



ENTRENA CON CRITERIO. RINDE CON DATOS.

La app que convierte el entrenamiento en un sistema de rendimiento.

PROBLEMA Y SOLUCIÓN



PROBLEMAS QUE RESUELVE UMBRAL

Diseñada para ayudar a superar las *pruebas físicas* de oposiciones.



Entrenamientos genéricos ineficientes.

Falta de control y fatiga.

Lesiones recurrentes.

Progreso irregular.

Decisiones basadas en intuición



QUÉ ES UMBRAL

Control y planificación

UMBRAL permite controlar y planificar entrenamientos basados en medición continua y asistencia inteligente personalizada.

Enfoque en objetivos

La plataforma adapta cada sesión a los objetivos del usuario y su estado físico actual para optimizar resultados.

Prevención y seguridad

UMBRAL analiza datos para ajustar cargas y prevenir riesgos, asegurando un progreso constante y seguro.

CARACTERÍSTICAS Y DIFERENCIALES



FUNCIONALIDADES CLAVE



Entrenamiento individualizado

Ofrece planes de entrenamiento personalizados según el nivel y condiciones del usuario para máxima eficacia.

Control preciso de carga y fatiga

Monitorea carga, fatiga y riesgo de lesión para optimizar la seguridad y rendimiento del entrenamiento.

Simulación inteligente de pruebas

Simula pruebas físicas específicas para oposiciones, ayudando a preparar con precisión y confianza.

Seguimiento continuo basado en datos

Permite un seguimiento constante y análisis de datos para ajustar y mejorar el entrenamiento continuamente.

Sport data science

Estudio y generación continua de data específica de oposiciones.

Elige una Oposición

Selecciona la convocatoria activa para cargar sus pruebas y baremos específicos.

- ZAMORA2025

Bomberos Zamora 2024

1 Pruebas disponibles →
- MÁLAGA2025

Bomberos Málaga 2023

4 Pruebas disponibles →
- GRANADA2025

Bomberos Granada 2024

4 Pruebas disponibles →

Volver

DIFERENCIAL COMPETITIVO

Enfoque en calidad y sostenibilidad

UMBRAL prioriza entrenar mejor, no más, asegurando un progreso sostenible y eficiente en el tiempo.

Decisiones basadas en datos

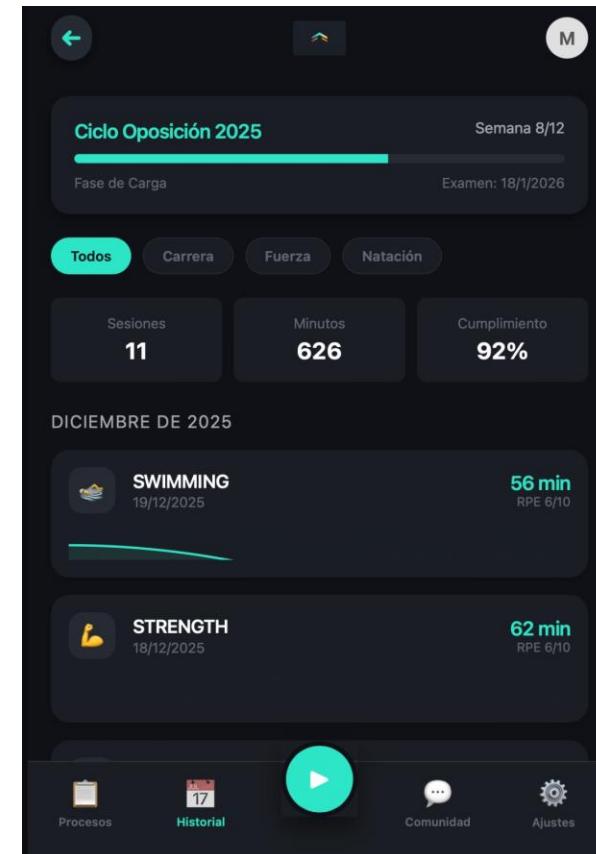
La app usa datos objetivos para reducir riesgos de lesiones y optimizar el rendimiento deportivo.

Mentalidad de deportista de élite

UMBRAL ofrece herramientas profesionales para opositores, aplicando métodos de alto nivel en el entrenamiento.

Prevención sobre recuperación

El sistema minimiza interrupciones priorizando la prevención antes que la recuperación de lesiones.



**ENTRENA CON
IA EN TIEMPO
REAL**



¿Cómo quieras entrenar?



Entreno Libre

Solo registraremos los datos de tu wearable.



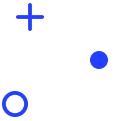
Entreno Guiado

Tú defines las series y ritmos. La IA te avisa.



Plan Inteligente (IA)

Generar una rutina optimizada para esta prueba.



IA INTEGRADA

Entrena como siempre.

UMBRAL se adapta a al smartwatch, auriculares, y ritmos de cada usuario.

La IA da avisos precisos para que permita aprovechar al máximo la sesión de entrenamiento.

¿Ritmo lento? ¿Exceso de fatiga? UMBRAL ayuda a corregir los ciclos de entrenamiento y alerta la fatiga muscular, y el riesgo de lesiones.