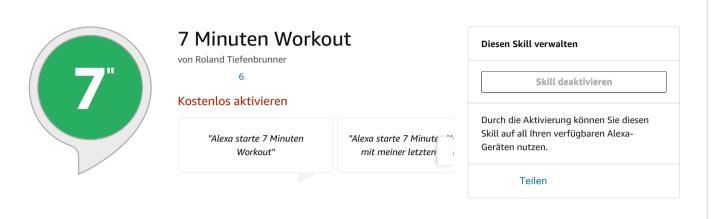


Alexa Skills > Gesundheit & Fitness



Beschreibung

**** UPDATE ****

Du kannst jetzt selbst entscheiden, ob der Sekunden-Ton abgespielt werden soll oder nicht! Du kannst jeder Zeit einfach "Öffne Einstellungen" sagen.

Das berühmte 7 Minuten Workout besteht aus 12 verschiedenen Übungen zu je 30 Sekunden. Es wurde entworfen um Stress abzubauen, dein Energie-Level zu erhöhen und natürlich um Fett zu verbrennen!

Um zu starten, sag einfach "Starte 7 Minuten Workout"! Du wirst durch die einzelnen Übungen geführt, wobei du in der Alexa App auch zu jeder dieser Übungen eine kurze Anleitung findest.

Keine Angst, wenn du eine längere Pause benötigst - deine letzte Übung wird immer gespeichert. Aber trotzdem, vergiss nicht darauf dich selbst zu pushen!

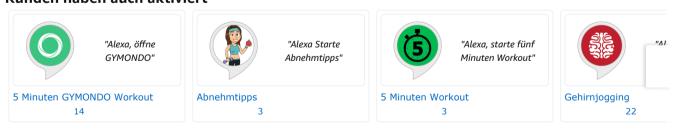
Skill Details

- Dieses Skill enthält dynamische Inhalte.
- Rufname: sieben minuten workout

Unterstützte Sprachen

Deutsch (DE)

Kunden haben auch aktiviert



Kundenrezensionen



Alle 6 Kundenrezensionen anzeigen

Kundenrezensionen suchen

Suchen

Top-Kundenrezensionen



Karsten W.

Alexa als Personal Trainer

28. August 2017

Da hatte ich drauf gewartet - danke, dass sich ein Programmierer diese Herausforderung gestellt hat! Für mich gäbe es für den fünften Stern noch zwei Kleinigkeiten zu "verbessern":

- 1.) den nervenden Sekundenping abschalten, ggfs. durch eine 15 Sekunden Ansage oder einen 15 Sek. "Halbzeit-Ping" ersetzen.
- 2.) wahrscheinlich Nebeneffekt von 1.) Vorher ausgewählte Musik nicht im "Lauschmodus" im Hintergrund laufen lassen, sondern außerhalb von Ansagen in Normallautstärke.

Kommentar

Wenn das umgesetzt würde, wäre dies für mich ein Bezahl-Skill.

2 Personen fanden diese Informationen hilfreich



Nicht nützlich

Missbrauch melden



Fabse

Gut mit Verbesserungen

30. Dezember 2017

Super Skill. Was mich stört ist, dass wenn ich noch nicht bereit bin er trotzdem weiter macht mit den Übungen. Das kann bestimmt gefixt werden. Außerdem wäre es super bei der letzten Übung den Seitenwechsel nach 15 Sekunden anzukündigen. Würde mich riesig freuen wenn das bald so läuft. Viele Grüße:)

Eine Person fand diese Informationen hilfreich

Nützlich

Nicht nützlich

Kommentar

Misshrauch melden



Dan Marino

Ganz gut aber nicht ausgereift

15. April 2018

Gut: Auf dem Show sind Abbildungen zu sehen. Schlecht: Die Abbildungen werden erst angezeigt, wenn die Übung schon lauft. Das sollte schon in der Pause davor passieren, damit man sich vorbereiten kann. Außerdem werden Übungen nicht für beide Seiten gemacht, wie z. B. der seitliche Unterarmstütz.



Nicht nützlich

Kommentar Missbrauch melden



jetinski

Perfekt für mein Morgen-Workout

28. August 2017

Dieser Skill ist perfekt für mein morgendliches Workout!

Die Übungen sind selbsterklärend, eine detaillierte Beschreibung wird zwar nicht angeboten, ist aber auch nicht nötig. Dadurch ist der Skill sehr zeit-effizient, perfekt für die knappe Zeit am Morgen. Alles in allem sehr praktisch und toll gemacht!

2 Personen fanden diese Informationen hilfreich

Nützlich

Nicht nützlich

Kommentar

Missbrauch melden



weirdo

Seitlicher Unterarmstütz ohne Seitenwechsel?

18. Dezember 2017

Das ist doch Mist, oder?

Ansonsten ganz OK, verglichen damit, was es sonst so gibt. Steckt halt alles noch in den Kinderschuhen. Übungen sind simpel und gut ausführbar in den eigenen 4 Wänden, "Sprungkasten" o. Ä. (man improvisiere) wäre allerdings emphlenswert für die Tricepsübung und die Step ups. Von einer kleinen Trainingsmatte die nicht zu sehr verrutscht beim rumhampeln mal ganz abgesehen.

Peace.

Nützlich

Nicht nützlich

Kommentar

Missbrauch melden

Hannes Ludwig

Automatischer Durchlauf fehlt noch

13. September 2017

Das schöne an den 7MWC-Apps für's Smartphone ist für mich, dass sie in einer Tour durchlaufen und einen antreiben und auch dafür sorgen, dass das ganze Übungsset tatsächlich nicht mehr als 7 Minuten dauert. Wäre es möglich, dass auch in diesem Skill die Übungen automatisch nacheinander mit jeweils 10-sekündiger Pause dazwischen abgespielt werden? Wenn dann auch noch Musik dazu kommt, gibt's sofort 5 Sterne. :-) Vielen Dank für das Skill!

Nützlich

Nicht nützlich

Kommentar

Missbrauch melden

Alle 6 Rezensionen anzeigen

Kundenrezension verfassen

Zurück zum Seitenanfang

Über Amazon Geld verdienen mit Amazon

Karriere bei Amazon Jetzt verkaufen

Pressemitteilungen Verkaufen bei Amazon Business

Über uns - von A bis Z Amazon Logistikblog

Versand durch Amazon Impressum Prime durch Verkäufer

> Bewerben Sie Ihre Produkte Ihr Buch mit uns veröffentlichen

Amazon Pay > Alle anzeigen

Partnerprogramm

Amazon-Zahlungsarten

Amazon.de VISA Karte

Kreditkarten Gutscheine Rechnung Bankeinzug

Amazon Currency Converter Mein Amazon-Konto aufladen Wir helfen Ihnen

Lieferung verfolgen oder Bestellung anzeigen

Versand & Verfügbarkeit

Amazon Prime Rückgabe & Ersatz Meine Inhalte und Geräte

Amazon App Amazon Assistant

Hilfe

Deutsch

Deutschland

Amazon Music Streamen Sie Millionen von Songs

IMDb Filme, TV & Stars

AbeBooks Bücher, Kunst & Sammelobjekte

Kindle Direct Publishing Ihr E-Book veröffentlichen

Souq.com

Online einkaufen im Nahen Osten

Amazon Web Services Cloud Computing Dienste von Amazon

Prime Now 1-Stunden-Lieferung Tausender Produkte

ZVAB Zentrales Verzeichnis Antiquarischer Bücher und mehr Audible Hörbücher herunterladen

Shopbop Designer Modemarken

Amazon Business Kauf auf Rechnung. PO-Nummern. Für Unternehmer

Book Depository Bücher mit kostenfreier Lieferung weltweit

Warehouse Deals Reduzierte B-Ware

Unsere AGB Datenschutzerklärung Impressum Hinweise zu Cookies Hinweise zu interessenbasierter Werbung © 1998-2018, Amazon.com, Inc. oder Tochtergesellschaften