

DOSSIER DE PRESSE

# RunMotion Coach

Le coach de plus de 250 000 coureurs engagés  
Application de coaching leader en France



12/2021

# A propos

RunMotion Coach est **né lors d'un footing** entre Guillaume & Romain ADAM. Ils avaient de plus en plus d'amis qui souhaitaient bénéficier de plans d'entraînement pour préparer leur premier trail, passer sous les 3h au marathon ou améliorer leur vitesse... Ils ont eu la volonté de créer un service accessible au plus grand nombre. **RunMotion Coach est aujourd'hui un acteur majeur du coaching digital.**



## Marathon de Paris 2019

Pour inspirer des milliers de coureurs à vivre leurs rêves, les co-fondateurs & frères ADAM ont couru en tête pendant 4km.



## Cinéma

Dans le film "Le Bonheur des Uns..." par Daniel Cohen, Karine, incarnée par **Florence Foresti**, utilise RunMotion Coach pour préparer son premier marathon.



OSV  
STARTUP PROGRAM



RunMotion Coach a reçu divers prix d'innovation et fait partie de la French Tech.

# Les fondateurs



**Romain ADAM**

**Président et Dir. commercial**

Ex-directeur Accélérateur startups  
Coureur de niveau national  
(piste, trail, route : marathon 2h38)



**Guillaume ADAM**

**Directeur R&D**

Ingénieur, **co-auteur publi scientifique au CNRS/MIT** sur la prédiction d'allures en course à pied,  
**Athlète Equipe de France**,  
marathonien (2h26, 1er français marathon New York 2019),  
Coach diplômé



**Paul WAROQUIER**

**Consultant technique**

Champion de France Master,  
coach d'athlètes confirmés,  
Auteur livre « *L'art de gagner* »

# Le running, en constante croissance



## L'épanouissement par le running

Nous contribuons au bien-être et la santé de tous grâce au running.

Chacun a **une bonne raison** de courir\*.

**Chacun mérite un entraînement personnalisé.**

RunMotion contribue au **sport en entreprise et sport santé** : l'héritage Paris 2024

*\*Prendre du plaisir, partager des moments avec amis, collègues, famille, se ressourcer, garder la ligne, prendre soin de soi, repousser ses limites.*

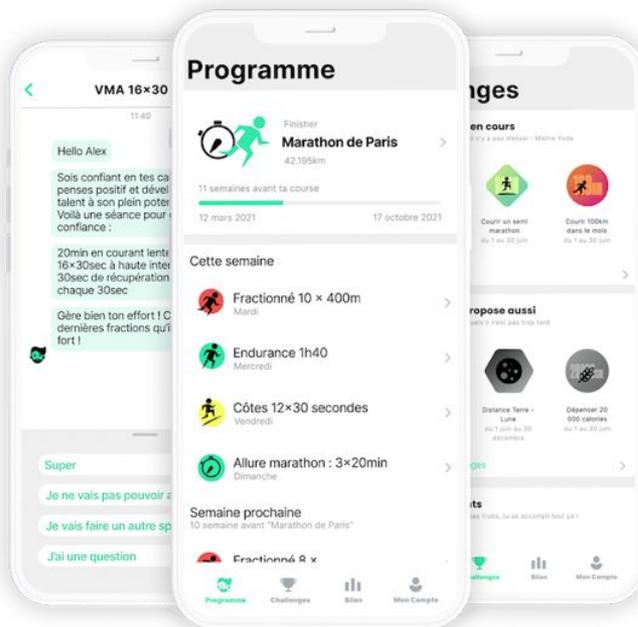
# L'application RunMotion Coach

RunMotion Coach est un coach sportif disponible 24h/24, 7j/7, apportant un plan d'entraînement et des conseils pertinents.

## Programme d'entraînement sur-mesure et évolutif

Chaque coureur dispose d'un **plan d'entraînement personnalisé**, selon son expérience, ses dispo et ses envies, grâce à notre intelligence artificielle

Tout niveau, tout objectif



## Un Coach motivant

Des **conseils adaptés** : entraînement, nutrition, matériel, bien-être...

Choix de la personnalité du coach digital : positif, autoritaire ou philosophe

COMPATIBLE WITH  
**STRAVA**

**GARMIN**

**POLAR**

**SUUNTO  
COMPATIBLE**

**COROS**

**APPLE WATCH**

**runtastic**

# Types de programmes

## Objectif de course : finisher ou faire un chrono

- 5km
- 10km
- Semi-Marathon
- Marathon
- Trails
- Ultra-trails (de 80km à 160km)

## Objectif Bien-être

- Débuter la course à pied
- Courir régulièrement
- Perdre du poids
- Arrêter de fumer avec la course à pied



# Modèle Freemium

	Version Gratuite	Version Premium
<b>Plan d'entraînement sur-mesure</b>		
• Ton plan d'entraînement sur-mesure : route & trail	✓	✓
• Prépare plusieurs objectifs (intermédiaire et principal) à la fois	✓	✓
• Reçois tes allures précises d'entraînement basées sur tes résultats de courses	✓	✓
• L'algorithme <b>recalcule ton plan chaque semaine</b> (agenda, forme,...)	X	✓
• Retrouve ta VMA et ton indice d'endurance (étude scientifique)	X	✓
<b>Synchronisation autres services</b>		
• Récupère tes séances réalisées sur Strava, Garmin, Suunto, Polar, Coros	✓	✓
• Exporte tes séances RunMotion Coach vers ton Google Calendar	X	✓
• Exporte tes séances RunMotion Coach vers ton Apple Watch ou montre Garmin	X	✓
<b>Conseils, motivation, et services additionnels</b>		
• Choisis les coachs positif, autoritaire ou philosophe	X	✓
• Messages de motivation par ton coach digital	X	✓
• Conseils : entraînement, récupération, gestion de course,...	X	✓
• Conseils <b>Nutrition</b>	X	✓
• Séances de <b>Préparation Physique</b> (PPG)	X	✓
• Séances de <b>Préparation Mentale</b> : visualisation, sophrologie,...	X	✓

## Version Premium

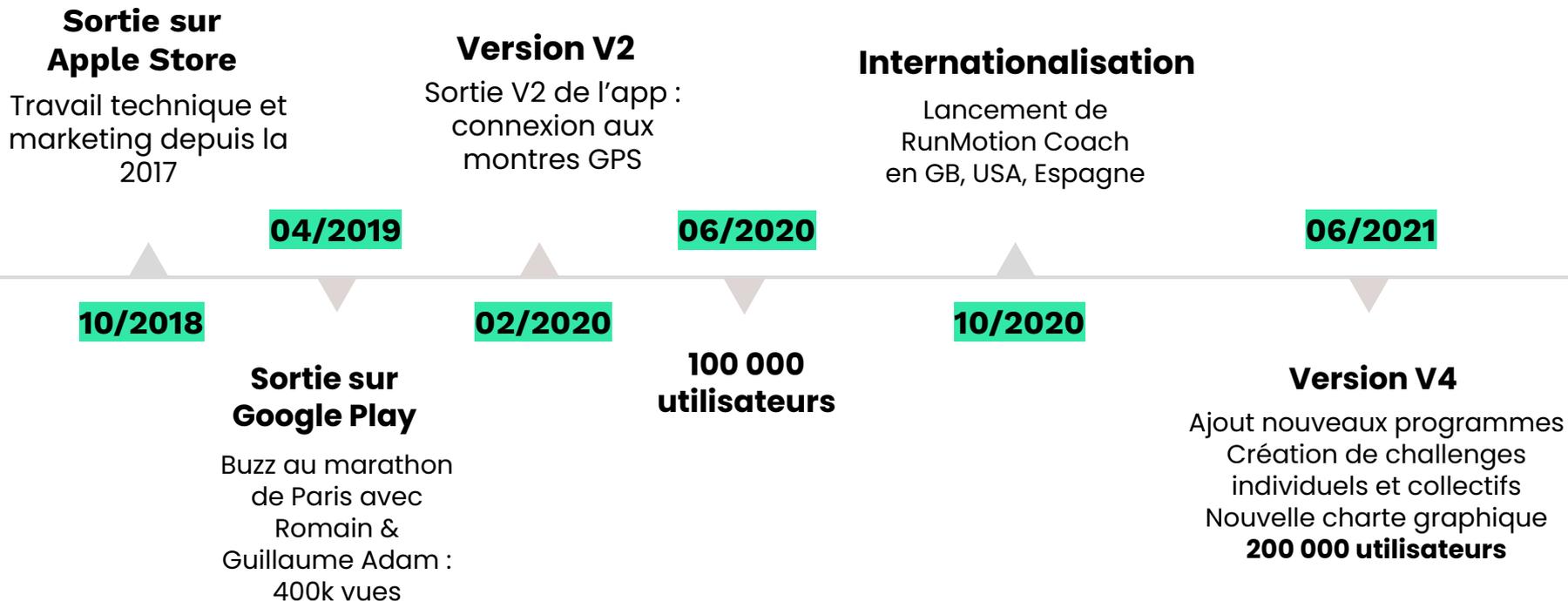
9.99€ pour 1 mois

24.99€ pour 3 mois

59.99 pour 1 an

Test de 15 jours offert  
pour tout nouvel  
utilisateur

# Les dates clés de RunMotion Coach



# Avantages Concurrentiels



Expérience utilisateur : relation avec un coach digital via une messagerie instantanée automatisée (**chatbot**). C'est la **seule application dans le sport** à le proposer.

RunMotion Coach a intégré de la psychologie du sport avec la possibilité de choisir la **personnalité du coach** : positif, autoritaire ou philosophe.



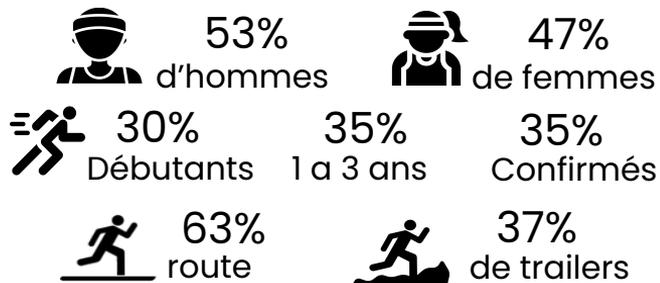
Calcul des allures d'entraînement à partir du modèle de prédiction de performances mis au point par une **équipe du MIT et du CNRS** dont faisait partie Guillaume ADAM. Ce modèle est le plus précis à ce jour et permet de **calculer la VMA et l'endurance du coureur** à partir de ses résultats de course.

**Une innovation plébiscitée**



# Plébiscité par la communauté running

## Notre communauté



## Recommandé par les courses



## Dans les médias

Une Note moyenne sur les  
Stores de

**4.6/5.0**



## Contact

### **Agence EPIC**

edouard@agenceepic.com

+33 (0)6 77 57 73 26

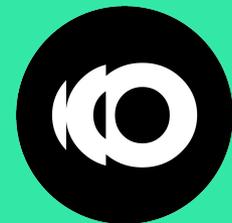
### **Romain ADAM**

Co-fondateur RunMotion Coach

romain@run-motion.com

+33 (0)6 21 17 41 63

run-motion.com



Fièremment originaires des Alpes,  
application 100% made in France