



Fachhochschule Köln
Cologne University of Applied Sciences

Exposé
im Rahmen der Veranstaltung
„Entwicklungsprojekt interaktive Systeme“

Sommersemester 2015

Start-Fitness

Projektmitglied

Eduard König

Projektbetreunde Professoren

Prof. Dr. Gerhard Hartmann

Prof. Dr. Kristian Fischer

Projektbetreuer

Franz Jaspers, B.Sc.

Sheree Saßmannshausen, B.Sc.

1. Nutzungsproblem

Viele Menschen gehen ins Fitnessstudios und Kraftsport zu betreiben oder einfach fit zu bleiben. Als Anfänger setzt man sich meistens ein Ziel vor Augen, beispielsweise auf Kraft und Masse zu trainieren oder eventuell 5 kg abzuspecken. Es ist nicht einfach, deshalb gibt es die Trainingspläne die entweder als Vorlage schon existieren oder individuell von dem Trainer geschrieben werden. Die Erfolge bzw. die Trainingsgewichte werden dann in Papierform in einer Tabelle eingetragen mit dem Datum und mit den jeweiligen Sätzen an dem Tag. Dabei sind die Zielrichtung, die Dauer und das Level einer der wichtigen Faktoren bei so einem Trainingsplan, nicht zuletzt das Geschlecht. Die meisten Menschen haben auch ihr Smartphone dabei um beispielsweise Musik zu hören. Sinnvoll wäre es deswegen die Mitglieder auf dem Trainingsweg zu begleiten und mit anderen seinen Erfolg zu teilen um so mehr Motivation zu fördern. Leider ist dies oft nicht möglich, da die Trainingspläne nur lokal gespeichert sind.

2. Zielsetzung

Das Ziel der Anwendung ist die verkürzte Erstellung des Trainingsplans der individuell oder auch auf einer Vorlage basiert. Der haptische Trainingsplan soll durch eine digitale Version ersetzt werden um die Trainingserfolge noch besser zu gestalten und später mit Statistiken auswerten zu können.

3. Verteiltheit

Die Historie der Trainingserfolge wird auf die Cloud gespeichert und dort ausgewertet. Dort kann man auch andere Trainingspläne als Vorlage herunterladen, durch die Client-Server-Architektur. Die Statistiken bzw. der Fortschritt wird auf dem Server berechnet, beispielsweise die Fitnessstufe (Achievements), Muskelgruppen (Oberkörper, Beine) und kann im Vergleich mit den anderen Teilnehmern gesetzt werden.

4. Wirtschaftliche Aspekte

Es gibt viele Konkurrenzanwendungen auf dem Markt, in denen Trainingspläne erstellt werden können, wie beispielsweise:

- Fitness Point - Trainingsplan & Übungen¹
- Fitness Buddy²
- Fitness Gym³

Doch aktuell gibt es leider keine Anwendung, die eine Auswertung zwischen den Mitgliedern bzw. Freunden vornimmt und somit verschiedene Fitnessstufen und Achievements anzeigt.

¹ <https://itunes.apple.com/de/app/fitness-point-pro-trainingsplan/id573916046?mt=8> (Zugriff am: 01.04.2015)
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.std.fitness.point&hl=de> (Zugriff am: 01.04.2015)

² <https://itunes.apple.com/de/app/fitness-buddy-free-400+-exercise/id514780106?mt=8> (Zugriff am: 01.04.2015)
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.skyhealth.fitnessbuddyandroid&hl=de> (Zugriff am: 01.04.2015)

³ <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.exercises.projectgym> (Zugriff am: 01.04.2015)

Probleme bereitet sehr wahrscheinlich die genaue Eingabe der Mitglieder, diese können sehr leicht auch falsche Anzahl der Gewichte bzw. Sätze eintragen. Dies führt natürlich zu den gefälschten Ergebnissen und somit wird auch die Gesamtstatistik verfälscht. Des Weiteren benötigen die Mitglieder Endgeräte mit mobilen Internet-Zugang. Durch die Anwendung wird die Privatsphäre von den Mitgliedern eingeschränkt.

5. Gesellschaftliche Aspekte

Stakeholder sind primär die Mitglieder des Fitnessstudios die Fitness betreiben. Darunter sollte man die Geschlechter trennen und eventuell bestimmte Altersgruppen klassifizieren. Beispielsweise Vergleich mit: Männlich, 25-35. Das System unterstützt die Trainingserfolge der Mitglieder und motiviert diese. Unverändert bleibt jedoch der Aspekt, dass man per Smartphone die eigenen Trainingsgewichte in die Anwendung einträgt.

Die Anwendung ist soweit einzigartig, da die Auswertungen zwischen den einzelnen Mitgliedern erstellt werden und so ein Feedback gegeben wird um mehr Motivation bzw. Leistungsdruck zu schaffen.

6. Fragen

- Wodurch kann man die Privatsphäre der Mitglieder schützen?
- Wie soll eine weitere Unterstützung durch das System aussehen?
- Werden die Achievements auf dem Server oder auf dem Client freigeschaltet?