

Health-Sync

Die App für gesundheitsbewusste Menschen



Dein Weg
zu mehr
Gesundheit



Zusammenfassung der Schritte:

- 1.App-Idee entwickeln:** Zielgruppe und Datenquelle festlegen.
- 2.PAM-Methode für Ziele:** Drei spezifische Projektziele definieren.
- 3.Stakeholder identifizieren:** Wichtige Personen oder Gruppen, die am Projekt beteiligt sind.
- 4.Personas erstellen:** Nutzerprofile anlegen.
- 5.User Stories formulieren:** Geschichten aus der Sicht der Nutzer.
- 6.Qualitätsanforderungen:** Überlegungen zu funktionalen und nicht-funktionalen Anforderungen.
- 7.UI-Prototyp erstellen:** Design in Miro skizzieren.
- 8.Präsentation vorbereiten:** Ergebnisse präsentieren.



APP-IDEE:

„HealthSync“ ist eine App, die es Nutzern ermöglicht, ihre Bewegungsdaten (z. B. Schritte, Kalorienverbrauch, Trainingsfortschritte) und Gesundheitsmetriken (Herzfrequenz und Schlafqualität) zu verfolgen.

ZIELGRUPPEN & DATENQUELLEN VON FITTRACK

Zielgruppen



Konsumenten

Endverbraucher unterschiedlicher Altersgruppen, Geschlechter und Berufe

**Für alle,
die ein gesundes Leben
führen möchten.**

Datenquellen



Externe Aktivitätsdaten

Fitbit, Apple Health, Google Fit
(täglich/wochentlich/monatlich)



Routen & Landkarten

Integration von GPS-Routen



Wetterdaten

Anpassung der Empfehlungen
je nach Wetter



Soziale Netzwerke

Motivation & Challenges über
Community

PAM Methode

Purpose (P):

Erstellung einer benutzerfreundlichen App, die Gesundheitsdaten in Echtzeit sammelt und analysiert

Advantage (A):

Integration von Fitness-Trackern und externen Datenquellen, Entwicklung einer intuitiven Benutzeroberfläche

Measure (M):

Die App muss mindestens 10.000 Downloads in den ersten drei Monaten erzielen, und die Nutzer müssen mindestens 3 Tage pro Woche aktiv die App verwenden

Purpose (P):

Die App ermöglicht es Nutzern, ihre Trainingsziele zu erstellen, zu planen und zu überwachen

Advantage (A):

Die App vereint Gesundheitsdaten aus verschiedenen Quellen, bietet personalisierte Empfehlungen für Trainingspläne und Ernährung sowie ermöglicht eine kontinuierliche Gesundheitsüberwachung in Echtzeit.

Measure (M):

Bewertungen und Feedback durch Umfragen

Purpose (P):

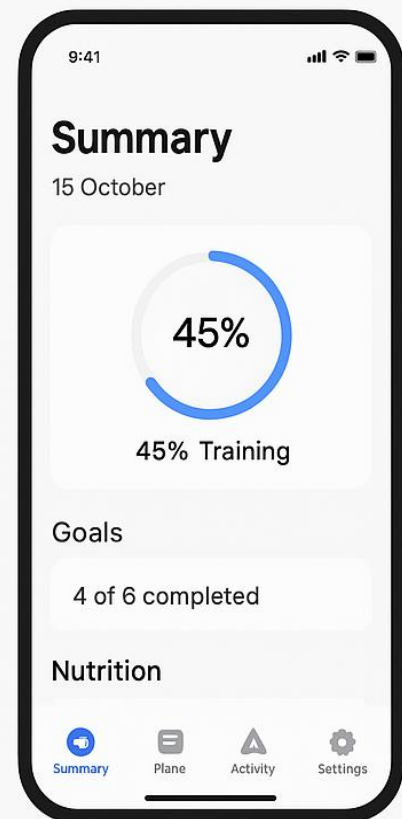
Die App bietet den Nutzern regelmäßige Herausforderungen und Belohnungen für gesundheitsfördernde Aktivitäten

Advantage (A):

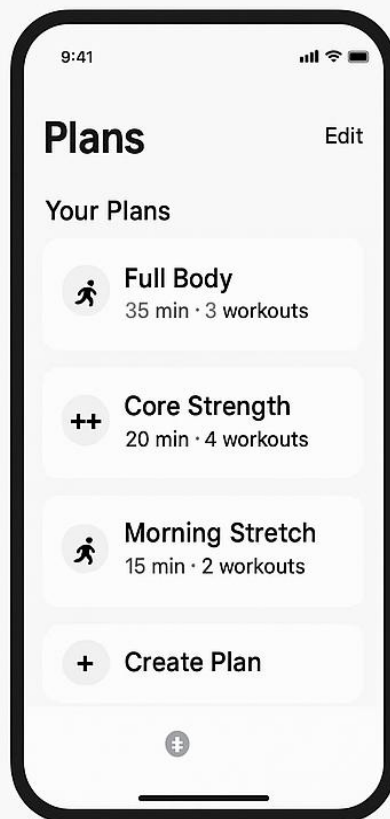
Durch Gamification-Elemente und soziale Interaktionen motiviert die App die Nutzer, ihre Gesundheitsziele zu erreichen, indem sie Wettbewerbe und Ranglisten integriert

Measure (M):

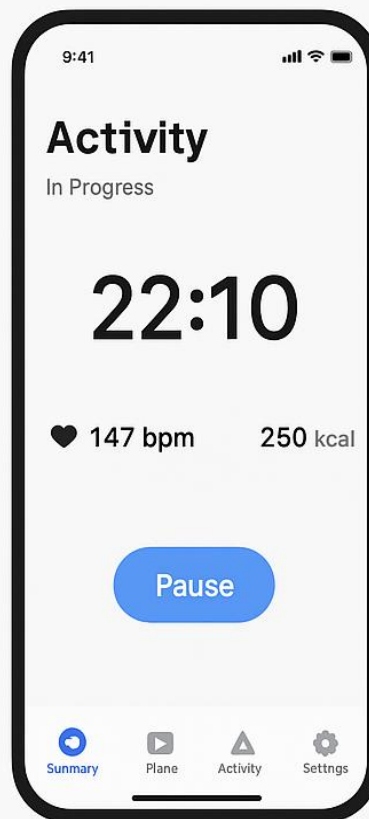
Der Teilnahmequote an täglichen und wöchentlichen Herausforderungen und der sozialen Interaktionen (z. B. geteilte Erfolge in sozialen Netzwerken) gemessen wird



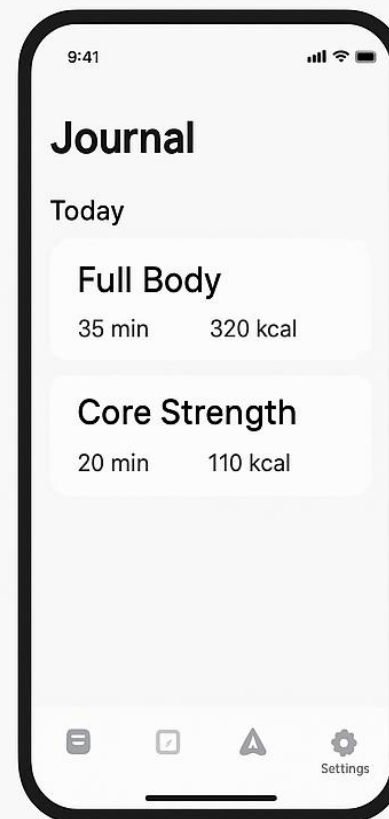
Prototype



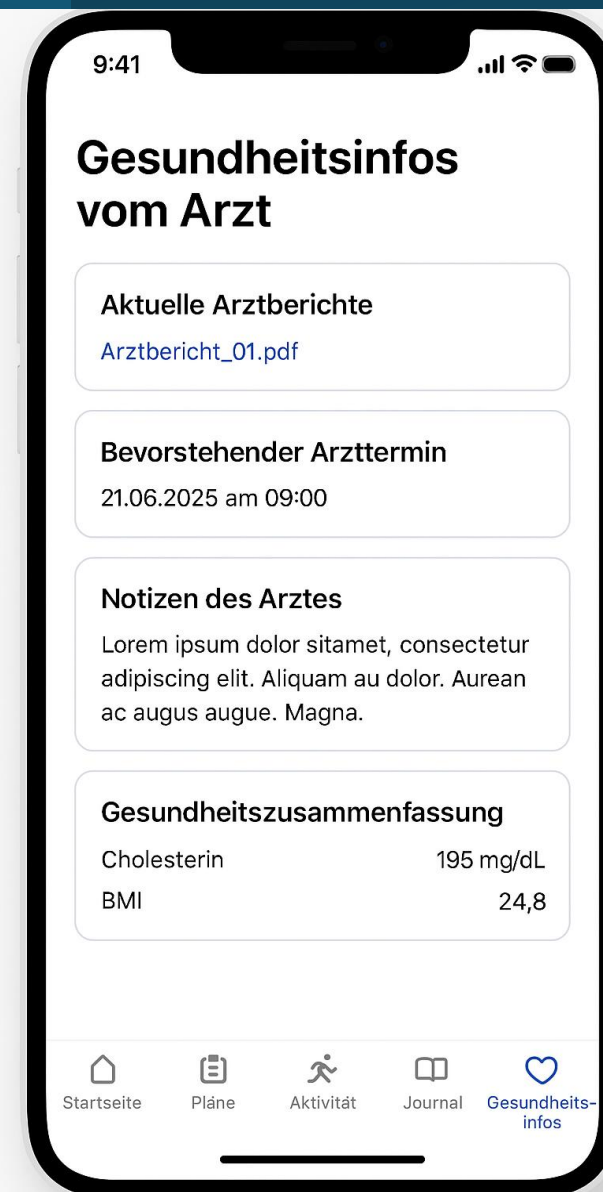
Plans



Activity

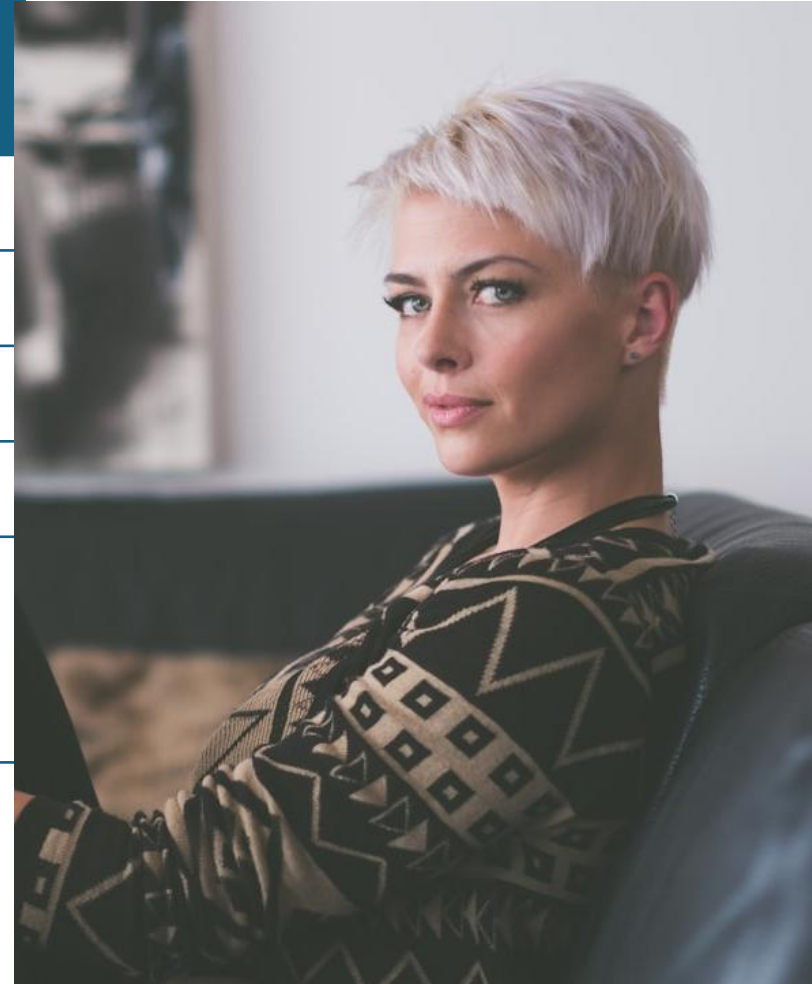


Journal

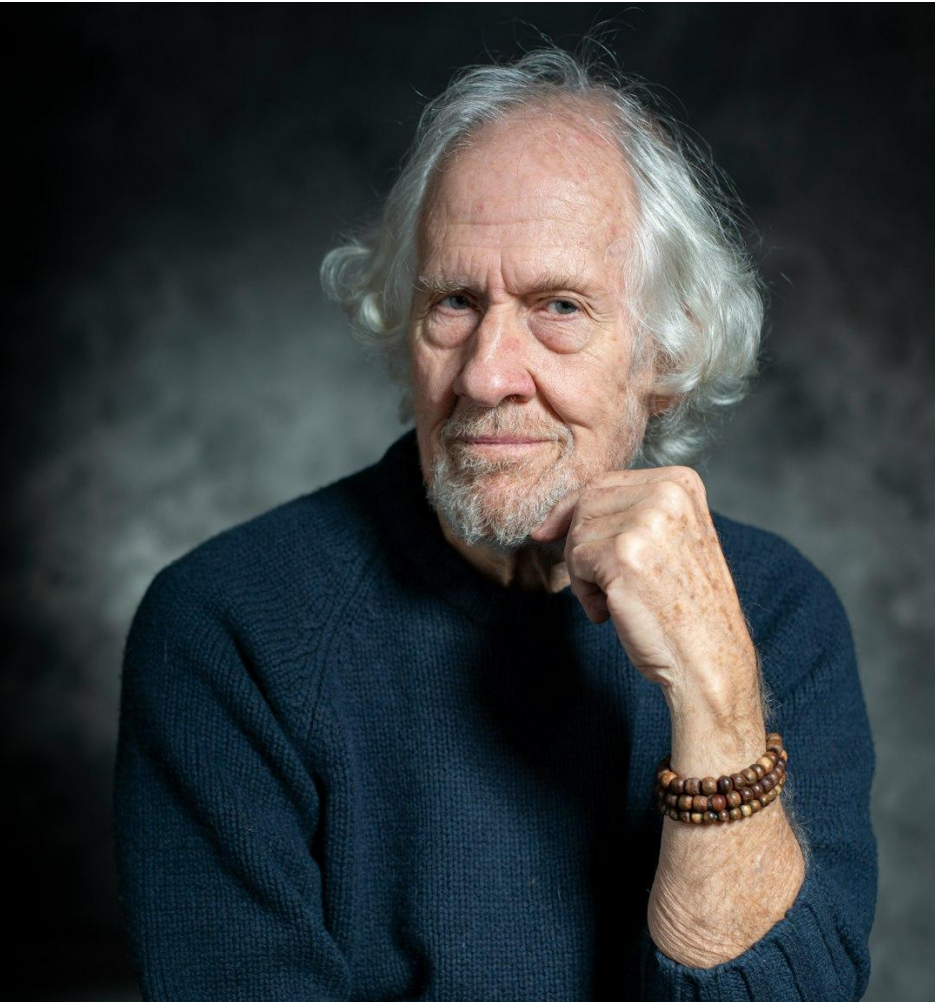


Persona: Dr. Susi Susanna

Alter	40 Jahre
Beruf	Projektleiterin in einem IT-Unternehmen
Wohnort	Wien
Hobbies & Interessen	Yoga, Lesen, Kochen, Familienausflüge
Lifestyle	Leistungsorientiert, sucht Balance zwischen Familie, Gesundheit und Beruf
Sonstiges	Technikaffin, sucht Effizienz und Struktur, Benutzt Smartwatch, Fitness-Armband und Schrittzähler



Persona: Hans Johannes



Alter	70 Jahre
Beruf	Rentner, früher als Maschinenbautechniker tätig
Wohnort	Graz
Hobbies & Interessen	Wandern, Tüfteln, klassische Musik, Ehrenamt
Lifestyle	Achtet auf regelmäßige Bewegung und ausgewogene Ernährung, bevorzugt Routinen
Sonstiges	Möchte ins hohe Alter aktiv bleiben für Familie, braucht einfache Bedienung

Persona: Suzi Suz



Alter	20 Jahre
Beruf	Jus-Studentin im 4. Semester
Wohnort	Salzburg
Hobbies & Interessen	Joggen, Serien, neue kulinarische Erlebnisse entdecken
Lifestyle	Nutzt Fitness-Apps und Meditations-Tools, offen für Challenges (z. B. 30-Tage-Fitness-Tracker)
Sonstiges	Steht unter Leistungsdruck, sucht mentale Ausgeglichenheit durch Bewegung im Freien






Stakeholder





Name	Funktion	Kontaktdaten	Verfügbarkeit	Interessen/Ziele	Wissen	Relevanz
Dr. Hansi	Projektleiter	hansi@arzt.com	Mo–Fr: 9:00–18:00	Nutzergesundheit	Medizinisches Wissen	Sehr hoch
Susanne	IT-Entwicklerin	susanne@it.com 01234-567890	Mo–Fr: 10:00–16:00	Technische Umsetzung	Softwareentwicklung	Hoch
Hannes	Designer	hannes@design.com	Mo–Fr: 8:00–17:00	Design und Funktionalität	User Experience	Hoch
Suzy	Marketingmanagerin	01234-123456	Mo–Fr: 9:00–17:00	Vermarktung und Kundengewinnung	Marketingstrategien	Mittel
Hansel	Sportwissenschaftler und Gesundheitscoach	hansel@sport.com	Mo–Fr: 10:00–14:00	Übungen und Empfehlungen	Sportwissenschaft, Coaching, Gesundheit	Hoch
Sue	Versicherung	01234-654321	Mo–Fr: 8:00–16:00	Prävention fördern, Kosten senken	Gesundheitsleistungen	Mittel
Hanno	Datenschützer	hanno@schutz.com	Mo–Fr: 9:00–18:00	Datensicherheit	Datenschutz, Recht	Sehr hoch
Sukie	Nutzer-Testperson	sukie@user.com	Mo–Fr: flexibel	Einfache Bedienbarkeit	Alltagserfahrungen	Hoch
Hanz	Investor	01234-987654	Nach Vereinbarung	Wachstum und Profit	Wirtschaft, Finanzen	Sehr hoch







Funktionale Anforderungen (Was die App tun soll)


	Anforderung	Beispiel	Für wen relevant
Benutzerfreundlichkeit:			
	Automatische Erinnerungen und Benachrichtigungen	<ul style="list-style-type: none">• rechtzeitig an Bewegungspausen, Wassertrinken oder anstehende Workouts erinnern• Benachrichtigungen: "Ziel erreicht!" (um motiviert zu bleiben)• Erinnerung: Trainingseinheit starten/pausieren	<ul style="list-style-type: none">• alle
	nicht standardmäßige Aktivitäten erstellen	<ul style="list-style-type: none">• z. B. Wandern, Tanzen	<ul style="list-style-type: none">• alle
	Einfache Übungen und Trainingsplanen	<ul style="list-style-type: none">• Benutzer kann Trainingspläne zusammenstellen oder auswählen• App kann einfache Übungsvorschläge machen• Benutzer kann eigene Pläne speichern oder bearbeiten	<ul style="list-style-type: none">• Kinder• Pensionisten• Anfänger
	Ernährungsprotokoll/ Kalorienverbrauch	<ul style="list-style-type: none">• Mahlzeiten eingeben• Nährstoffbilanz überwachen	<ul style="list-style-type: none">• Sportler
	soziale Funktionen	<ul style="list-style-type: none">• mit Freund:innen oder Familie vernetzen• Erfolge (Fortschritte) teilen• gegenseitig motivieren	<ul style="list-style-type: none">• jugendliche







	Anforderung	Beispiel	Für wen relevant
Leistungsfähigkeit: unter hoher Last reaktionsschnell bleiben und Echtzeitdaten anzeigen			
	Bewegungstracking	<ul style="list-style-type: none"> Erfassen: Schrittzahl, zurückgelegte Distanzen und verbrannten Kalorien Kontrollieren: tägliche Aktivität 	<ul style="list-style-type: none"> alle
	Aktivitätsprotokoll inkl. Echtzeitdaten	<ul style="list-style-type: none"> verschiedene Workouts (z. B. Yoga, Laufen, Radfahren) dokumentieren Intensität bewerten/Leistung optimieren Herzfrequenz echtzeitig anzeigen/+Warnung! 	<ul style="list-style-type: none"> Sportler Herzfrequenz besonders für Kranken Leuten
	Berichte und Analysen	<ul style="list-style-type: none"> gesammelten Daten grafisch dargestellt Trends erkennen Entwicklung über die Zeit nachvollziehen 	<ul style="list-style-type: none"> Sportler
	Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> persönliche Fitnessziele (tägliche Schritte, wöchentliche Trainingszeiten) definieren Fortschritt verfolgen 	<ul style="list-style-type: none"> Sportler
	Zuverlässigkeit, inkl. offline	<ul style="list-style-type: none"> Stabil funktioniert unterwegs 	<ul style="list-style-type: none"> Vielbeschäftigte

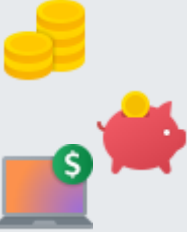



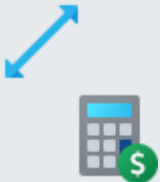
	Anforderung	Beispiel	Für wen relevant
Integration			
	Gesundheitsdaten-integration	<ul style="list-style-type: none"> Smartwatch- oder Fitnessarmband-Daten (Herzfrequenz, Schlafqualität etc.) automatisch synchronisieren, um alle Info an einem Ort zu haben 	<ul style="list-style-type: none"> alle
  	Integration mit externen APIs (Google Maps, Yelp, Wetterbericht, usw.):   	<p>Google Maps API Integration:</p> <ul style="list-style-type: none"> Die App zeigt dem Nutzer beim Jogging/Spaziergehen Live-Standort auf einer Karte an. Nutzer können Routen für Outdoor-Workouts (Laufen, Fahrradfahren) planen und speichern. Die App schlägt beliebte Laufstrecken oder Radwege in der Nähe vor <p>Wetter-API Integration (z.B. OpenWeatherMap):</p> <ul style="list-style-type: none"> Vor Outdoor-Workouts wird dem Nutzer eine Wettervorhersage angezeigt (z.B. Temperatur, Regenrisiko) Bei schlechtem Wetter erhält der Nutzer alternative Indoor-Workout-Vorschläge Wetterabhängige Benachrichtigungen („Heute ist ideales Wetter zum Laufen!“) 	<ul style="list-style-type: none"> Junge Leute Eltern Sportler

Nicht funktionale Anforderungen (wie gut die App funktioniert)

	Anforderung	Beispiel	Für wen relevant
Benutzerfreundlichkeit/(Usability):			
	Design	<ul style="list-style-type: none"> • Modernes, ansprechendes, klares Design 	<ul style="list-style-type: none"> • Jugendliche • Pensionisten • Kinder
	Benutzerfreundlichkeit (Usability)	<ul style="list-style-type: none"> • App intuitiv bedienbar ist • wenige Klicks für Hauptfunktionen • Daten schnell und einfach eingeben 	<ul style="list-style-type: none"> • alle
 	Sprachgestaltung	<ul style="list-style-type: none"> •Einfache Sprache: Inhalte und Anweisungen werden in einfacher, klarer Sprache formuliert, kurze Sätze •Kein Jargon: keine Fachbegriffe, Fremdwörter oder technisches Vokabular •Keine Abkürzungen: vermieden oder bei erster Nennung erklärt •Mehrsprachigkeit (Multilingual): Die App unterstützt mehrere Sprachen, um verschiedene Benutzergruppen zu erreichen •Spracheinstellungen: Die App sollte einfach zwischen mehreren Sprachen umschalten können 	<ul style="list-style-type: none"> • Alle • Migranten





	Anforderung	Beispiel	Für wen relevant
	Benutzerfreundlichkeit/(Usability):		
	<p>Barrierefreiheit (Accessibility) Die App soll für alle Benutzergruppen zugänglich sein, auch für Menschen mit eingeschränkter Sehfähigkeit, Motorik oder Sprachverständnis. Große Buttons, klare Symbole, kontrastreiche Farben, einfache Sprache und Vorlesefunktionen sollen dies unterstützen</p>	<p>•Große Schaltflächen und klare Symbole: Alle Bedienelemente sollen groß genug und deutlich beschriftet sein. Symbole sollen eindeutig und leicht verständlich sein.</p> <p>•Hoher Kontrast und lesbare Schrift: Texte und Hintergründe müssen sich deutlich unterscheiden. Die Schrift soll groß genug und gut lesbar sein.</p> <p>•Vorlesefunktion: Optional sollte eine Vorlesefunktion integriert sein, die Menüs und Texte laut vorliest (z. B. durch Screenreader-Unterstützung).</p> <p>•Einfache Navigation: Wichtige Funktionen (z. B. Training starten, Daten speichern) sollen mit maximal zwei bis drei Klicks erreichbar sein.</p> <p>•Alternative Texte für Bilder: Bilder und Icons sollen beschreibende Texte (sogenannte "Alt-Texte") haben, damit Screenreader sie erkennen können.</p> <p>•Farbenblinde Unterstützung: Die App sollte Informationen nicht nur über Farben darstellen (z. B. rote/grüne Anzeigen), sondern auch durch Symbole oder Texte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nutzer mit speziellen Bedürfnissen • Kinder • Pensionisten

	Welche Funktionalität	Beispiel	Für wen relevant
Sicherheit, Kompatibilität, Zuverlässigkeit, Leistung, Support			
	Sicherheit	<ul style="list-style-type: none"> Sensible Daten schützen beim Speichern und Übertragen 	<ul style="list-style-type: none"> alle
	Überwachung	<ul style="list-style-type: none"> Kontrolle, wo die anderen Nutzer sind 	<ul style="list-style-type: none"> Eltern
	Kompatibilität	<ul style="list-style-type: none"> funktioniert auf allen Geräten(Qualitätsmerkmal) Reibungslos mit externen Systemen und Plattformen zusammenarbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> Alle, besonders für Jugendliche
	Skalierbarkeit	<ul style="list-style-type: none"> Die App soll mit wachsender Benutzerzahl stabil bleiben 	<ul style="list-style-type: none"> Investor
	Leistung	<ul style="list-style-type: none"> Schnelle Ladezeiten wenig Akku- und Datenverbrauch 	<ul style="list-style-type: none"> alle
	Support und Updates	<ul style="list-style-type: none"> Regelmäßige Updates Möglichkeit, Probleme einfach zu melden 	<ul style="list-style-type: none"> alle

	Welche Funktionalität	Beispiel	Für wenn
Wirtschaftliche			
	Monetarisierung durch Integration von Wellness-Anbietern	<ul style="list-style-type: none"> Die App ist monetarisierbar durch gezielte Angebote lokaler Anbieter Die Plattform ist technisch darauf ausgelegt, neue Geschäftsmodelle flexibel einzubinden 	<ul style="list-style-type: none"> Investor
	Modulare Architektur für Erweiterbarkeit	<ul style="list-style-type: none"> Die App-Struktur ermöglicht es, einfach neue Funktionen oder Regionen/Märkte einzubauen, ohne große Umbauten. 	<ul style="list-style-type: none"> Investor Gemeinde
	Geringe Betriebskosten	Die App soll so entwickelt sein, dass Wartung, Hosting und Weiterentwicklung möglichst wenig Kosten verursachen.	<ul style="list-style-type: none"> Investor Gemeinde
	Flexible Einbindung neuer Geschäftsmodelle	Die technische Plattform erlaubt später neue Bezahlmodelle (z. B. Premium-Features, In-App-Käufe, Werbung).	<ul style="list-style-type: none"> Investor Gemeinde
	Skalierbarkeit/ Kostenansicht	Die App muss mit steigender Nutzerzahl stabil bleiben, damit Wachstum keine neuen hohen Kosten verursacht.	<ul style="list-style-type: none"> Investor Gemeinde







User Stories Als NutzerIn **Remote Worker** möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>Ich will kurze Bewegungseinheiten, die ich zwischen Meetings machen kann, ohne ins Schwitzen zu kommen</i>	<ul style="list-style-type: none">• Kurze & effektive Einheiten für zwischendurch• Erinnerung an „Bewegungspausen“• Keine Ausrüstung nötig• Integration mit Kalender	<ul style="list-style-type: none">• 3–7 Minuten „Movement Snacks“• Auto-Erinnerung nach 90 Minuten Inaktivität• Browser-Plugin oder Slack-Integration	<ul style="list-style-type: none">• Viel Sitzen → Rücken, Schulter, Nacken Schmerzen• Alltag hat keine natürliche Bewegung mehr• Produktivität leidet durch Bewegungsmangel







User Stories Als NutzerIn **Studierende** möchte ich:





 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>Ich will einfach Bewegung in meinen Lernalltag einbauen, am besten zusammen mit Freund:innen.</i>	<ul style="list-style-type: none">•Bewegung zwischendurch oder als Lernpause•Gruppenchallenges & Motivation•Kein Equipment nötig•Leicht verständlich & kurz	<ul style="list-style-type: none">•Lernpause-Workout mit Timer•Uni-spezifische Gruppen (z. B. „WG-Challenge“)•Ranking unter Freund:innen•Integration mit Kalender-Apps	<ul style="list-style-type: none">•Lange Lernsessions, oft unregelmäßige Tage•Fehlender sozialer Kontakt•Stress → Bewegung als Ausgleich•Gruppenmotivation ist hilfreich



User Stories Als NutzerIn **Angestellter/Vielbeschäftigter** möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>meine Fortschritte beim Training tracken und gezielt Muskeln aufbauen, um gesünder und fitter zu werden.</i>	<ul style="list-style-type: none">•Datenbasierte Erfolge (Gewicht, Wiederholungen etc.)•Starke Visualisierung des Fortschritts•Motivation durch Challenges & Ranglisten•Integration mit Wearables	<ul style="list-style-type: none">•Muskelaufbau-Programme mit Level-System•Fortschritts-Dashboard•Verbindung zu Smartwatch / Fitness-Waage•Wettkampf-Modus mit Freunden	<ul style="list-style-type: none">•Dauerstress, hohe Belastung im Job•Keine Zeit für Fitnessstudio•Bewegung = mentaler Ausgleich

User Stories Als NutzerIn **Gestresste /Mental Load Frau** möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>Ich brauche Bewegung, die mir hilft, Stress abzubauen und mich wieder in Balance zu bringen</i>	<ul style="list-style-type: none">•Kombination von Bewegung & Achtsamkeit•Schnell spürbare Entspannung•Kein Leistungsdruck•Routinen für Alltag integrierbar	<ul style="list-style-type: none">•Atemübungen + Mobilität in einem Flow•Tagesimpuls mit Mini-Bewegungseinheit•Reminder: "Dein 3-Minuten-Retreat"•Stimmungs-Tracker mit Bewegungstipps	<ul style="list-style-type: none">•Dauerstress, hohe Belastung im Job oder Alltag•Keine Zeit für Fitnessstudio•Bewegung = mentaler Ausgleich






User Stories Als NutzerIn **berufstätige Mutter** möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>Als Frau möchte ich kurze, flexible Workouts, die zu meinem Alltag passen und auf meinen Zyklus oder meine Rückbildung abgestimmt sind</i>	<ul style="list-style-type: none">•Zeiteffizienz und flexible Trainingszeiten•Gesundheit im Fokus (nicht nur Body Goals)•Support für Hormonbalance, Stress, Schlaf•Motivation durch kleine, erreichbare Ziele	<ul style="list-style-type: none">•Zyklusbasiertes Training (inkl. Tracking)•5–10 Min. Workouts für Zuhause•Erinnerungen & Wochenübersicht•Community oder Coach-Support speziell für Frauen	<ul style="list-style-type: none">•Dauerstress, hohe Belastung im Job und Alltag•Keine Zeit für Fitnessstudio•Bewegung = mentaler Ausgleich



User Stories Als NutzerIn mit speziellen Bedürfnissen möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 mögliche Funktionen:	 Warum
<i>Als NutzerIn mit Sehbehinderung möchte ich, dass die Fitness-Tracker-App sprachgesteuerte Funktionen bietet, damit ich meine Aktivitäten und Fortschritte hören kann, ohne den Bildschirm zu sehen</i>	<ul style="list-style-type: none">• Sprachsteuerung und Sprachfeedback	<ul style="list-style-type: none">• Sprachansagen für Schritte, Kalorienverbrauch, zurückgelegte Distanz.• Möglichkeit, durch Sprachbefehle zwischen den Funktionen zu wechseln (z. B. "Nächste Übung").• Anpassbare Stimme und Lautstärke für das Feedback	<ul style="list-style-type: none">• Damit die App auch für Nutzer*innen mit Sehbehinderung zugänglich wird und eine freihändige Nutzung ermöglicht wird
Als NutzerIn mit Hörbehinderung: visuelle Benachrichtigungen und Vibrationen verwendet, um mich über meine Fitnessziele und Fortschritte zu informieren, anstatt Audiohinweise zu nutzen.	Visuelle Benachrichtigungen und Vibrationen	<ul style="list-style-type: none">• Helle, farblich abgestimmte Anzeigen für Ziele und Fortschritte.• Vibrationsalarm für Zielerreichung oder Erinnerung, wenn es Zeit für eine Aktivität ist.• Anpassbare visuelle Benachrichtigungen (z. B. Farben oder Animationen).	Damit die App für Nutzer*innen mit Hörbehinderung zugänglich bleibt und eine barrierefreie Kommunikation bietet



User Stories Als NutzerIn mit speziellen Bedürfnissen möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 mögliche Funktionen:	 Warum
<i>Als NutzerIn mit motorischen Einschränkungen möchte ich, dass die Fitness-Tracker-App einfache und anpassbare Eingabeoptionen bietet, sodass ich die App auch ohne mühsames Tippen bedienen kann.</i>	<ul style="list-style-type: none">•Einfache Navigation und Eingabeoptionen	<ul style="list-style-type: none">•Große, gut sichtbare Schaltflächen mit einfachen Gestensteuerungen•Möglichkeit, die App mit einem einfachen Fingerwisch oder einer Sprachsteuerung zu bedienen•Einfache und klare Anweisungen zum Starten und Stoppen von Aktivitäten	<ul style="list-style-type: none">•Um die Nutzung der App für Menschen mit motorischen Einschränkungen zu erleichtern und eine intuitive Steuerung zu ermöglichen
<i>Als NutzerIn mit einer chronischen Erkrankung möchte ich, dass die Fitness-Tracker-App individuelle Ziele basierend auf meiner körperlichen Verfassung und den Empfehlungen meines Arztes anzeigt, damit ich sicher und gesund trainieren kann</i>	<ul style="list-style-type: none">• Individuelle Zielsetzung und Anpassung	<ul style="list-style-type: none">•Integration von Gesundheitsdaten (z. B. Herzfrequenz, Blutzucker) zur Anpassung der Fitnessziele.•Möglichkeit zur Eingabe von ärztlichen Empfehlungen oder Einschränkungen.•Anpassbare Trainingsintensität basierend auf der körperlichen Verfassung	<ul style="list-style-type: none">Um sicherzustellen, dass die App für Menschen mit chronischen Erkrankungen angepasst und gesundheitsfördernd ist







User Stories Als NutzerIn **Eltern** möchten wir:

 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>Wir möchten uns gemeinsam mit unserem Kind mehr bewegen – am besten spielerisch & flexibel</i>	<ul style="list-style-type: none">•Bewegung mit Kindern, nicht trotz ihnen•Flexibilität & kurze Einheiten•Spaß für Groß & Klein•Alltagstaugliche Routinen	<ul style="list-style-type: none">•Family-Fitness-Modus•Kindgerechte Übungen + Eltern-Workout•Punkte sammeln als Familie•Bewegungsspiele für Zuhause•Eltern-Login & Aktivitätsberichte•Eltern Überwachung (wie läuft, Fortschritte usw.)	<ul style="list-style-type: none">•Wenig Zeit, kaum Planbarkeit•Kinder integrieren statt ausschließen•Vorbild sein & gemeinsam Spaß haben



User Stories Als NutzerIn **Kind** möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>Als Kind möchte ich coole Bewegungs-Challenges mit Belohnungen machen, damit ich Spaß an Bewegung habe und stolz bin, wenn ich etwas geschafft habe.</i>	<ul style="list-style-type: none">• Spaß an Bewegung, ohne Leistungsdruck• Motivation durch spielerische Elemente• Elternfreundliche Bedienung & Sicherheit• Klare, visuelle Anleitung (z. B. Videos mit Animationen)	<ul style="list-style-type: none">• Gamification (Level, Punkte, Abzeichen)• Avatare & kindgerechtes Design• Bewegungschallenges mit Familie oder Schule	<ul style="list-style-type: none">• Spaß haben



User Stories Als NutzerIn **Pensionistin** möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>mich täglich sanft bewegen und daran erinnert werden, damit ich mobil bleibe und mich wohlfühle</i>	<ul style="list-style-type: none">• Sanfte, gelenkschonende Bewegung• Alltagstauglichkeit (Haus, Garten, Spaziergang)	<ul style="list-style-type: none">• Senioren-taugliche Programme (z. B. Gleichgewicht, Rücken)• Sprachausgabe & große Buttons• Integration mit Gesundheitsdaten (z. B. Blutdruck)• Erinnerungen zur Bewegungsroutine• Große Schrift, einfache Bedienung	<ul style="list-style-type: none">• Keine Lust für Fitnessstudio• Bewegung = mentaler Ausgleich• Lange Jahre noch aktiv und gesund sein








User Stories Als NutzerIn **SportlerIn** möchte ich:

 Wunsch	 Ziel	 Mögliche Funktionen:	 Warum
<i>mein Training detailliert auswerten und optimieren</i>	<ul style="list-style-type: none">• Trainingsdaten in Echtzeit• Belastung & Erholung im Blick behalten• Vergleich mit früheren Leistungen• Motivation durch Ziele & Analysen	<ul style="list-style-type: none">• Puls- & VO2max-Tracking• KI-gestützte Trainingspläne• Laufstil-Analyse (bei Kopplung mit Sensoren)• Datenexport (z. B. für Trainer oder Apps)	<ul style="list-style-type: none">• <i>um die Leistung gezielt zu steigern</i>



User Stories: als Krankenkasse möchte ich




	Ziel/Methode	Welche Funktionalität	Ergebnis
	anonymisierte Bewegungs- und Gesundheitsdaten	<ul style="list-style-type: none">• Gesundheitsprävention & Früherkennung	<ul style="list-style-type: none">• gesundheitliche Risiken frühzeitig zu erkennen• gezielte Präventionsangebote zu entwickeln
	Bonusprogramme & Anreize	<ul style="list-style-type: none">• nachvollziehen, ob ein Versicherter regelmäßig Sport treibt	<ul style="list-style-type: none">• Versicherten im Rahmen eines Bonusprogramms finanzielle Vorteile bieten und damit das Interesse aufwecken
	Personalisierte Gesundheitsberatung	<ul style="list-style-type: none">• auf die Fitnessdaten der Nutzer zugreifen (mit deren Einwilligung)	<ul style="list-style-type: none">• um personalisierte Gesundheitsempfehlungen und Coaching-Programme anzubieten

	Ziel/Methode	Welche Funktionalität	Ergebnis
	Effizienzsteigerung & Digitalisierung	Fitnesstracker-Daten automatisch in digitale Gesundheitsakten integrieren	<ul style="list-style-type: none"> • Prozesse optimieren • Doppeluntersuchungen vermeiden
	Forschung & Entwicklung	auf aggregierte und anonymisierte Gesundheitsdaten zugreifen können	<ul style="list-style-type: none"> • um Gesundheitsstudien durchzuführen • evidenzbasierte Präventionsmaßnahmen zu entwickeln




Als Ärztekammer oder ärztlichen Institution möchte ich:




	Ziel/Methode	Welche Funktionalität	Ergebnis
	Qualität der Gesundheitsversorgung verbessern	medizinische Empfehlungen in der App evidenzbasiert und leitlinienkonform sind	die Versorgungsqualität und Patientensicherheit gewährleisten
	Früherkennung & präventive Maßnahmen unterstützen	dass Bewegungs- und Gesundheitsdaten an Ärzt:innen weitergegeben (mit Einwilligung)	präventive Maßnahmen rechtzeitig einleiten
	Interoperabilität fördern	Fitnesstracker-Daten in elektronische Patientenakten integriert werden	damit Ärzt:innen ein vollständigeres Bild des Gesundheitszustands ihrer Patient:innen erhalten

	Ziel/Methode	Welche Funktionalität	Ergebnis
	Ärztliche Aufklärung & Kontrolle ermöglichen	durch die App eine ärztliche Abklärung	bei medizinisch relevanten Auffälligkeiten (z. B. Herzfrequenz, Blutdruck) eine schnelle Beratung
	Berufsethik & Datenschutz wahren	die Verarbeitung sensibler Gesundheitsdaten entspricht höchsten Datenschutzstandards	um das Vertrauen der Patient:innen in digitale Medizin zu sichern
 	Fortbildung & Integration in den ärztlichen Alltag	Ärzt:innen Weiterbildungsangebote zur Nutzung und Interpretation von Patientendaten aus Fitness-Apps machen	Daten im klinischen Alltag sinnvoll nutzen können






Als Gemeinde möchte ich:




	Ziel/Methode	Welche Funktionalität	Ergebnis
	Förderung der öffentlichen Gesundheit	aggregierte Bewegungsdaten (anonymisiert) auswerten können	um den Gesundheitszustand der Bevölkerung zu erfassen und gezielte Bewegungsförderungsprogramme zu entwickeln
	Stadtplanung & Infrastruktur verbessern	analysieren, wo und wann sich Bürger:innen im öffentlichen Raum bewegen	um Laufstrecken, Radwege oder Sportanlagen bedarfsgerecht zu planen und zu verbessern
	Lokale Gesundheitskampagnen umsetzen	über die App lokale Events wie Lauftreffs, Gesundheitstage oder kostenlose Fitnesskurse bewerben	die Bürger:innen zur aktiven Teilnahme motivieren

	Ziel/Methode	Welche Funktionalität	Ergebnis
	Soziale Teilhabe fördern	spezielle Bewegungsangebote für bestimmte Zielgruppen (z. B. Senior:innen, Kinder, Migrant:innen) in der App darstellen	die gesundheitliche Chancengleichheit zu erhöhen
	Nachhaltige Mobilität fördern	die App/Daten nutzen, um das Zufußgehen und Radfahren im Alltag zu fördern	damit die Umweltbelastung durch Verkehr zu senken
	Bürgerbeteiligung stärken	Feedback aus der App erhalten, welche Bewegungsangebote gewünscht oder vermisst werden	um die Planung partizipativ zu gestalten



Als Investor möchte ich:

	Ziel/Methode	Welche Funktionalität	Ergebnis
	Marktpotenzial erkennen & bewerten	nachvollziehen können, welches Marktproblem die App löst und wie groß das adressierbare Marktvolumen ist	das Skalierungspotenzial realistisch einzuschätzen
	Monetarisierungsstrategie verstehen	analysieren, wo und wann sich Bürger:innen im öffentlichen Raum bewegen	Laufstrecken, Radwege oder Sportanlagen bedarfsgerecht zu planen und zu verbessern
	Wachstumstreiber identifizieren	KPIs wie Nutzerwachstum, Churn Rate oder Engagement sehen	um die wirtschaftliche Tragfähigkeit und das Upscaling-Potenzial der App zu beurteilen

	Ziel/Methode	Welche Funktionalität	Ergebnis
	Datenbasiertes Business Development ermöglichen	durch die App gesammelte Bewegungs- und Gesundheitsdaten (anonymisiert)	für datengetriebene Geschäftsentscheidungen, Partnerschaften oder neue Produktfeatures genutzt werden können
	Innovationsvorsprung sichern	die App sich technologisch von Wettbewerbern abhebt (z. B. durch KI-gestützte Empfehlungen oder medizinische Schnittstellen)	langfristige Marktführerschaft zu ermöglichen
	Exit-Perspektiven prüfen	ein realistisches Szenario für einen möglichen Exit (z. B. durch Übernahme durch eine Krankenkasse oder Tech-Firma) sehen	die Investitionsentscheidung fundiert treffen zu können