

# PROPUESTA DE VALOR

Nuestro proyecto ofrece un entrenador personal inteligente basado en IA que proporciona un acompañamiento totalmente personalizado en entrenamiento físico y nutrición, accesible para cualquier persona y disponible en todo momento. La propuesta de valor se basa en eliminar las principales barreras para llevar un estilo de vida saludable —falta de motivación, constancia, tiempo y alto coste— mediante un sistema que se adapta de forma continua al usuario.

La plataforma analiza los datos de entrenamiento, el estilo de vida y los objetivos individuales para diseñar rutinas y planes nutricionales personalizados, ajustados dinámicamente según la evolución del usuario. Además, incorpora seguimiento diario y herramientas de motivación que favorecen la constancia y la adherencia a largo plazo.

Propuesta de valor clave:

- Personalización real basada en datos y objetivos individuales
- Accesibilidad a un entrenador personal sin altos costes
- Seguimiento continuo y motivación constante
- Mejores resultados y mayor compromiso con un estilo de vida saludable