

03.02.2011 - So lassen sich Trainingsdaten schnell über Facebook posten

## Virtual Trainer von Life Fitness jetzt auch Facebook kompatibel

[zur Originalnachricht mit Bild](#)

Mit dem umfangreichen Online-Service rund um den kostenlosen Virtual Trainer von Life Fitness lassen sich jetzt auch Trainingsdaten über Facebook kommunizieren. So kann jeder seine Trainingspläne oder auch -Ergebnisse über das soziale Netzwerk verbreiten und mit Freunden oder dem Personal Trainer teilen.

Wer schon mal den Virtual Trainer von Life Fitness ausprobiert hat, der weiß, wie viele spannende Möglichkeiten er bietet: Über eine interaktive Webseite ([www.virtualtrainer.lifefitness.com](http://www.virtualtrainer.lifefitness.com)) lassen sich nicht nur Workouts am Computer zuhause planen, eigene Trainingsprogramme entwerfen und das Training auswerten. Eine neue Facebook-Anwendung ermöglicht jetzt auch, diese Daten ganz einfach und schnell mit Freunden oder dem Personal Trainer auszutauschen. Das alles ist natürlich kostenlos. Der Virtual Trainer ist kompatibel mit den Heimtrainingsgeräten der Platinum-Serie, dem neuen F1 Smart-Laufband sowie allen Studio-Geräten der Elevation-Serie.

Schon vor dem Training kann der Sportler online sein individuelles Wunschtraining zusammenstellen und sich mit Freunden oder auch dem Trainer über Facebook dazu austauschen. Mit Hilfe der Trainingsmodule auf der Virtual-Trainer-Webseite wählt er Art, Länge und Intensität aus und speichert schließlich alles auf seinem USB Stick. Anschließend lädt er dann das ausgearbeitete Workout-Programm auf die Life Fitness Geräte.

Bei den Heimtrainingsgeräten sind es die Cardiogeräte der Platinum-Serie oder das F1 Laufband; bei den Studiogeräten die sind es die Cardiogeräte der Elevation Serie.

Auf dem Monitor kann er den Vorgaben folgen und sein Training perfekt steuern. Alle Daten wie absolvierte Trainingszeit und - Intensität, verbrauchte Kalorien etc. werden gespeichert. Per USB lassen sie sich zuhause wiederum auf den PC laden und auswerten. Und hier kommt dann wieder Facebook ins Spiel. Per Click kann der Sportler ganz schnell seine Trainingsdaten ins Facebook-Netz stellen und mit Freunden oder Trainern besprechen. Dabei entscheidet er selbst, welche Daten er teilen bzw. veröffentlichen möchte.

Wer beim Virtual Trainer von Life Fitness angemeldet ist, kann dort ganz einfach in seinem Profil die Funktion Facebook aktivieren, schon lassen sich die Daten ins Facebook übertragen.

Vorteile für Trainer und Fitnessstudios

Die Life Fitness Virtual Trainer Webseite ermöglicht es den Fitness-Einrichtungen, ein hochwertiges und individuelles Personal Training anzubieten. Über das Facebook Netzwerk können Trainer außerdem

Trainingsdaten mit ihren Sportlern austauschen. Damit helfen sie ihnen, ihre Trainingsziele effektiver und schneller zu erreichen als bisher. Fitnessstudios können für den Daten-Transfer die speziellen Life Fitness USB-Wristbänder erwerben.

"Trainingsdaten und -Erfolge mit anderen zu teilen, bringt neue Motivation für das eigene Fitnessprogramm," weiß Bob Quast, Vizepräsident of Brand Management bei Life Fitness. "Und Facebook bietet unterhaltsame Möglichkeiten, Freunden von den persönlichen Trainingserfolgen zu berichten."

Über die Buddy-Funktion des "Virtual Trainer" lassen sich Trainingsprogramme auch ohne Facebook unter Freunden oder Familienmitgliedern austauschen. Einfach die Freunde oder Trainer als "Buddies" einladen. Wenn der Angesprochene die Einladung annimmt, können die "Buddies" Trainingsprogramme entwerfen und untereinander austauschen.

Die Registrierung und der Zugang zu der Life Fitness Virtual Trainer Webseite ist für Fitnessstudios, Trainer und Trainierende kostenlos.

*spoteo - Sporttechnologie online*

<http://www.spoteo.de/>

*Kontakt: kontakt@spoteo.de*