

# Wellefit: Kompetenz trifft Innovation

Bis vor kurzem konnte der Fitnessmarkt keine ganzheitliche Lösung hervorbringen, die sowohl eine Alternative zur bisherigen Trainingsplanerstellung per Hand und „Karteikarten“-Ablage sowie der kostenintensiven, aufwandsstarken Betreuung bedeutete. Das ist der Grund, warum sich die Organisation der Trainingsbetreuung der Kunden über die Jahre hinweg kaum verändert und weiter entwickelt hat. MEINE VITALITÄT stellt Ihnen ein Unternehmen vor, das sich diesen Fragestellungen gewidmet und damit den Fitnessmarkt revolutioniert hat.

24.04.2017 - von MEINE VITALITÄT Redaktion

Wie oben erwähnt, sind in Sport- und Gesundheitszentren seit vielen Jahren zwei Fragestellungen präsent:

1. Gibt es zeiteffizientere Alternativen zu einer Trainingsplanung via “Papier & Bleistift” beziehungsweise einer Trainingsdokumentation per Ausdruck und deren Ablage in Archivschränken?
2. Können Kundenservice und Trainingsbetreuung innovativer und effizienter gestaltet werden – ohne sofort immense Investitionen für Equipment, Trainingsfläche oder zusätzliches Personal tätigen zu müssen?

Lösungsansatz mit webbasierter Trainingsplanung Mit einer optimierten, webbasierten Lösung im Gepäck gründete sich Wellefit 2010 in Leipzig. Das Ziel: die Kundenbetreuung im Fitness- und Gesundheitssektor auf ein neues Level zu bringen. Die Nutzung moderner Medien, zahlreiche Module sowie eine bezahlbare Investition machen die Anwendung nicht nur für Fitnessstudios und Personal Trainer interessant, sondern bieten auch viel Potential für Hotels, Rehabilitationskliniken sowie Unternehmen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung.

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/424>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

Einzigartige Trainingsbetreuung in Echtzeit und „rund um die Uhr“ Was macht Wellefit so einzigartig? Wellefit ist ein online-basiertes Trainingssystem. Trainingspläne und -dokumentationen werden am PC, Tablet oder Smartphone in Echtzeit erstellt, angepasst beziehungsweise dem Endkunden via persönlichem Login jederzeit aktuell zur Verfügung gestellt. Kunden und Trainer eines Fitnessstudios können ihr Training mit Wellefit überall nahtlos weiterführen. Wellefit gewährleistet somit nicht nur eine kompetente “Rund um die Uhr” – Betreuung, sondern ebenfalls ein kontinuierliches Training weltweit (englisch, spanisch).

Ausführliche Datenerfassung und -analyse Mit Wellefit werden Körpermaße, wie zum Beispiel Gewicht, Größe und Körperzusammensetzung, standardisiert erfasst, ob manuell oder durch die Eingabe bioelektrischer Daten. Detaillierte Darstellungen der Fitnessübungen und kurze Erklärungen unterstützen dabei Trainer und Therapeuten. Eine einheitliche Datenerfassung gewährleistet die Vergleichbarkeit sowie die korrekte Erfolgsanalyse.

Körperwerte, wie zum Beispiel Fettanteil, Muskelmasse oder der Body-Mass-Index (BMI), werden analysiert, durchschnittlichen, individuellen Zielwerten gegenübergestellt und anhand von interaktiven Grafiken miteinander verglichen. Einzelne Körperpartien können somit detailliert ausgelesen, Trainingserfolge analysiert und kontraindizierte Übungen angepasst werden.

Übungsanleitung via 3D-Animationen Gegenüber der klassischen Vorgehensweise erleichtert Wellefit die Trainingsplanung für Trainer und Sportler immens. Nachdem die Anzahl der Trainingseinheiten und Zielmuskelgruppen festgelegt ist, stehen dementsprechend verschiedenste Übungen an zahlreichen Trainingsgeräten zur Auswahl. Alle Übungen sind als 3D-Animationen dargestellt.

Schlussendlich werden den ausgewählten Übungen die entsprechenden Informationen zur Trainingsweise, wie Wiederholungen, Sätze, Gewicht und Pausen, zugeordnet. Bei Bedarf kann der Kunde individuell mit einer kurzen Texteingabe, beispielsweise zusätzlichen Hinweisen zur Trainingsdurchführung, unterstützt werden.

Persönlicher Online-Trainingsplan mit individuellem Login Das Besondere bei Wellefit ist die Tatsache, dass die erstellten Trainingspläne nicht ausgedruckt und zeitaufwendig abgelegt werden müssen. Ein kurzer Login an den im Fitnessbereich positionierten Infopoints, einem Smartphone oder zuhause am PC genügt und man gelangt direkt und damit schnell auf seinen persönlichen Trainingsplan. Los geht es!

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/424>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

Brandneu: Laufpläne Ganz neu bei Wellefit ist die Möglichkeit, eigene Laufpläne in das persönliche Kundenkonto hoch zu laden. Gern erstellt das Team von Wellefit, das aus Sportwissenschaftlern besteht, individuelle Trainingspläne für alle Laufbegeisterten.

*Weitere Informationen:*

*Möchten Sie mehr über wellefit erfahren? Weitere Informationen erhalten Sie unter:  
[www.wellefit.com](http://www.wellefit.com) oder [www.facebook.com](http://www.facebook.com)*