

Scheda informativa BridgeAthletic

1. Obiettivi

Con l'utilizzo su ampia scala della app BridgeAthletic per i suoi Talenti nazionali, Swiss Volley (SV) intende realizzare un miglioramento qualitativo nell'area delle prestazioni atletiche.

- **Efficacia:** standardizzazione degli obiettivi da raggiungere (esercizi di benchmark)
- **Efficienza:** standardizzazione dello strumento di gestione nell'area della preparazione atletica
- Storia dello sviluppo di ogni giocatore/giocatrice: dossier personale, nel lungo periodo, ricostruibile oltre i confini di un solo strumento di promozione
- Una soluzione globale, professionale e al passo coi tempi per la nostra federazione

<p>Funzionalità della app</p> <ul style="list-style-type: none"> – Elaborazione rapida di un piano di allenamento personalizzato – Monitoraggio delle prestazioni e degli sviluppi in allenamento per te e il tuo allenatore/la tua allenatrice nello strumento di promozione – Flessibile personalizzazione con esercizi/video propri – Checklist ufficiale per il fattore Atletica del test PISTE di SV 	<p>Storia individuale del proprio sviluppo atletico</p> <p>Con il tempo, ogni giocatrice/giocatore può così disporre di una storia del proprio sviluppo atletico. Questo consente di fare il punto della propria situazione in qualsiasi momento. E nel caso di un cambio di struttura di allenamento risulta subito chiaro a che punto si trovi l'atleta in termini di preparazione atletica, su cosa si è lavorato, quando e per quanto tempo, e quali sono i prossimi obiettivi.</p>
<p>Esercizi di benchmark SV: la roadmap di SV per la preparazione atletica</p> <p>Swiss Volley ha definito per ciascun livello di sviluppo da T2 in poi uno specifico set di esercizi atletici target. L'obiettivo è superare l'80% degli esercizi target per passare al livello di talento successivo nel test PISTE. Grazie a questa roadmap per la preparazione atletica, il nostro sport dispone di un percorso standardizzato a livello nazionale e di un punto di riferimento per gli obiettivi da raggiungere.</p>	<p>Set di esercizi SV</p> <p>Swiss Volley ha messo a punto per ciascun livello un set di esercizi di prova attraverso i quali sarà possibile superare gli esercizi di benchmark. Questo può fornire al tuo/alli tua coach una base per i piani di allenamento personalizzati, facilitando così il suo lavoro.</p> <p>Inoltre la app comprende un database molto ampio di esercizi ben documentati e illustrati.</p>
<p>Il prodotto</p> <p>La app BridgeAthletic è stata scelta da Swiss Volley attraverso un approfondito processo di valutazione come la soluzione più pratica in termini di funzionalità e costi.</p> <p>Il prodotto è stato ampiamente testato al Centro regionale di allenamento di Zurigo, con esperienze molto positive.</p>	<p>Protezione dei dati</p> <p>I dati per ogni atleta sono sempre direttamente accessibili solo dal suo allenatore/la sua allenatrice nello strumento di promozione. L'unica altra figura che vi può accedere è l'amministratrice di Swiss Volley, ma non altri allenatori/allenatrici o utenti</p>

Vantaggi e svantaggi

Vantaggi

- Soluzione globale standardizzata – identica per tutti gli strumenti di promozione di SV
- Facile scambio di dati nel processo di allenamento, anche tramite dispositivi mobili
- Principali opzioni di monitoraggio: stato e sviluppi
- Opzioni di controllo chiare e complete
- Possibilità di portare con sé un dossier atletico completo in occasione di cambi
- Agevole strumento di creazione di programmi di allenamento personalizzati per allenatori/allenatrici

Svantaggi

- Richiede un certo periodo di apprendimento
- Limitato impegno di documentazione per giocatori/giocatrici e allenatori/allenatrici