

Persona für FitMind App:

Name: Laura Meyer

Alter: 25

Beruf: Managerin

Wohnort: Oerlikon

Haarfarbe: Braun

Grösse: 170 cm

Ein typischer Tag:

Laura steht früh auf, um vor der Arbeit eine Fitnessseinheit einzuschieben. Nach dem Training verwendet sie FitMind, um ihre Übungen zu verfolgen und sich gesunde Rezepte für den Tag anzusehen. Im Büro verwendet sie die App, um ihren Wasserkonsum und ihren Gemütszustand zu verfolgen. Abends benutzt sie die Schlaftracking-Funktion, um ihre Schlafqualität zu verbessern.

Mein nächster Urlaub:

Laura plant eine Woche Wanderurlaub in den Alpen. Sie möchte die fortgeschrittenen Wanderwege ausprobieren und sich währenddessen gesund ernähren und ausreichend Hydratation sicherstellen.

Meine Lieblings-Apps:

1. FitMind
2. Spotify
3. Instagram

Das ist ein Tick von mir:

Laura hat die Angewohnheit, ihre Stimmung jeden Tag in einer Notiz-App festzuhalten, um ihre Emotionen zu reflektieren und besser zu verstehen.

Das ist mein Problem:

Laura hat Schwierigkeiten, einen gesunden Lebensstil beizubehalten, insbesondere wenn es um regelmäßige körperliche Aktivität und ausgewogene Ernährung geht. Sie möchte eine App, die ihr dabei hilft, ihre Fitnessziele zu erreichen und ihre Gesundheit ganzheitlich zu verbessern.