52.106	250	17.27	96.17	2.99	163
2	00:52.785	250	17.05	98.33	2.89	160
3	00:51.157	250	17.59	97.85	3.00	162
4	00:53.974	250	16.67	97.43	2.85	155
5	00:55.893	250	16.10	91.79	2.92	151

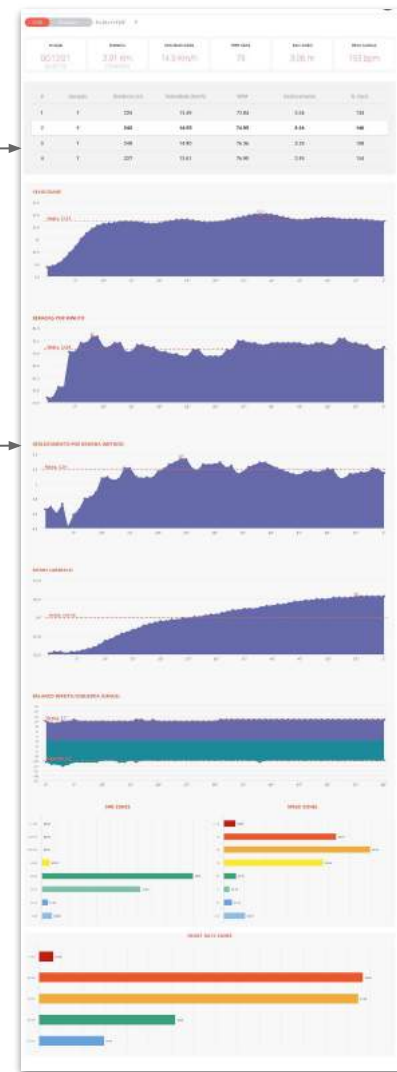
A ANÁLISE DA SESSÃO

A visão global de uma sessão

Resumo da sessão

Dados detalhados de
velocidade, cadência,
deslocamento, ritmo
cardíaco e balanço do
barco

Zonas de treino

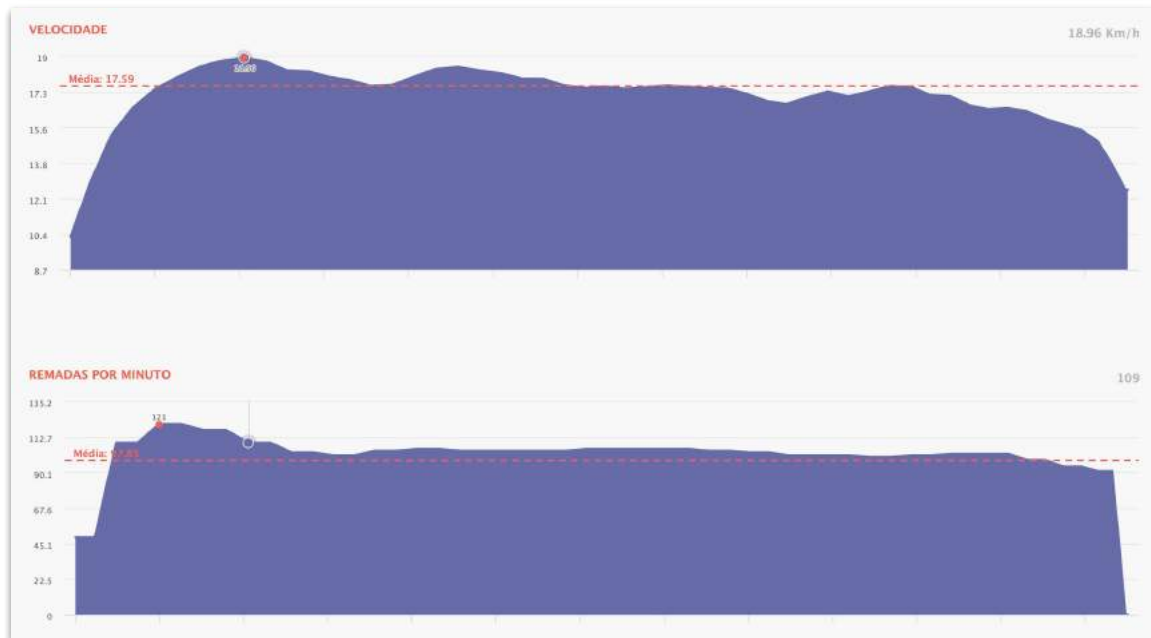


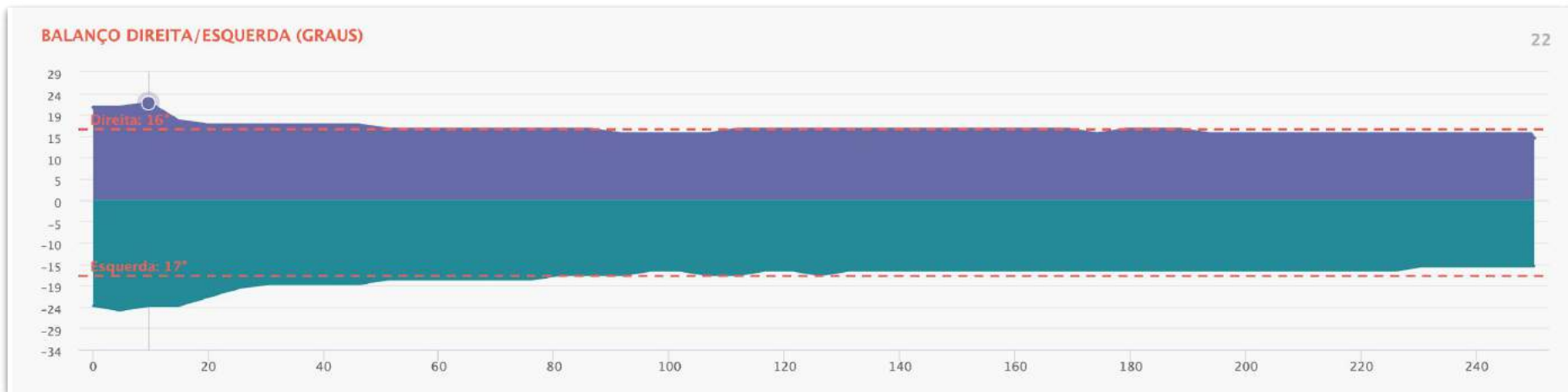
GoPaddler

Métricas detalhadas

Valores instantâneos e média para cada dimensão:

- Velocidade
- Cadência
- Deslocamento
- Ritmo cardíaco
- Balanço

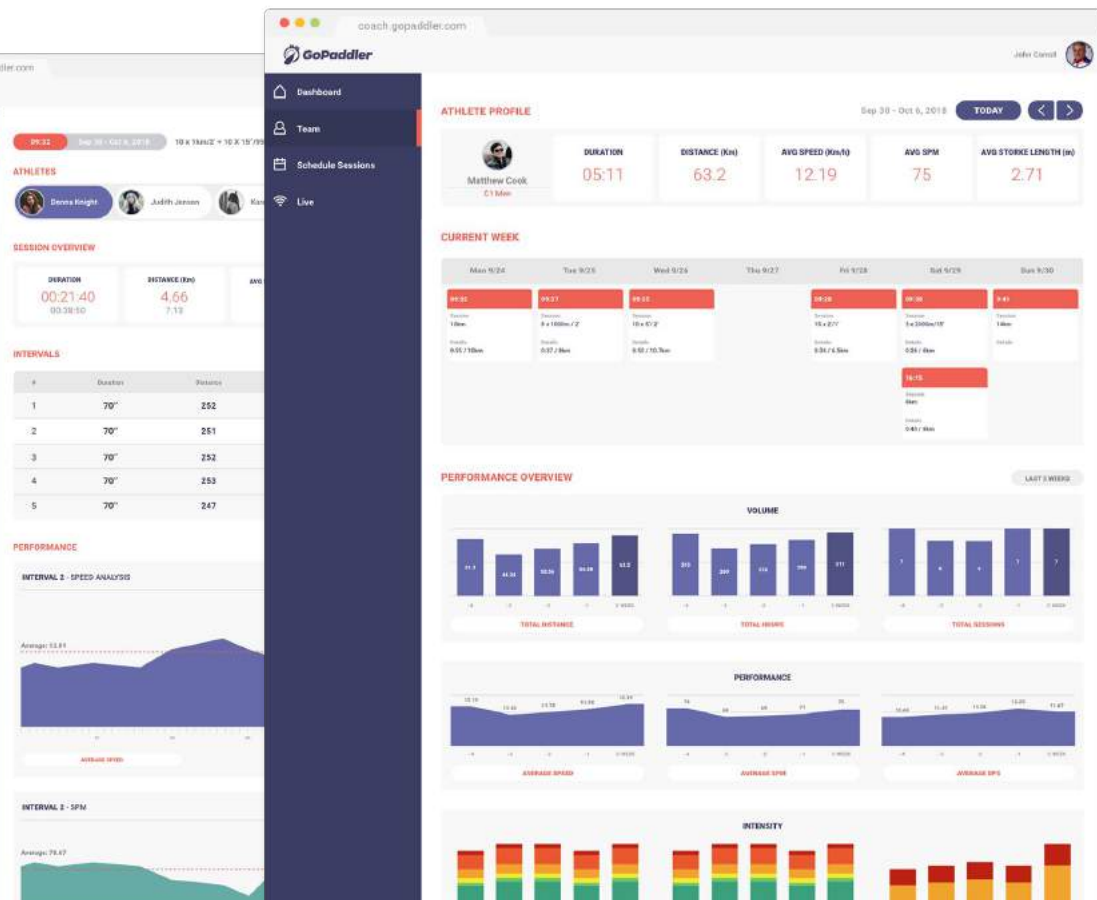




Pormenor do balanço do barco, 16° para a direita e 17° para a esquerda (uma pequena diferença, mas nem sempre assim é)



Zonas de treino, conforme configuradas no perfil do atleta



**Ao longo da(s) época(s),
estas sessões vão
contribuindo para o
histórico global de cada 1
dos atletas**

Volumes de trabalho são facilmente
avaliados... comparar períodos homólogos
também podem ser mais facilmente
comparados

COMO NOS COMPARAMOS

GoPaddler

	Polar	GoPaddler
GPS	10 Hz	1 Hz
MEMS	200 Hz	Depends on device
Range	200 meters	Unlimited
Intervalled Training	Yes	Yes (with analytics)
Heart Rate Zones	Yes	Yes
Speed Zones	Yes	Yes
SPM Zones	No	Yes
Stroke Rate	No	Yes
Stroke Length	No	Yes
Left / Right Analytics	No	Under Development


COMO CRIAR UMA CONTA DE TREINADOR

GoPaddler

Basta aceder a
<https://coach.gopaddler.com>
e criar uma conta de treinador

IMPORTANTE: a conta de treinador e de atleta devem ser diferentes - se tiver descarregado a aplicação GoPaddler, terá criado um utilizador do tipo atleta, que não tem acesso às funcionalidades descritas neste documento

Create a GoPaddler Account

 REGISTER WITH FACEBOOK

OR

Email

filipe@gopaddler.com

Password

Password (again)

Password (again)

Name

Name

CREATE AN ACCOUNT

If you already have an account [sign in](#)

A SESSÃO DO PONTO DE VISTA DO ATLETA

A SESSÃO DO PONTO DE VISTA DO ATLETA

GoPaddler

Ao usar o telemóvel para recolha,

podemos oferecer ao atleta feedback instantâneo da sua performance durante o treino

Esse foi, num primeiro momento, o principal objectivo da aplicação **GoPaddler**



A SESSÃO DO PONTO DE VISTA DO ATLETA

GoPaddler

Design minimalista

4 métricas visíveis, mas podemos alternar entre elas no treino

Relembrando as métricas disponíveis:



Cadência de remada



Deslocamento



Número de remadas em 100m



Distância / Velocidade / Pace / Duração / FC



A SESSÃO DO PONTO DE VISTA DO ATLETA

GoPaddler

Treinos programados

Notificações sonoras de início/fim de cada intervalo

Com sumário de execução no final de cada intervalo

Visível por 10 segundos após o fim da sessão, são os dados sumário do desempenho naquele intervalo (para as métricas selecionadas). Exemplo da imagem é o da série de 250m que temos vindo a idealizar



A SESSÃO DO PONTO DE VISTA DO ATLETA

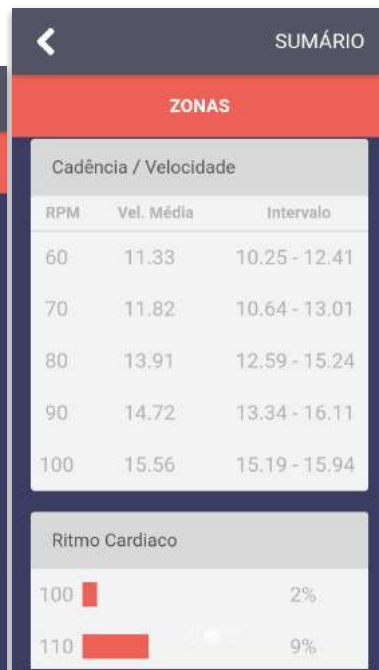
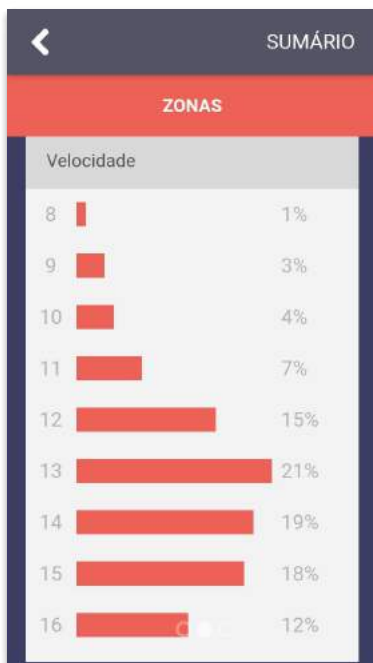
GoPaddler

E um sumário no final da sessão

As médias das diversas métricas, quando numa sessão programada, não têm em consideração o desempenho nos descansos



Sumário (continuação)




VALE A PENA RELEMBRAR

GoPaddler

Treinadores usam o
<https://coach.gopaddler.com>

IMPORTANTE: os atletas usam a aplicação (cuja conta é criada da primeira vez que abrem a aplicação).

Create a GoPaddler Account

 REGISTER WITH FACEBOOK

OR

Email

Password

Password (again)

Name

CREATE AN ACCOUNT

If you already have an account [sign in](#)

QUESTÕES

Contacto:

E. filipe@gopaddler.com

T. 937744117

GoPaddler

We are a Portuguese startup who loves canoeing and creating beautiful products.

Our goal is to make technology accessible for everyone!

