

**What**

**Where**

## 1. Scenario

Alice likes to do sports with her friends but due to current circumstances she cannot meet with them personally at a gym, where they used to go together. She uses the FitAppCovid to do sports from home with her friends.

After chatting with her friends Bob and Mallory, the group decides when they are ready to train together. Alice sends them an invitation to a training session over the Social Fitness app and if participants accept the invitation, the training will be scheduled in the system. Everyone can see the overview of accepted and scheduled invitations. She goes into her bed room, where she has enough space to do the workout.

Alice, Bob and Mallory get a reminder of the scheduled training via push notifications 15 Minutes prior to the start of the training. Sometimes they cancel the training, if they cannot participate in it anymore.

## 2. Scenario

Sabrina hat einen langen Tag im Home Office hinter sich. Sie hat den ganzen Tag gearbeitet und sich kaum bewegt. Sie breitet Ihre Yoga Matte im Wohnzimmer vor dem Fernseher aus und öffnet ihre Fitness App FitAppCovid am Handy. Sie ist mit ihren 3 besten Freundinnen verabredet, an einem Online-Trainingskurs teilzunehmen, moderiert von einem professionellen Trainer. Sie tritt dem Kurs online bei, plazierte Ihr Handy mit Kamera vor dem Fernseher, streamt mit einem Klick den Kurs auf den Fernseher und wartet, bis es in wenigen Minuten losgeht. Sie sieht den Trainer in einer großen Kachel und viele kleine Kacheln mit anderen Teilnehmern, unter anderem ihre 3 Freundinnen. Es handelt sich um ein Körpergewicht-Workout, wo sie keine zusätzlichen Gewichte braucht. Mithilfe der Anleitung des Trainers, anregender Musik und der Anwesenheit ihrer Freundinnen führt Sabrina verschiedene Übungen aus. Nach einer Stunde ist das Workout vorbei. Sabrina spricht durch die Fitness App noch privat mit ihren Freundinnen über das Training, den Trainer und allgemeine Neuigkeiten. Danach geht sie duschen und genießt einen entspannten Abend zu Hause mit Mann und Film.