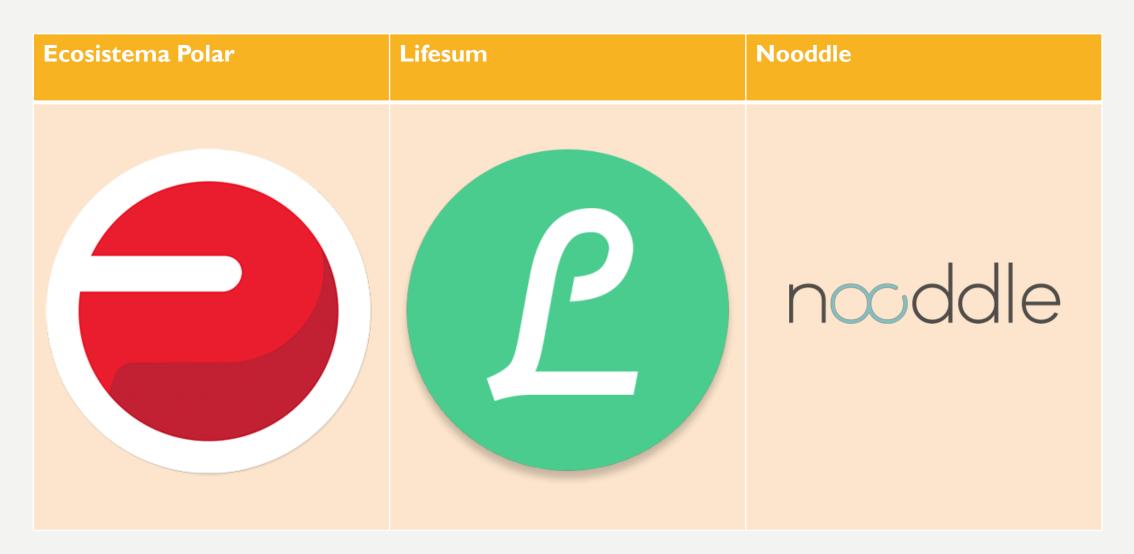
BENCHMARK

APLICACIONES A COMPARAR



CARACTERÍSTICAS A ANALIZAR

- Funciones de entrenamiento y descanso
- Funciones de nutrición y cocina
- Conexión con aplicaciones aplicaciones de terceros
- Conexión con dispositivos inteligentes
- Funciones sociales y de comunidad
- Precios

He elegido estas características para analizar porque son las que un usuario general puede mirar a simple vista para comparar y decidirse a utilizar uno de estos servicios.

FUNCIONES DE ENTRENAMIENTO Y DESCANSO

Ecosistema Polar	Lifesum	Nooddle
Infinidad deportes distintos pregistrar sesiones de entrena una sola aplicación		
Seguimiento del sueño		
Seguimiento, planificación y a entrenamientos.	nálisis de Posibilidad de añadir pero imposibilidad de través de la aplicación	e registrarlo a No dispone de ninguna funcionalidad
Análisis del estado físico	traves de la aplicación	de encrenamiento
Posibilidad de marcar objetiv entrenamiento (quemar grass la forma anabólica)		
Calendario con los entrenam realizados	ientos	

FUNCIONES DE NUTRICIÓN Y COCINA

Ecosistema Polar	Lifesum	Nooddle
No dispone de funcionalidades en este aspecto	Registro de alimentación manual Posibilidad de seleccionar una dieta entre una amplia lista de dietas Gran cantidad de recetas con descripción nutricional de todas ellas Scanner de códigos de barras para analizar los alimentos que compramos	Amplia lista de recetas de cocina Permite buscar recetas por ingredientes o por tipo de plato Calculadora de cantidades en función de las raciones Lista de ingredientes e instrucciones paso a paso de las recetas Posibilidad de crear listas de recetas personales

CONEXIÓN CON APLICACIONES DE TERCEROS

Ecosistema Polar	Lifesum	Nooddle
Posibilidad de conectar con aplicaciones de terceros como Strava o TrainingPeaks	No dispone de conexión con aplicaciones de terceros	No dispone de conexión con aplicaciones de terceros

CONEXIÓN CON DISPOSITIVOS INTELIGENTES

Ecosistema Polar	Lifesum	Nooddle
Posibilidad de conectarlo con relojes inteligentes de la marca Polar. Posibilidad de conectarlo con ordenadores de ciclismo de la marca Polar.	No es posible conectarlo con dispositivos inteligentes	No es posible conectarlo con dispositivos inteligentes
Posibilidad de conectarlo con los sensores de pulso cardiaco de la marca Polar.		

FUNCIONES SOCIALES Y DE COMUNIDAD

Ecosistema Polar	Lifesum	Nooddle
Disposición de una comunidad donde se puede seguir a otros usuarios y ver los entrenamientos que realizan. Posibilidad buscar en un mapamundi todas las rutas que han compartido los usuarios	No dispone de funciones sociales ni de comunidad	Posibilidad de valorar y comentar recetas.

PRECIOS

Ecosistema Polar	Lifesum	Nooddle
Es gratis, pero para poder acceder a todas las funcionalidades, es necesario adquirir uno o varios dispositivos de polar	Es gratis, pero dispone de un plan premium para desbloquear todas las funcionialidades. El plan premium funciona con suscripción: I mes por II €, 3 meses por 22€ y I2 meses por 45€.	Completamente gratuita