RHYMON

Performance tem ritmo.

Treino, sono, recuperação, nutrição e exames, lidos juntos, para você decidir o próximo passo com clareza.

Beta fechado, por convite

rhymon.com.br

01 · O QUE É

A camada de clareza entre o dado e a decisão.

Hoje os sinais do corpo ficam espalhados por quatro ou cinco apps, uma planilha e uma pasta de exames. Cada tela mostra um pedaço. No RHYMON eles se encontram e passam a fazer sentido juntos.

NÃO É CONTADOR DE QUILÔMETROS

Uma leitura integrada da sua performance.

O quilômetro é um compasso. O RHYMON olha para o que existe por trás dele: como você dormiu, recuperou, comeu e treinou nas últimas semanas.

NÃO É MÉDICO NEM TREINADOR

Não substitui quem cuida de você.

Organiza e explica os seus sinais para que a conversa com o seu médico, nutricionista ou treinador parta de números claros.

NÃO É ESFORÇO AUTOMÁTICO

O próximo passo nem sempre é mais.

Às vezes a melhor decisão é sustentar. Às vezes é recuperar. Hoje, descansar também é evoluir.

Seu treino é só um compasso. Seu sono é outro. Sua recuperação, sua nutrição, seus exames, sua carga, sua força. Separados, são números. Juntos, revelam uma direção.

Evoluir não é fazer mais todos os dias. É entender quando acelerar, quando sustentar e quando recuperar.

02 · COMO FUNCIONA

Tudo o que o seu corpo diz, no mesmo lugar.

Uma visão só

Treinos de qualquer modalidade, da corrida à força, com o sono, a recuperação, os exames de sangue, a composição corporal e a nutrição, lado a lado e no tempo.

TREINO · SONO · RECUPERAÇÃO · EXAMES · NUTRIÇÃO · COMPOSIÇÃO

Uma leitura em português, que mostra de onde veio

A inteligência artificial lê o seu período e diz o que mudou, sempre apontando os números em que se apoiou. Sem inventar achado, sem prometer atalho.

Os dados chegam sozinhos

O Apple Saúde, pelo app do iPhone, e a WHOOP entram no seu diário sem digitação. O que você mesmo registra nunca é sobrescrito por uma fonte automática.

O ciclo, lido junto

Para as mulheres, no Pro e no Ultra, uma aba própria: a fase, o anticoncepcional, a gravidez e a amamentação entram na leitura do treino, do sono e da recuperação. A fase é estimada pelas datas; não é método anticoncepcional.



A leitura do dia. Tela real do app, com os dados de uma atleta de demonstração.

03 · PARA A CONSULTA

Quem cuida de você recebe números claros.

Os exames, lidos para a consulta

O laudo entra no app e a leitura mostra o que mudou entre as coletas, com a faixa do próprio laboratório, sem diagnóstico. E sugere as perguntas para levar ao seu médico.

Um relatório para cada profissional

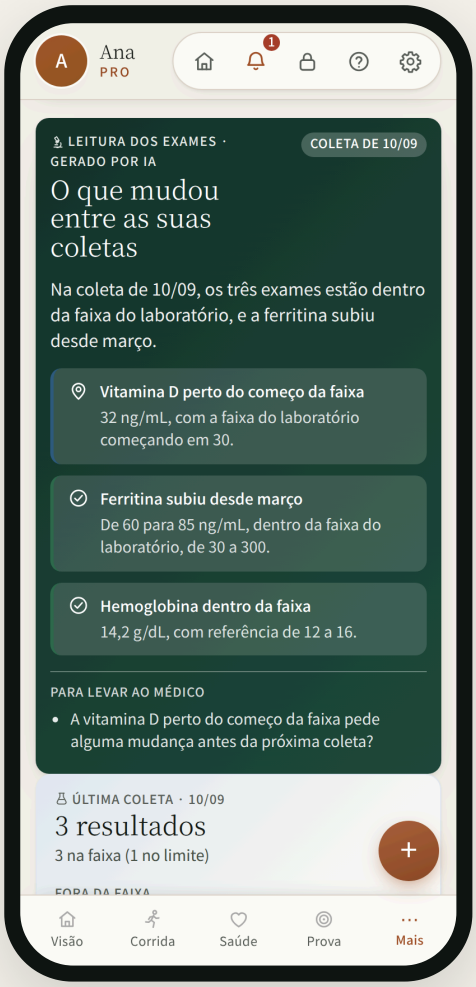
Um PDF com o recorte que interessa a cada um: o treinador vê treino, provas e recuperação; o nutricionista, nutrição, suplementação e exames; o médico, o relatório da consulta.

Todo mês, se você quiser

No Ultra, no dia 1, os relatórios do mês ficam prontos. O envio por e-mail ao profissional só acontece se você ligar, profissional por profissional, e o e-mail leva só um link, que vence em sete dias.

A preparação da prova

Quanto falta, como o volume e o treino longo evoluíram, e quanto do plano de treino foi cumprido.



A leitura dos exames. Tela real do app, com os dados de uma atleta de demonstração.

04 · PRIVACIDADE

Dado de saúde pede cuidado de verdade.

Nada de letra miúda. O que acontece com os seus dados está escrito em português claro, item por item, no aviso de privacidade.

01

A IA só lê depois que você autoriza

A pergunta vem antes da primeira leitura. Dá para dizer não e usar o app inteiro, ou desligar depois, a qualquer momento.

02

Cada destino, com nome

O aviso diz para onde cada tipo de dado vai e por quê. Nenhum dado seu é vendido ou usado para anúncio.

03

Foto enviada para leitura não fica guardada

A imagem do prato ou do exame é lida e descartada. Fica só o que você decidir salvar.

04

Nenhum rastreador

Nem o site nem o app têm pixel, analytics ou qualquer código que siga você pela internet.

05

Avisos sem dado de saúde

As notificações no celular dizem só que há algo novo. O que é, você vê dentro do app.

06

Seus dados continuam seus

Você baixa uma cópia de tudo quando quiser. E, se quiser ir embora, apaga a conta inteira pelo próprio app.

05 · PLANOS

Três caminhos.

O Basic, grátis, o Pro e o Ultra. Nenhum dado se perde ao trocar de plano.

Basic

Para conhecer o RHYMON: registrar e acompanhar o seu ritmo em um lugar só.

- Treino, sono, recuperação e composição corporal, com o histórico
- App Saúde do iPhone e WHOOP entrando sozinhos
- Nutrição do dia e o calendário
- Os gráficos principais
- Relatórios básicos para o treinador ou o médico

SEM CUSTO

Pro

Para quem quer a leitura contínua da inteligência artificial, com os exames junto do treino.

- Tudo do Basic
- A leitura da IA todo dia, de novo quando algo muda, e a pergunta à IA
- Exames: o laudo lido pela IA, as faixas, o histórico e o que mudou entre as coletas
- Foto do prato, plano alimentar do PDF e metas
- Todos os gráficos e relatórios, com tendências e a preparação da prova
- Para as mulheres, a aba do Ciclo

VALOR A ANUNCIAR

Ultra

Para quem é acompanhado por profissionais e conversa com a inteligência artificial todo dia.

- Tudo do Pro
- Perguntas à IA liberadas o tempo todo
- A leitura dos dados ao longo do dia
- Todo mês, um relatório para cada profissional que acompanha você: nutricionista, treinador, médico

VALOR A ANUNCIAR

> Durante o beta, o acesso é por convite, e quem entra usa o Pro sem pagar.

Para quem acompanha atletas, com o paciente no controle.

Um cockpit dos pacientes

Médicos, nutricionistas e treinadores acompanham num painel na web quem pede atenção primeiro: HRV, frequência cardíaca de repouso, sono, treino, exames e alimentação, comparados com o normal de cada um.

O paciente escolhe o que mostra

O profissional oferece a licença à conta do paciente, que aceita no app e marca, uma a uma, as áreas que ele vê. Muda ou encerra quando quiser, e quem já assinava não perde nada.

Só leitura, e tudo registrado

O profissional não muda nada. Cada vez que ele abre os dados, o paciente vê no app quem viu e quando. A entrada no painel pede a senha e o código do aplicativo autenticador.

Profissional conferido

Antes de o painel abrir, a equipe do RHYMON confere o registro do profissional no conselho (CRM, CRN, CREF). Ele aceita um termo de uso, com sigilo e regras para o que pode registrar.

Com a marca do profissional

O nome e a cor dele no topo do painel e nos relatórios: "Dr. Fulano by RHYMON".



O cockpit do profissional, no painel de demonstração, com pacientes fictícios.

10	20	50	100
LICENÇAS	LICENÇAS	LICENÇAS	LICENÇAS

O profissional compra o painel e um pacote de licenças; a licença que volta pode ser oferecida a outro paciente. Em piloto com os primeiros profissionais; valores a anunciar. Para conhecer: contato@rhymon.com.br.

Você não evolui em linha reta. Evolui em ritmo.

Quer entrar no beta? Escreva contando como você treina e quais relógios e apps usa hoje.

E-MAIL
contato@rhymon.com.br

SITE
rhymon.com.br

INSTAGRAM
@rhymon.app

RHYMON

O RHYMON organiza e explica os seus dados. Não faz diagnóstico e não substitui o seu médico, nutricionista ou treinador.