

VitalOne – Der persönliche Gesundheits-Concierge

Mit VitalOne erleben Nutzer:innen Gesundheit neu: nicht als separates To-Do, sondern als nahtlos in den Alltag integrierten Begleiter. Das System folgt dem Prinzip „Mobile First, Life Integrated“ und begleitet seine Nutzer:innen überall und jederzeit. Ziel ist es, den Alltag zu erleichtern, Entscheidungen proaktiv zu treffen und Erholung, Bewegung und Wohlbefinden intuitiv zu steuern.

Aufgaben und Erlebnisse der Nutzer:innen

Nutzer:innen von VitalOne müssen sich nicht mehr zwischen verschiedenen Apps, Geräten oder Fitnessangeboten entscheiden. Stattdessen können sie:

- **Daten sinnvoll nutzen:** Nutzer:innen sehen auf einen Blick, wie sich Schlaf, Aktivität und Stresslevel auf ihre Leistungsfähigkeit auswirken. Ein Jogger erkennt sofort, ob er heute ein intensives Training machen sollte oder eher auf Regeneration setzen sollte, basierend auf Echtzeitdaten aus Wearables wie Smartwatch oder Schlaf-Tracker.
- **Proaktive Alltagsunterstützung erleben:** VitalOne agiert wie ein persönlicher Gesundheits-Concierge. Landen Nutzer:innen in einer fremden Stadt, erkennt das System freie Zeitfenster, prüft Erholungsstatus und bucht automatisch einen passenden Fitnesskurs oder einen Wellness-Termin. Nutzer:innen müssen selbst nichts mehr organisieren – sie erleben, wie Gesundheit unkompliziert in den Alltag integriert wird.
- **Nahtlose Integration vor Ort:** Vor dem Fitnessstudio reicht ein Smartphone oder die Smartwatch, um einzuchecken oder den Spind zu nutzen. Nutzer:innen genießen die Freiheit, verschiedene Studios ohne umständliche Mitgliedschaften zu besuchen, und erleben Fitness als flexible, sofort verfügbare Ressource.
- **Gezielte Regeneration zu Hause:** Am Abend wechselt VitalOne automatisch in den „Recovery Mode“. Nutzer:innen starten geführte Meditationen oder Yoga-Sessions, die exakt auf ihre Belastungsdaten abgestimmt sind. So wird Erholung nicht mehr dem Zufall überlassen, sondern zum intuitiven Bestandteil des Tages.
- **Gesundheitsmanagement im beruflichen Kontext:** Für Berufstätige kann VitalOne administrative und organisatorische Aufgaben übernehmen: Pausenempfehlungen erscheinen, bevor Überlastung einsetzt, Trainingspläne werden automatisch an volle Terminkalender angepasst. Arbeitnehmer:innen erleben, wie sich Gesundheit ohne eigenen Planungsaufwand verbessern lässt.
- **Zentrale Übersicht & Kontrolle:** Nutzer:innen behalten jederzeit den Überblick über Abos, Mitgliedschaften, Trainingsfortschritte und Auswertungen. Statt Daten zu suchen und selbst zu kombinieren, erleben sie Gesundheit als durchgängiges, verständliches Bild ihres Wohlbefindens.

Zielgruppen der Nutzung

- **Digital Health Natives (20–35 Jahre):** Diese Gruppe ist mit Wearables und Gesundheits-Apps vertraut, möchte aber Effizienz und Übersicht. Sie erleben VitalOne als zentrale Plattform, die Daten bündelt, Analyse verständlich macht und Entscheidungshilfe liefert.
- **High-Performance Professionals (35+ Jahre):** Diese Nutzer:innen haben wenig Zeit, möchten aber ihre Gesundheit gezielt steuern. Sie erleben VitalOne als persönlichen Butler, der Training, Regeneration und Verwaltung automatisiert und damit Zeit spart, ohne dass sie auf Kontrolle oder Individualität verzichten müssen.