



## Lukas Stein

23 Jahre

Student Wirtschaftsinformatik

“Ich will nicht ewig durch Menüs klicken – eine App soll mir sofort zeigen, was heute für mich wichtig ist.”

“Warum müssen die sinnvollsten Funktionen immer hinter teuren Paywalls stecken? Als Student brauche ich etwas, das smart und bezahlbar ist.”

**Kurzbeschreibung:** Lukas ist pragmatisch, analytisch und sehr preisbewusst. Er akzeptiert neue Technologien schnell, solange sie ihm Arbeit abnehmen. Er hat wenig Geduld für umständliche Apps, schlechte Integrationen oder komplizierte Benutzeroberflächen. Er lebt in einer Dreier-WG nahe seiner Uni in München und bewegt sich meist mit dem Fahrrad oder geht ins Fitnessstudio, wenn es gerade passt. Nach außen wirkt er entspannt, doch sein Alltag ist voll getaktet: Vorlesungen, Nebenjob im IT-Support und regelmäßige Sporteinheiten – dazu noch ein begrenztes Studentenbudget.

Er trägt jeden Tag seine Smartwatch, nutzt Strava für seine Radtouren und MyFitnessPal, um den Überblick über seine Ernährung zu behalten.

### Was Lukas mag:

- Seine Erfolge mit Freunden zu teilen.
- Studentenrabatte.
- Wenn eine App ohne komplizierte Einstellungen sofort tut, was sie soll.

### Was Lukas frustriert:

- Für mehrere Dienste zu zahlen, obwohl er von den meisten nur ein paar Grundfunktionen nutzt.
- Lange Wartezeiten.
- Wenn er keinen sichtbaren Fortschritt sieht.

### Persönliche Merkmale

Ausdauernd	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/>	Ungeduldig
Vorsichtig	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/>	Risikobereit
Konservativ	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/>	Progressiv
Sachlich	<input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	Emotional

### Fähigkeiten

Computerkenntnisse

Akzeptanz neuer Technologien

Erlernbarkeit neuer Technologien

### Ziele

- Endlich alle Gesundheitsdaten in einer App synchronisieren, um weniger Zeit mit manuellen Tracking zu verlieren.
- Kostengünstig eine All-in-One-Lösung nutzen, die seine bisherigen Einzel-Apps ersetzt und bezahlbar bleibt.
- Tipps und Auswertungen zu seinen Daten bekommen, ohne sich selbst durch Diagramme und Zahlen kämpfen zu müssen.

## **Szenario 1: Proaktiver Trainingsbegleiter auf dem Weg zur Arbeit**

**Kontext:** Lukas will morgens mit dem Fahrrad zur Arbeit fahren und möchte seine Fahrt effizient gestalten.

### **Ablauf:**

1. Lukas startet seine Smartwatch, um seine Fahrt und das morgendliche Training aufzuzeichnen.
2. VitalOne erkennt automatisch, dass er auf dem Weg ist, prüft seine aktuellen Vitaldaten (Herzfrequenz, Schlafqualität, Erholungsstatus) und gibt via Smartphone oder Smartwatch eine kurze Empfehlung: „*Heute locker starten – dein Erholungsstatus ist niedrig, Tempo 20 km/h empfohlen.*“
3. Die App startet automatisch das Training, zeichnet Strecke, Herzfrequenz, Kalorien und Schrittzahl auf und synchronisiert alle Daten in Echtzeit.
4. Auf dem Weg zur Arbeit erinnert VitalOne ihn an kleine Zwischenpausen oder Stretch-Übungen, falls Belastung zu hoch ist.
5. Nach der Fahrt erhält Lukas ein kurzes Feedback, das Fortschritt und Tagesleistung zeigt, und kann seine Erfolge direkt mit Freunden teilen.

### **Nutzen für Lukas:**

- Optimierte Training ohne manuelles Planen.
- Echtzeit-Feedback reduziert Überlastung.
- Fortschritt wird automatisch sichtbar, Motivation steigt.

## **Szenario 2: Smartes Fitnessstudio-Feedback nach längerer Pause**

**Kontext:** Lukas hat etwas Freizeit und möchte ins Fitnessstudio gehen. Da er längere Zeit nicht regelmäßig trainiert hat, möchte er gezielt Übungen machen, die für ihn am effektivsten sind.

### **Ablauf:**

1. Lukas kommt ins Fitnessstudio und öffnet VitalOne auf seinem Smartphone. Das System erkennt, dass er längere Zeit nicht trainiert hat und überprüft automatisch seine aktuellen Vitaldaten (Herzfrequenz, Schlaf, Erholungsstatus, bisherige Trainingshistorie).
2. Basierend auf diesen Daten schlägt VitalOne ein personalisiertes Trainingsprogramm vor: Übungen, die seine aktuellen Fitnessziele unterstützen, Überlastung vermeiden und optimale Fortschritte ermöglichen.
3. Lukas nutzt sein Smartphone oder seine Smartwatch als universellen Schlüssel für Check-in, Spind und Gerätezugang – unabhängig vom Betreiber des Studios.
4. Während des Trainings gibt VitalOne in Echtzeit Feedback zu Intensität, Wiederholungen oder Pausen, damit er sich nicht überanstrengt und die Übungen effektiv ausführt.
5. Nach dem Training erhält Lukas ein kompaktes, visuell aufbereitetes Feedback: Fortschritt, verbrannte Kalorien, Trainingsintensität und Empfehlungen für die nächste Einheit. Er kann seine Ergebnisse direkt mit Freunden teilen.

### **Nutzen für Lukas:**

- Effektives Training trotz längerer Pause, ohne dass er selbst Trainingspläne zusammenstellen muss.
- Echtzeit-Feedback verhindert Überlastung und sorgt für sichtbaren Fortschritt.
- Komfortable Nutzung aller Studiofunktionen über Smartphone/Watch, ohne lästiges Handling oder zusätzliche Abos.