

nöliö

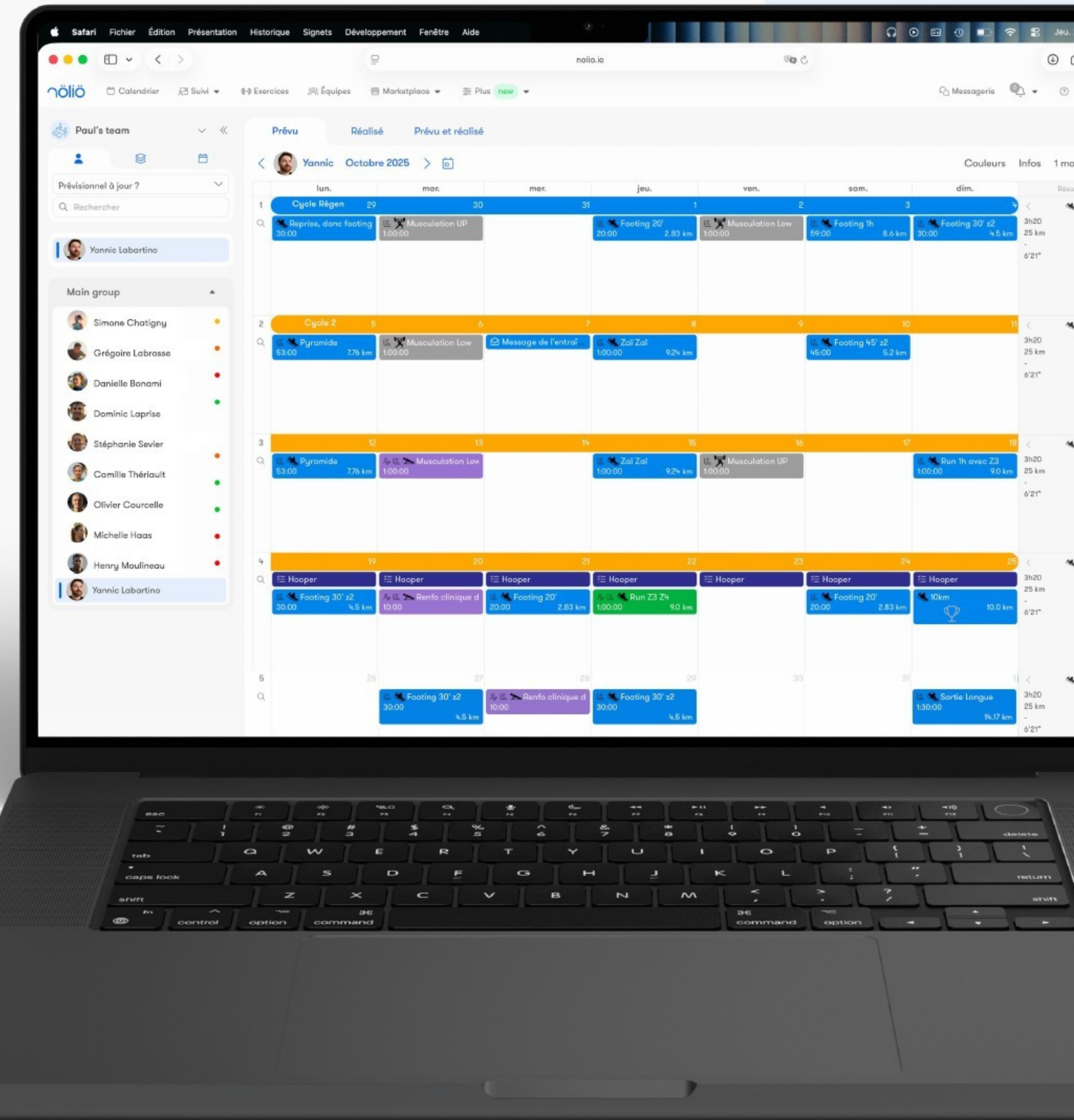
La plateforme des entraîneurs, sportifs et clubs

Nolio est une plateforme de planification, de suivi et d'analyse des entraînements.

Toutes les données sportives sont disponibles à portée de main sur l'ordinateur, le téléphone, la montre ou le compteur via une application web, iOS et Android.

Nolio, bien que spécialiste des sports d'endurance, est conçu pour tous les sports : running, cyclisme, trail, triathlon, prépa physique, ski de fond, voile, aviron, roller, canoë-kayak...

Nolio répond aux besoins du sportif avec ou sans entraîneur, aux entraîneurs eux-mêmes et aux clubs.



Un outil conçu avec les entraîneurs et les sportifs

“Le développement de Nolio prend racine dans nos années d’entraînement.

Nous nous sommes aperçus que les coachs utilisaient souvent des outils similaires pour nous encadrer. Des outils qui n’ont pourtant que très peu évolué depuis plus d’une décennie. Des outils qui ne permettent pas d’avoir des retours sur les séances réalisées par les athlètes.

Notre objectif était de répondre à un réel besoin d’organisation, de gestion et de suivi des performances. Nous proposons un outil simple moderne conçu avec les entraîneurs et les sportifs, pour les entraîneurs et les sportifs.”

François et Alexandre,
sportifs et co-fondateurs



55k
sportifs

4,5k
entraîneurs

30+
partenaires

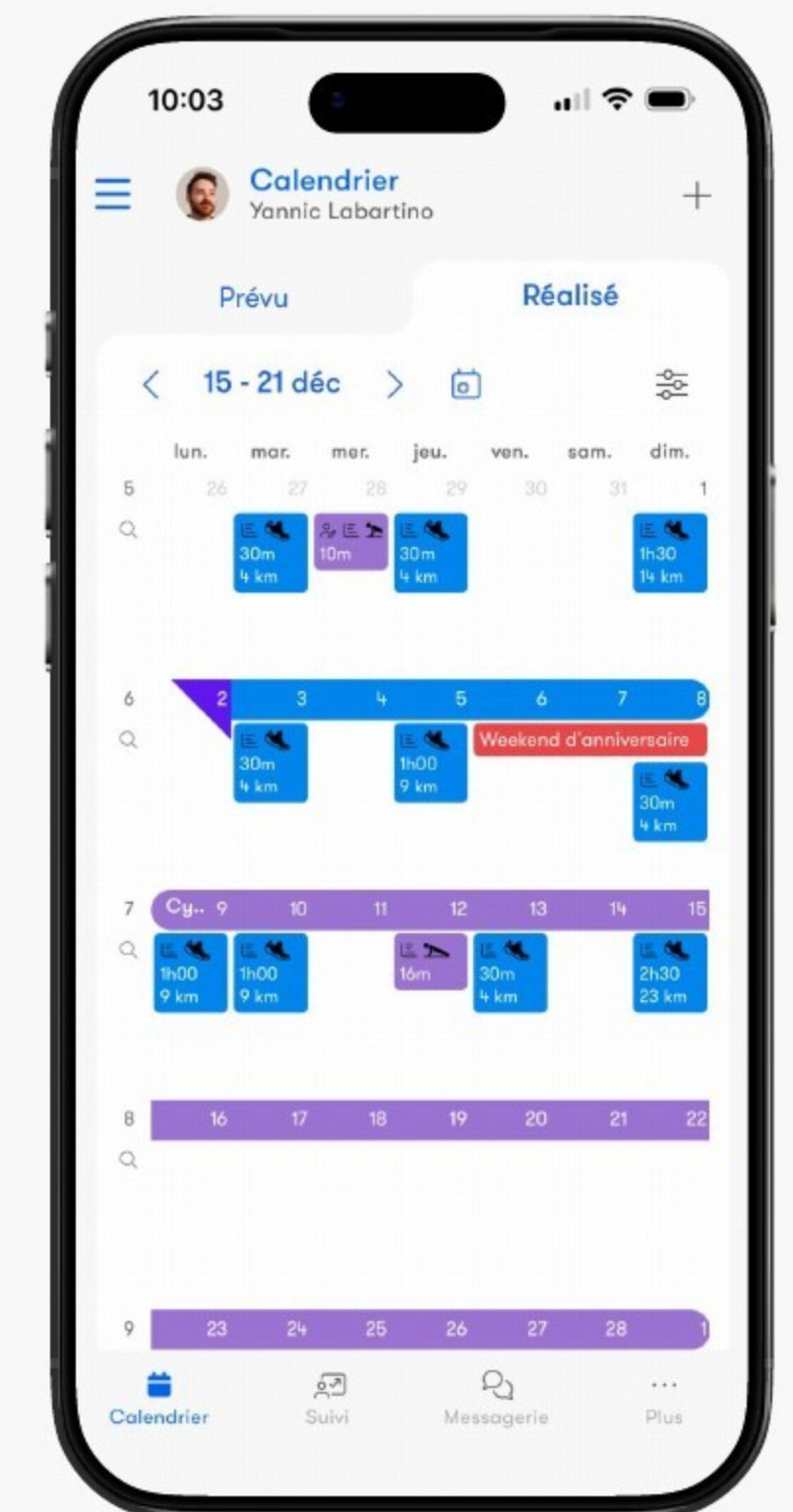
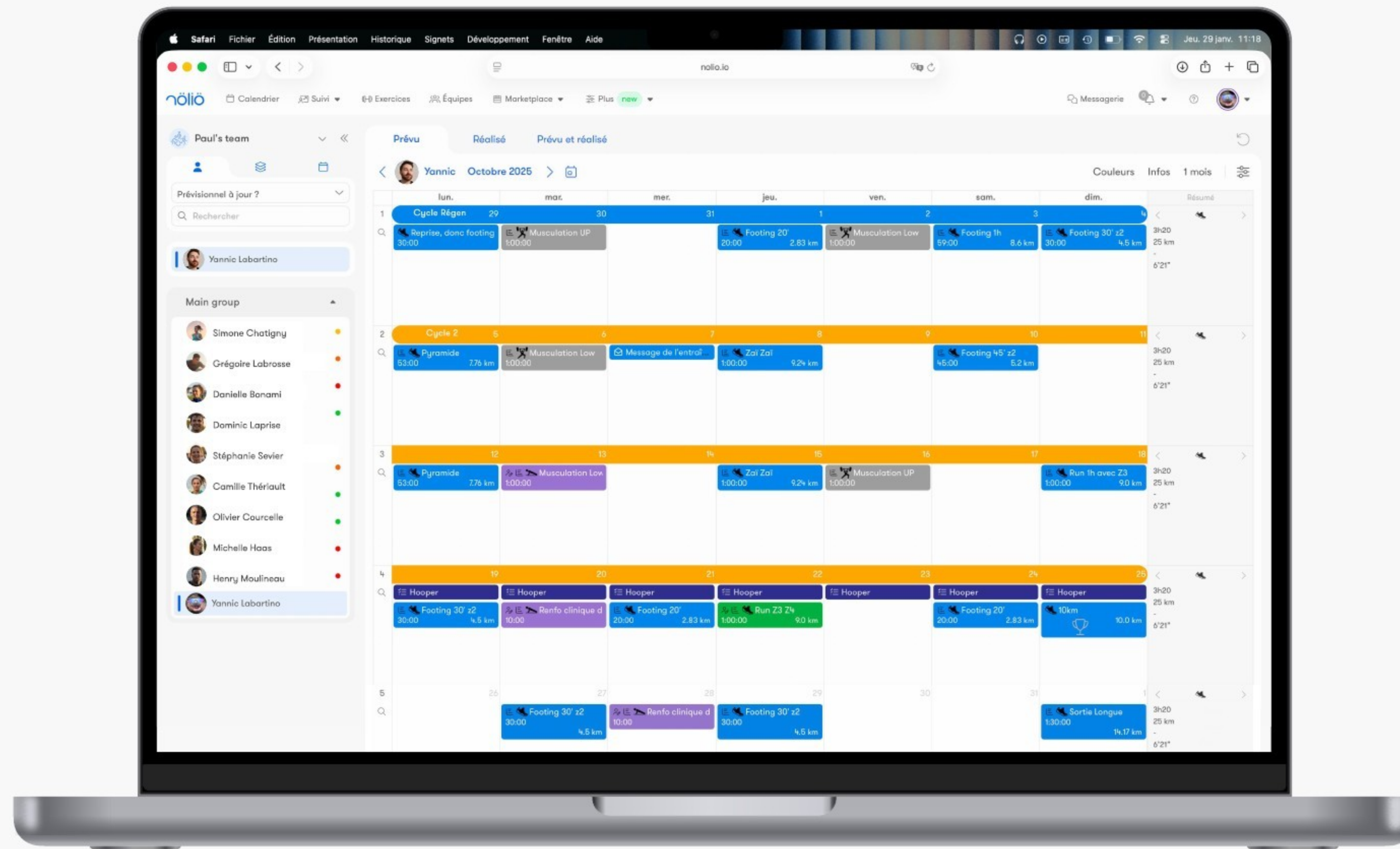
6+
pays

6
fédérations



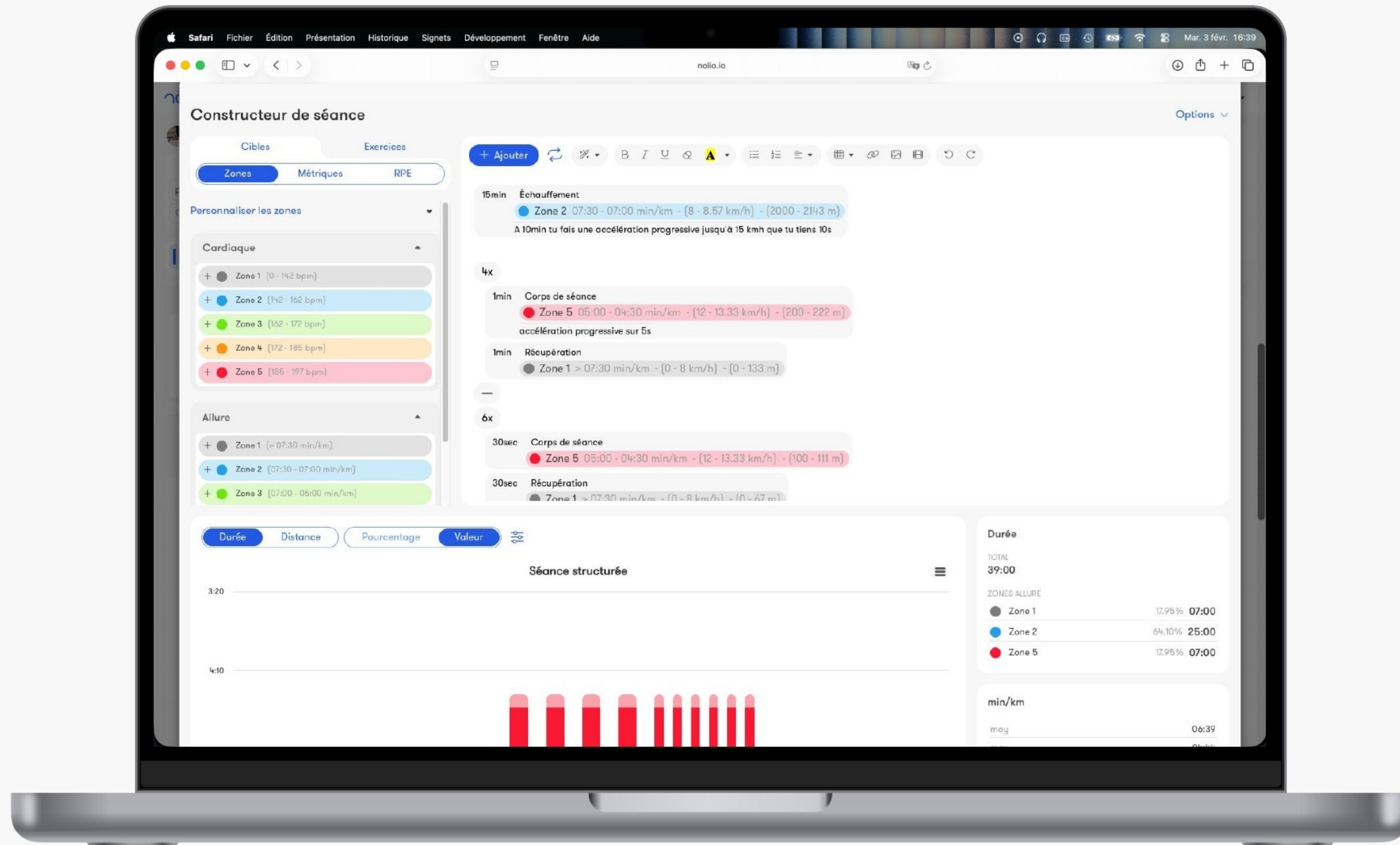
Fonctionnalités populaires de Nolio

Deux calendriers : prévu et réalisé



Fonctionnalités populaires de Nolio

Constructeur de séance pour l'endurance



Fonctionnalités populaires de Nolio

Constructeur de séance pour la prépa physique

The screenshot displays the Nolio workout builder interface on a laptop. The browser is Safari, and the URL is nolio.io. The interface is in French and shows a 'Constructeur de séance' (Workout Builder) with various exercise options, a central workout structure, and a detailed view of a 'Chaise' (Chair) exercise.

Constructeur de séance

Cibles Perso Équipe **Nolio**

Rechercher

Exercices

- + Box jump
- + Burpees
- + Chaise
- + Crabe avec élastique
- + Crunch
- + Crunch croisé alterné genoux coudes
- + Crunch rameur
- + Développé militaire avec élastique
- + Dips chaise
- + Extension mollets
- + Extension mollets avec genoux fléchis
- + Fente arrière

Superset 4 séries

Chaise

Durée	Cible	Récup
1. 1min	Facile 3/10	5s
2. 1min	Facile 3/10	5s
3. 1min	Facile 3/10	5s
4. 1min	Facile 3/10	5s

Jumping jack

Rep.	Cible	Récup
1. 30	Facile 3/10	30s
2. 30	Facile 3/10	30s
3. 40	Facile 3/10	30s
4. 40	Facile 3/10	30s

Mountain climber

Chaise

Description

Debout, dos et épaules plaqués contre un mur, les pieds joints et à plat au sol. Les bras sont relâchés le long du corps. Les genoux doivent former un angle droit.

Séries

Séries 4 + Cible + Tempo

1. Durée 1min Principale RPE 3

Récupération 5s

Séance structurée

Durée

TOTAL 2:12:20

ZONES CARDIAQUE

Zone 2 22.67% 30:00

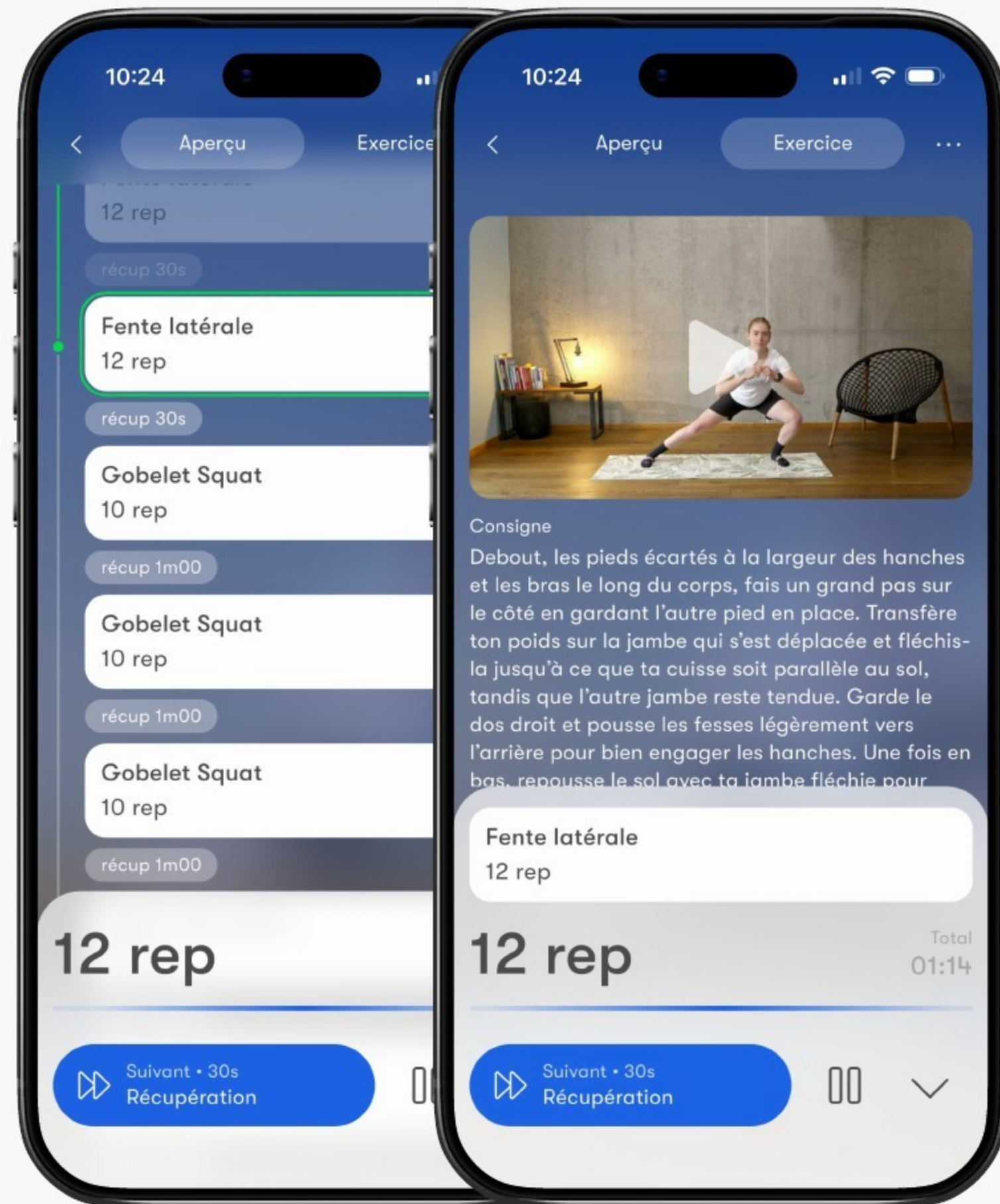
bpm

moj 152

max 152

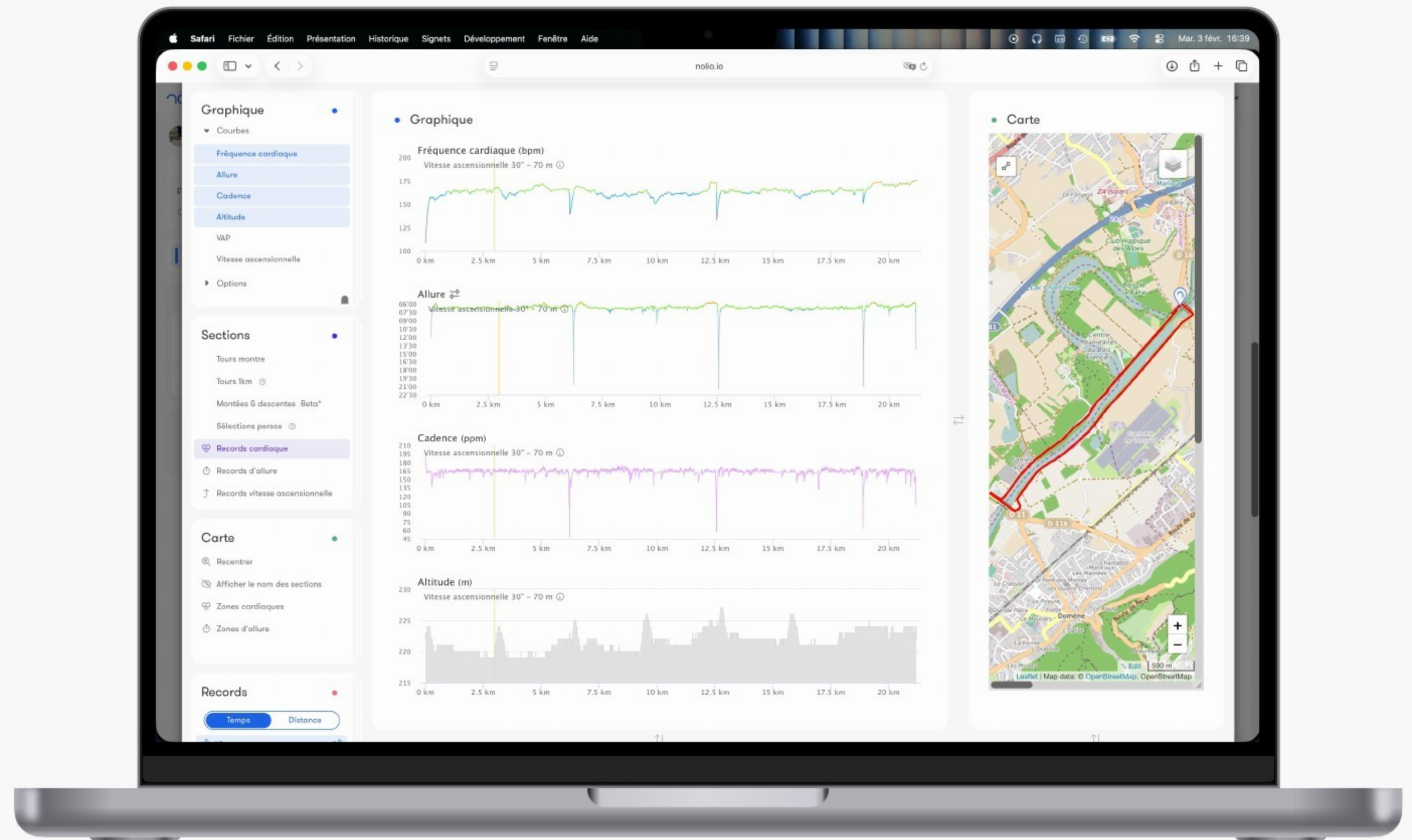
Fonctionnalités populaires de Nolio

Player mobile



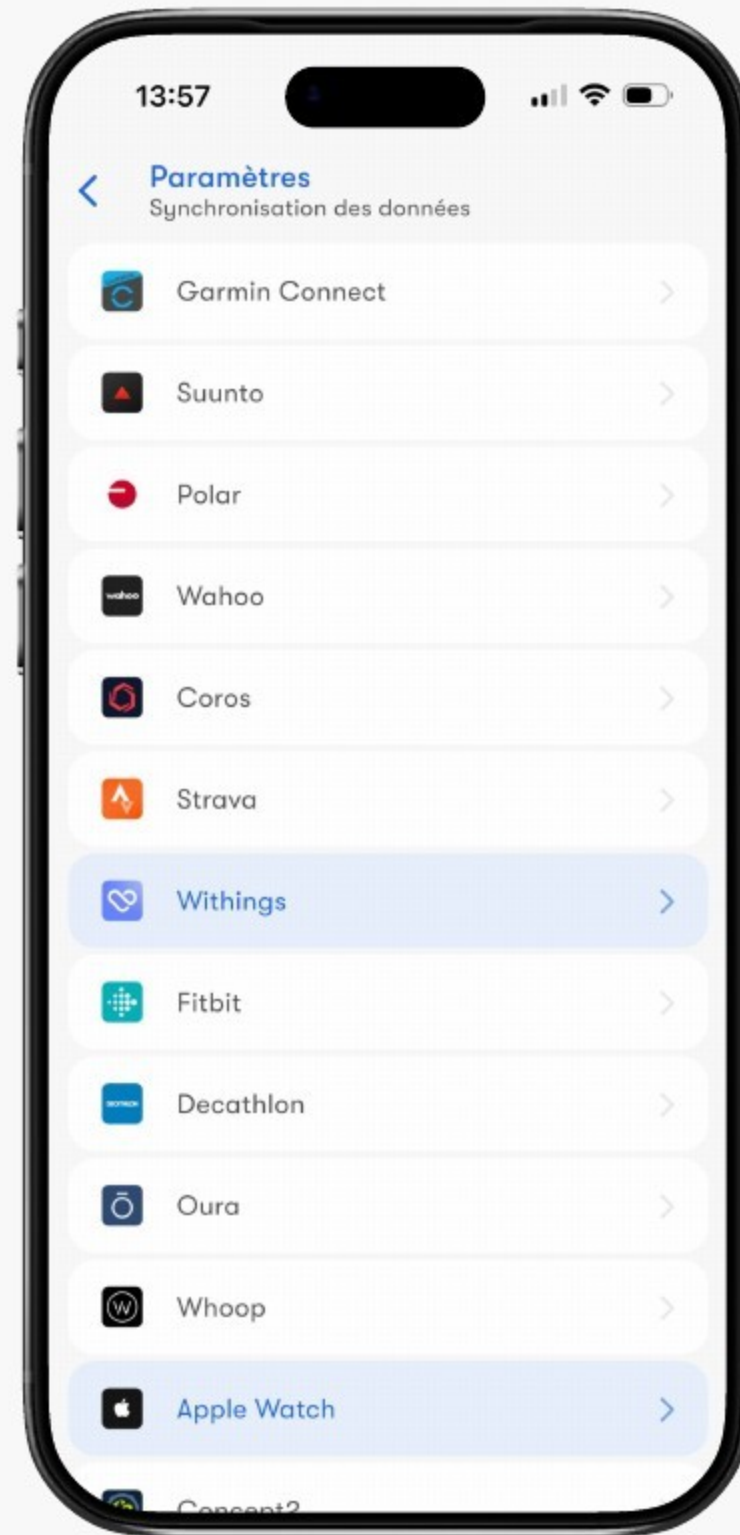
Fonctionnalités populaires de Nolio sur l'app

Débrief personnalisé et analyse complète



Fonctionnalités populaires de Nolio sur l'app

Synchronisation auto des séances sur la montre ou le compteur



- GARMIN
- SUUNTO
- COROS
- STRAVA
- POLAR
- DECATHLON
- ZEPPEL
- WHOOOP
- ZWIFT
- APPLE WATCH
- OURA
- wahoo
- WITHINGS
- fitbit.
- HAMMERHEAD
- Et plus !

La Marketplace Nolio

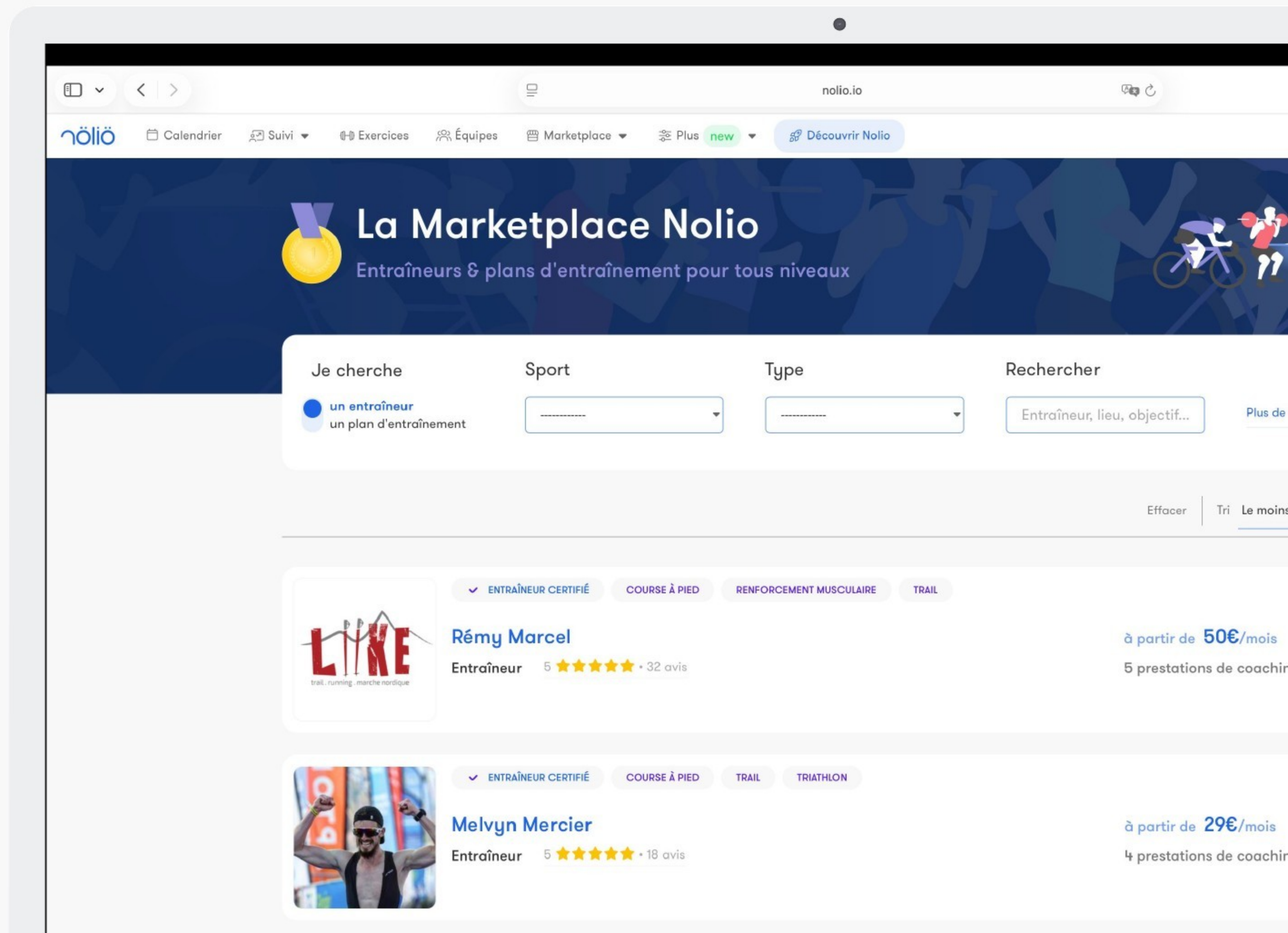
Pour tous les sports, pour tous les niveaux, la Marketplace te permet de trouver facilement un coach ou un plan d'entraînement adapté à tes objectifs.

Tu veux être suivi par un entraîneur ?

Parcours les profils selon ta discipline, ton niveau et tes envies. Tu peux contacter directement un entraîneur et démarrer un suivi personnalisé, quand tu veux.

Tu préfères suivre un programme clé en main ?

Choisis un plan conçu par un coach professionnel, ajoute-le à ton calendrier Nolio en un clic, et suis-le à ton rythme.



The screenshot displays the Nolio Marketplace interface. At the top, the navigation bar includes the Nolio logo, a calendar icon, 'Suivi', 'Exercices', 'Équipes', 'Marketplace', 'Plus new', and 'Découvrir Nolio'. The main header features the title 'La Marketplace Nolio' and the subtitle 'Entraîneurs & plans d'entraînement pour tous niveaux'. Below this is a search section with 'Je cherche' (radio buttons for 'un entraîneur' and 'un plan d'entraînement'), 'Sport' (dropdown), 'Type' (dropdown), and a 'Rechercher' button with a placeholder 'Entraîneur, lieu, objectif...'. The results are sorted by 'Le moins' and include filters like 'Effacer', 'Tri', and 'Le moins'. Two coach profiles are shown: Rémy Marcel (5 stars, 32 reviews, 'à partir de 50€/mois', 5 prestations) and Melvyn Mercier (5 stars, 18 reviews, 'à partir de 29€/mois', 4 prestations). Both are certified and specialize in running and trail.

Les ressources Nolio



Des conférences gratuites tenues par des invités spécialisés dans un domaine.



Des vidéos gratuites pour les entraîneurs pour apprendre à utiliser Nolio.



Des formations professionnelles en ligne conçues par des experts.

Pourquoi utiliser Nolio ?

Entraîneurs

L'outil pro qui facilite ton quotidien

Stockage et réutilisation des séances, adaptation automatisée aux sportifs, outils de mesure poussés, messagerie intégrée, banque d'exercices personnalisables... Nolio est un outil qui s'adapte aux entraîneurs pour faciliter leur quotidien.



Sportifs

L'app développée par les sportifs pour les sportifs

Organisation du planning, application mobile pratique, envoi auto des séances sur la montre, suivi de la progression, analyse des entraînements, échanges avec l'entraîneur... Nolio propulse les sportifs à une vitesse supérieure.

Ils s'entraînent avec Nolio

Fédérations



Clubs



Structures de coaching



Structures de santé



Formules **Entraîneur**

Starter

19.90€ par mois

3 Sportifs max
1 Entraîneur max

Fonctionnalités

- ✓ Prévission et suivi des séances
- ✓ Modèles de plans, de séances et d'exercices
- ✓ Séances structurées
- ✓ Support inclus

Classic

29.90€ par mois

25 Sportifs max
1 Entraîneur max

Fonctionnalités Starter, plus

- ✓ 1 Sportif Premium inclus
- ✓ Fonctionnalités suppl. sur tes sportifs
- ✓ Historique prévu illimité
- ✓ Support prioritaire

Pro

39.90€ par mois

30 Sportifs inclus
2 Entraîneurs inclus

Fonctionnalités Classic, plus

- ✓ 5 Sportif Premium inclus
- ✓ Frais réduits
- ✓ Administration avancée
- ✓ Support privilégié

Sportifs suppl.
1,50€/mois jusqu'à 50
puis 1€/mois

Entraîneurs suppl.
12€/mois

Formules Club

Starter

29.90€ par mois

40 Licenciés inclus

2 Entraîneurs inclus

Fonctionnalités

- ✓ 1 Sportif Premium inclus
- ✓ Frais réduits
- ✓ Administration avancée
- ✓ Support prioritaire

Sportifs suppl.
0,50€/mois

Entraîneurs suppl.
12€/mois

Classic

49.90€ par mois

80 Licenciés inclus

3 Entraîneurs inclus

Fonctionnalités Starter, plus

- ✓ 5 Sportif Premium inclus
- ✓ Frais réduits
- ✓ Administration avancée
- ✓ Support prioritaire

Sportifs suppl.
0,50€/mois

Entraîneurs suppl.
12€/mois

Formules Sportif

Sportif

0€

pour toujours !

Fonctionnalités

- ✓ Synchro auto des séances
- ✓ Séances structurées
- ✓ Analyse de l'entraînement
- ✓ Stats de progression
- ✓ App web, iOS et Android

Sportif Premium

6.90€

par mois

Fonctionnalités

- ✓ Planification des séances, questionnaires, cycles et notes
- ✓ Modèles de séances
- ✓ Métriques personnalisées
- ✓ Mesure et analyse HRV
- ✓ Accès à tous les records
- ✓ Débrief personnalisable

Contact



Paul Mahut
Business Developer

paul.mahut@nolio.io

[LinkedIn](#) ↗



Romain Malbreil
Customer Success
Manager

romain@nolio.io

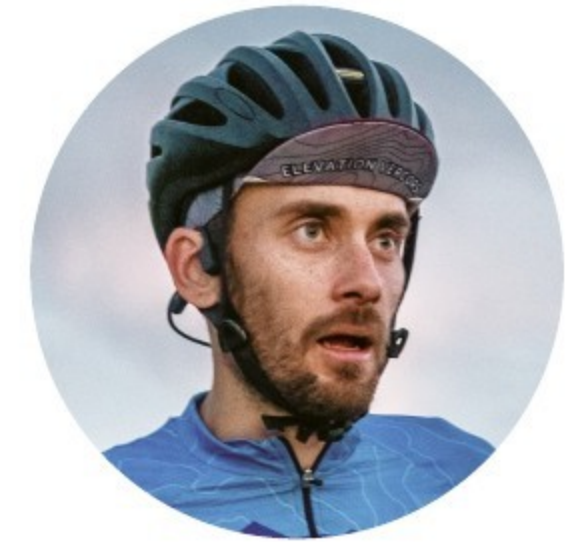
[LinkedIn](#) ↗



François Dupont
Co-fondateur

françois@nolio.io

[LinkedIn](#) ↗



Alexandre Bouquet
Co-fondateur

alexandre@nolio.io

[LinkedIn](#) ↗

nolio.io

[in](#) [LinkedIn](#)

[@](#) [Instagram](#)

[f](#) [Facebook](#)

[↗](#) [Strava](#)