

Du hast uns, die runtastic GmbH (*“Runtastic”*), um Auskunft darüber gebeten, welche Daten wir betreffend dich als User*in unserer Apps und Webseiten (*gemeinsam: “Produkte”*) verarbeiten. In diesem Zusammenhang möchten wir dir neben einer Kopie deiner Daten auch die folgenden Informationen darüber geben, warum, durch wen und wie lange diese Daten verarbeitet werden.

Wir hoffen damit alle deine Fragen beantworten zu können. Sollte das aber nicht der Fall sein, stehen wir dir jederzeit gerne per Email für Rückfragen zur Verfügung.

Datenkategorien und Verarbeitungszwecke:

In diesem Abschnitt findest Du eine Liste der Kategorien personenbezogener Daten, die Runtastic betreffend User*innen verarbeitet. In der zweiten Spalte der Tabelle siehst Du den/die jeweiligen Zweck/e der Verarbeitung. Weitere Informationen zu den Zwecken der Verarbeitung findest Du in unseren [Datenschutzbestimmungen](#). Bitte beachte, dass die Verarbeitung zu bestimmten Zwecken von deiner Einwilligung oder der Tatsache abhängt, dass Du keinen Widerspruch gegen die Verarbeitung eingelegt hast.

Bitte beachte auch, dass es sein kann, dass nicht in allen Kategorien Daten betreffend dich verarbeitet werden. Ob und wie viele Daten der jeweiligen Kategorie verarbeitet werden, hängt von deiner Nutzung unserer Produkte ab und ist in deiner Datenkopie ersichtlich. Weitere Informationen zum [Aufbau der Datenkopie](#) findest Du weiter unten.

Kategorie	Zweck der Verarbeitung
Identitätsdaten , das sind alle Informationen, die dich als individuelle Person identifizieren, wie: <ul style="list-style-type: none"> • Vor- und Nachname • Geburtsdatum • User ID • Geschlecht • Profilbild • Datum der Registrierung • Passwort (Hash-Wert) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation • Bereitstellung unserer Produkte • Event Anmeldung und -teilnahme • User Experience - Globale Benutzerdaten für alle adidas / Runtastic Plattformen • Versand von Preisen • Kunden*innen Support • adidas Membership Program • Betrieb unserer Produkte • Produktforschung und -entwicklung • Domain- und Netzwerksicherheit und Benutzer*innen Authentifizierung • Betriebswirtschaftliche Analysen • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung • Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen • Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) • Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
Kontaktdaten , das sind alle Informationen, die wir verwenden können, um dich zu kontaktieren, wie: <ul style="list-style-type: none"> • Adresse • E-Mail-Adresse • Messenger-ID 	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation • Bereitstellung unserer Produkte • Event Anmeldung und -teilnahme • User Experience - Globale Benutzerdaten für alle adidas / Runtastic Plattformen • Versand von Preisen • Kunden*innen Support

<ul style="list-style-type: none"> • Social-Media-Handle 	<ul style="list-style-type: none"> • adidas Membership Program • Produktforschung und -entwicklung • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung • Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen • Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) • Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Standortdaten, das sind alle Informationen, die wir verwenden können, um zu wissen oder zu vermuten, wo du dich befindest, in Echtzeit oder anderweitig, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • GPS-Daten • Höhenmeter • Wohnort • die spezifische Runtastic / adidas Website die Du besucht hast • IP-Adresse • andere gerätespezifische Standortdaten 	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation • Bereitstellung unserer Produkte • Event Anmeldung und -teilnahme • Kunden*innen Support • adidas Membership Program • Produktforschung und -entwicklung • Betriebswirtschaftliche Analysen • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung • Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen • Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) • Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Größeninformationen, das sind alle Informationen, die sich auf deine Körpermaße beziehen, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gewicht • Körpergröße • Schuhgröße 	<ul style="list-style-type: none"> • Bereitstellung unserer Produkte • Versand von Preisen
<p>Kaufinformationen, das sind alle Informationen betreffend den Kauf unserer Produkte, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zahlungsdienstleister • Zahlungs-ID • Dauer deines Abos • Preis • Währung • MwSt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation • Bereitstellung unserer Produkte • Event Anmeldung und -teilnahme • Kunden*innen Support • Produktforschung und -entwicklung • Betriebswirtschaftliche Analysen • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung • Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen • Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) • Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Profilinformationen & Informationen zur Community, das sind Informationen, die du uns zur Verfügung stellst, wenn du mit unseren Communities und anderen Usern*innen interagierst, wie:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bereitstellung unserer Produkte • Event Anmeldung und -teilnahme • Kunden*innen Support • Produktforschung und -entwicklung • Betriebswirtschaftliche Analysen • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung

<ul style="list-style-type: none"> ● Follower ● Personen, denen Du folgst ● Follower Anfragen ● Anfragen zum Folgen ● Eventteilnahme und -erfolge ● Challenge-Teilnahmen und -Erfolge ● Status-Updates ● Kommentare / Likes ● Gruppenbeitritt, -erstellung oder -austritt 	<ul style="list-style-type: none"> ● Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen ● Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) ● Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Social-Media-Informationen, das sind Informationen, die wir aus deiner Interaktion mit uns in sozialen Medien erhalten, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Interaktionen auf sozialen Medien mit uns ● Profil-Informationen ● Social-Media-Handles ● Social-Media Kontakte ● Reaktionen in Social-Media ● Fotos 	<ul style="list-style-type: none"> ● Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung ● Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen ● Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) ● Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Gerätedaten, das sind alle Informationen, die sich auf dein Mobilgerät beziehen, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Gerätetyp ● Geräteerkennung ● Betriebssystem ● Browser-Typ & Add-ons ● Such- / Nutzungsverhalten ● IP-Adresse ● auf dem Gerät installierte Partner-Apps 	<ul style="list-style-type: none"> ● Bereitstellung unserer Produkte ● User Experience - Globale Benutzerdaten für alle adidas / Runtastic Plattformen ● Kunden*innen Support ● Produktforschung und -entwicklung ● Betrieb unserer Produkte
<p>Browsing-Informationen, das sind alle Informationen zu deinem Browsing-Verhalten, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Browser Name ● IP Adresse ● clickstream data ● Tag und Zeit des Besuchs ● Verweildauer ● Besuchte Seiten ● Angeklickte links auf unseren Seiten oder in unseren Nachrichten ● übertragenes Datenvolumen 	<ul style="list-style-type: none"> ● Bereitstellung unserer Produkte ● Kunden*innen Support ● Betrieb unserer Produkte ● Produktforschung und -entwicklung ● Domain- und Netzwerksicherheit und Benutzer*innen Authentifizierung ● Betriebswirtschaftliche Analysen ● Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung ● Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen ● Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) ● Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Aktivitätsdaten, das sind alle Informationen im Zusammenhang mit deinen aufgezeichneten/importierten</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Bereitstellung unserer Produkte ● Event Anmeldung und -teilnahme ● Kunden*innen Support ● Produktforschung und -entwicklung

<p>Aktivitäten, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aktivitätstyp • Sportart • Start- & End-zeiten • Distanz • Geschwindigkeit • Herzfrequenz • Temperatur • subjektives Gefühl • verbrannte Kalorien 	<ul style="list-style-type: none"> • Adidas Membership Program • Betriebswirtschaftliche Analysen • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung • Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen • Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) • Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Informationen zu Präferenzen, das sind alle Informationen, die auf deine Präferenzen hinweisen, unabhängig davon, ob sie dies ausdrücklich tun, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präferenzen für Aktivitäten • Sprache • Einheiten (Distanz, Gewicht, Temperatur) • persönliche Ziele und Motivation • Trainingspläne • Custom Workouts • Ausrüstung • Privacy Settings 	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation • Bereitstellung unserer Produkte • Event Anmeldung und -teilnahme • Kunden*innen Support • Produktforschung und -entwicklung • Adidas Membership Program • Betriebswirtschaftliche Analysen • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung • Personalisierte Werbenachrichten auf Drittanbieter-Plattformen • Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) • Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Korrespondenz, das umfasst jegliche Korrespondenz, die du mit unseren Customer Happiness Agents oder anderen Mitarbeitern*innen führst und alle darin enthaltenen - vom Einzelfall abhängigen - personenbezogenen Daten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation • Bereitstellung unserer Produkte • Event Anmeldung und -teilnahme • Kunden*innen Support • Produktforschung und -entwicklung • Adidas Membership Program • Betriebswirtschaftliche Analysen • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung • Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) • Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Creators Club Informationen, das sind alle Informationen, die sich auf deine Mitgliedschaft im Creators Club beziehen, wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mitglieds ID • Mitgliedschaftsland • Eintrittsdatum • Source-ID • Club Punkte • Teilnahme- & Belohnungsverlauf • Mitgliedergutscheine 	<ul style="list-style-type: none"> • Event Anmeldung und -teilnahme • Kunden*innen Support • Adidas Membership Program • Personalisierte Werbenachrichten via Email / Push Benachrichtigung • Zusammenarbeit mit Strafverfolgungs- und Aufsichtsbehörden (einschließlich Gerichten) • Vertragsstreitigkeiten und/oder Einhaltung von Gesetzen
<p>Daten aus eingestellten Apps und Funktionen, das umfasst alle</p>	<p>Damit Du diese Daten auch dann exportieren und weiterverwenden kannst, wenn bestimmte Apps und</p>

Informationen, die Du mit Runtastic Diensten aufgezeichnet hast, wie: <ul style="list-style-type: none"> • Freunde 	Funktionen nicht mehr unterstützt werden, speichern wir Daten, die Du mit nicht mehr unterstützten Apps und Funktionen von Runtastic aufgezeichnet hast, noch einige Zeit nach dem sogenannten Fade-out der Apps und Funktionen.
---	--

Aufbewahrungszeitraum:

Um dir die Nutzung unserer Produkte zu ermöglichen, bewahren wir personenbezogene Daten so lange auf, wie Du einen Account bei uns hast. Wenn jedoch bestimmte personenbezogene Daten für die oben genannten Zwecke nicht mehr benötigt werden, z. B. weil bestimmte Funktionen unserer Produkte nicht mehr betrieben oder angeboten werden, werden wir diese Daten innerhalb eines angemessenen Zeitraums nach der vollständigen Außerbetriebnahme löschen oder anonymisieren.

Wenn unser Nutzungsvertrag mit endet und Du uns nicht zur Löschung deiner personenbezogenen Daten auf forderst, werden wir diese spätestens 25 Monate nach Beendigung des Vertrags löschen.

Wenn Du die Löschung deines Accounts beantragst oder wenn wir ihn nach dem oben genannten Zeitraum löschen, werden deine von Runtastic verarbeiteten personenbezogenen Daten mit den folgenden Ausnahmen gelöscht:

- Personenbezogene Daten, die von dir in unseren Produkten veröffentlicht werden (z.B. Kommentare zu Aktivitäten anderer User*innen), werden anonymisiert, d.h. es wird kenntlich gemacht, dass solche Angaben von einem*r gelöschten User*in stammen.
- Personenbezogene Daten, die wir zur Erfüllung unserer gesetzlichen Pflichten benötigen, werden nicht gelöscht, sondern auf das erforderliche Minimum reduziert.
- Personenbezogene Daten, die wir zur Abwehr von Ansprüchen, zur Durchsetzung unserer Ansprüche oder zur Dokumentation der Einhaltung gesetzlicher Vorgaben benötigen, werden nicht gelöscht, sondern auf das erforderliche Minimum reduziert.
- Personenbezogene Daten, die wir zu Analyse- oder Forschungszwecken erhoben haben, werden nicht gelöscht, sondern anonymisiert.

Datenaustausch mit Dritten:

Um unsere Dienste betreiben und sie dir verfügbar machen zu können, aber auch um sie verbessern und bewerben, sowie um unternehmensstrategische Entscheidungen treffen zu können, arbeiten wir mit einer Auswahl externer Serviceanbieter zusammen. Dabei handelt es sich um Anbieter von Werbelösungen, Analyse Dienst Anbieter, Cloud Service Anbieter, CRM Anbieter, Messaging Dienst Anbieter, Zahlungsdienstleister, Authentifizierungsservice Anbieter und Research-/Umfragedienst Anbieter.

Diese Serviceanbieter können Zugriff auf eine Auswahl deiner personenbezogenen Daten haben. Sie dürfen diese jedoch ausschließlich für unsere Zwecke und nach unseren Weisungen verarbeiten und treten als sogenannte Auftragsverarbeiter für Runtastic auf.

Darüber hinaus kooperieren wir auch mit anderen Services, um dir die Kopplung deines Runtastic Accounts mit deren Diensten und Produkten zu ermöglichen. Diesen Dritten übermitteln wir deine personenbezogenen Daten nur dann, wenn Du uns explizit beauftragst

hast, dies zu tun. Bitte beachte, dass die Weiterverarbeitung dieser Daten durch diese Dritten in deren eigener Verantwortlichkeit - außerhalb des Einfluss- und Verantwortungsbereichs von Runtastic erfolgt.

Darüber hinaus erfordern einige Funktionen unserer Produkte das Teilen deiner personenbezogenen Daten mit anderen Nutzer*innen. Bitte konsultiere unsere [Datenschutzbestimmungen](#), um mehr Informationen darüber zu erhalten, welche Funktionen davon betroffen sind und welche Möglichkeiten Du hast, individuelle Datenschutzeinstellungen festzulegen.

Wenn Du an bestimmten Challenges und Veranstaltungen teilnimmst, die wir gemeinsam mit adidas oder anderen Partnern veranstalten, kann auch das die Übermittlung von personenbezogenen Daten an diese Unternehmen erforderlich machen. Sollte dies der Fall sein, wirst Du bei der Anmeldung zu der Veranstaltung oder der Challenge entsprechend informiert.

Schließlich kann es auch vorkommen, dass wir aufgrund gesetzlicher Vorgaben verpflichtet oder berechtigt sind, deine personenbezogenen Daten an Behörden oder Gerichte weiter zu geben. Hier prüfen wir jedoch jeden Einzelfall mit äußerster Sorgfalt und werden niemals leichtfertig mit deinen Daten umgehen.

Weitere Informationen darüber, mit wem wir deine Daten zu welchem Zweck teilen, findest Du in Abschnitt 4 unserer [Datenschutzbestimmungen](#). Jegliche Weitergabe deiner persönlichen Daten an Dritte unterliegt jedenfalls unseren [Datenschutzbestimmungen](#), dem geltenden Recht sowie zusätzlichen Geheimhaltungs- und Sicherheitsmaßnahmen. Mit Dritten außerhalb der EU, des EWR und der Schweiz werden deine personenbezogenen entsprechend nur dann geteilt, wenn (i) der Drittanbieter in einem Land ansässig ist, das einen nach Art. 45 der DSGVO angemessenen Datenschutzstandard bietet oder wenn (ii) geeignete Garantien für den Schutz deiner personenbezogenen Daten und deiner damit verbundenen Rechte bestehen.

Deine Rechte:

- ...nach der europäischen Datenschutz-Grundverordnung (EU-DSGVO) kannst Du unter Punkt 7 unserer [Datenschutzbestimmungen](#) nachlesen.
- ...als Bürger*in des US-Bundesstaates Kalifornien nach dem California Consumer Privacy Act kannst Du in Annex 1 unserer [Datenschutzbestimmungen](#) nachlesen.
- nach dem Russischen föderalen Gesetz über personenbezogene Daten ("Gesetz Nr. 152-FZ") kannst Du in Annex 2 unserer Datenschutzbestimmungen nachlesen.
- ...nach dem Türkischen Gesetz zum Schutz personenbezogener Daten Nr. 6698 („TPDPL“) kannst Du in Annex 3 unserer [Datenschutzbestimmungen](#) nachlesen.
- ...nach dem Brasilianischen Lei Geral de Proteção de Dados ("LGPD") kannst Du (in Kürze) in Annex 4 unserer [Datenschutzbestimmungen](#) nachlesen.

Aufbau deiner Datenkopie:

Anhand der folgenden Tabelle kannst Du nachvollziehen, welchen Datentyp Du in welchem Ordner deiner Datenkopie findest. Sollten einzelne Ordner oder Unterordner nicht in deiner Datenkopie enthalten sein, bedeutet das, dass uns keine entsprechenden Daten betreffend deine Person vorliegen.

Datentyp	Ordner
manuell eingegebene, importierte oder getrackte Aktivitäten (wie verbrannte Kalorien, Distanz, Start- und Endzeit, Flüssigkeitsbedarf, usw.)	Sport-sessions Hinweise: <ul style="list-style-type: none"> • Zugehörige Daten (siehe folgende Zeilen) sind in den jeweiligen Unterordnern zu finden und haben denselben Dateinamen wie die Aktivität, zu der sie gehören. • Die Sportart jeder Aktivität ist unter dem Wert „<i>sports_type_id</i>“ angegeben. Eine genaue Auflistung aller Werte und der entsprechenden Aktivitäten findest Du in der Tabelle im Anhang 1.
- Trittfrequenz der getrackten Aktivitäten	- Cadence-date
- Höhenmeterangaben	- Elevation-data
- GPS-Daten	- GPS-data
- Herzfrequenzen	- Heart-rate-data
- Geschwindigkeitsdaten	- Speed-data
Anfeuerungen , die Du anderen User*innen via LIVE-Tracking während ihrer Aktivitäten gesendet hast	Live-Tracking-Cheerings
Challenge -Teilnahmen und -Erfolge	Challenges
Privatsphäre-Einstellungen	Privacy-settings
- Zustimmung, um Marketing-Nachrichten zu erhalten	- Marketing-consent
Eventteilnahmen	event_checkin
Follower <ul style="list-style-type: none"> - Anzahl deiner Follower - Anzahl der Personen denen Du folgst - Anzahl der Personen die dir folgen möchten (Hinweis: Weitere Informationen über deine Follower oder die Personen denen Du folgst/die dir folgen möchten werden aus Datenschutzgründen nicht aufgeführt.)	Follower <ul style="list-style-type: none"> - Social-connections Followers - Social-connections Following - Social-connections Pending-follow-requests
Fotos , die Du in Runtastic Dienste geladen hast	Photos
- Metadaten der Fotos	- Images-meta-data
- Bilder, die Du aus den Runtastic Diensten in soziale Netzwerke geteilt hast	- Social-Media
Friends - Anzahl der Freundschaftsanfragen die Du abgelehnt hast	Friendships <ul style="list-style-type: none"> - Friendships Denied

<ul style="list-style-type: none"> - Du angenommen hast - Du erhalten aber nicht abgelehnt/angenommen hast <p>(Hinweis: Informationen über ihre Freunde werden aus Datenschutzgründen nicht aufgeführt)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Friendships Accepted - Friendships Pending
Inhalte, die Sie Du Klick auf „ Gefällt mir “ markiert hast	Likes
Angaben zu deinem Gefühl	Subjective-feeling
Gruppen , in denen Du Mitglied bist	Groups
<ul style="list-style-type: none"> - Avatarbilder der Gruppen, die Du erstellt hast bzw. in denen Du Mitglied bist 	<ul style="list-style-type: none"> - Avatars images-meta-data
<ul style="list-style-type: none"> - Rollen (Admin / Mitglied), die Du in verschiedenen Gruppen hast/hattest 	<ul style="list-style-type: none"> - Member-roles
<ul style="list-style-type: none"> - adidas Runners Gruppen, in denen Du Mitglied bist 	<ul style="list-style-type: none"> - Adidas-runners
<ul style="list-style-type: none"> - Adidas Runners Statistiken 	<ul style="list-style-type: none"> - Adidas-runners-statistics
<ul style="list-style-type: none"> - Adidas Runners Bedingungen 	<ul style="list-style-type: none"> - Terms-of-service
<p>getätigte Käufe betreffend unsere Dienste</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abo - Beendigung des Abos - Beendigung der automatischen Verlängerung - Käufe via Apple - Käufe via Google 	<p>Purchases</p> <ul style="list-style-type: none"> - Subscriptions - Subscription-cancelation - Gold-membership-cancellations - Apple-purchases - Google-purchases
<p>Interaktionen</p> <ul style="list-style-type: none"> - mit unseren Apps - Mit unseren Webseiten 	<p>User-Events</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apps - Web
verfasste Kommentare	Comments
Korrespondenz	Support-Correspondence
im Newsfeed geteilt Status Posts	Feed-Shares
<ul style="list-style-type: none"> - Fotos, die Du im Newsfeed geteilt hast 	<ul style="list-style-type: none"> - Photos-meta
auf dem Mobiltelefon installierte Partner-Apps	Partner-Apps
verbundene Partner-Accounts	User-Connections
andere Profilinformationen	User
<ul style="list-style-type: none"> - Bilder, die Du als Avatar verwendet hast 	<ul style="list-style-type: none"> - Avatars
<ul style="list-style-type: none"> - getrackte Schuhe 	<ul style="list-style-type: none"> - Shoes
Statusupdates , die Du auf deiner Profilseite oder der eines*r anderen User*in gepostet hast	Status-Updates

Trainingspläne (Beginn, Fortschritt)	Training-plans
- Informationen zu den einzelnen Wochen des Trainingsplans	- Weeks
- Fitnesstest-Ergebnisse	- Assessments
adidas Training Workouts	Workout-Lists
Custom Workouts	Custom-Workouts
Ziele , die Du dir gesetzt hast	Goals

Anhang 1 - Sportaktivitäten

sports_type_id	Sport activity	sports_type_id	Sport activity
1	Running	62	Speed Skiing
2	Nordic Walking	63	PushUps
3	Cycling	64	SitUps
4	Mountain Biking	65	PullUps
5	Other	66	Squats
6	Inline Skating	67	American Football
7	Hiking	68	Baseball
8	Cross-country skiing	69	Crossfit
9	Skiing	70	Dancing
10	Snowboarding	71	Ice Hockey
11	Motorbike	72	Skateboarding
13	Snowshoeing	73	Zumba
14	Treadmill	74	Gymnastics
15	Ergometer	75	Rugby
16	Elliptical	76	Standup Paddling
17	Rowing	77	Sixpack
18	Swimming	78	Butt Training
19	Walking	80	Leg Training
20	Riding	81	Results Workout
21	Golfing	82	Trail Running
22	Race Cycling	84	Plogging
23	Tennis	85	Wheelchair
24	Badminton	86	E Biking
25	Squash	87	Scootering
26	Yoga	88	Rowing Machine

27	Aerobics	89	Stair Climbing
28	Martial Arts	90	Jumping Rope
29	Sailing	91	Trampoline
30	Windsurfing	92	Bodyweight Training
31	Pilates	93	Tabata
32	Rock Climbing	94	Callisthenics
33	Frisbee	95	Suspension Training
34	Strength Training	96	Powerlifting
35	Volleyball	97	Olympic Weightlifting
36	Handbike	98	Stretching
37	Cross Skating	99	Mediation
38	Soccer	100	Bouldering
42	Surfing	101	Via Ferrata
43	Kitesurfing	102	Pade
44	Kayaking	103	Pole Dancing
45	Basketball	104	Boxing
46	Spinning	105	Cricket
47	Paragliding	106	Field Hockey
48	Wakeboarding	107	Track Field
50	Diving	108	Fencing
51	Table Tennis	109	Skydiving
52	Handball	111	Cheerleading
53	Back-country skiing	111	E-Sports
54	Ice Skating	113	Lacrosse
55	Sledding	114	Beach Volleyball
58	Curling	114	Virtual Running
60	Biathlon	116	Virtual Cycling
61	Kite Skiing		