

Tracking & Trainingsunterstützung

Wenn Sie innerhalb eines Teams, eines Vereins oder als individuelle Person Unterstützung beim Training benötigen, dann bieten verschiedene Tools ein breites Angebot um beispielsweise Analysen, Aufzeichnungen und Trainingsplanungen durchzuführen. Es hilft Ihnen dabei Ihre Ziele zu definieren und die Fortschritte festzuhalten und zu verstehen.

Tool	App	Verfolgen & analysieren	Aufzeichnung Aktivitäten	Daten teilen	Training planen	Weitere Funktionen	Preis	Website
Strava	ja	ja	ja	ja	ja	Kommentare, soziales Netzwerk, Teilen von Live-Standort, Route planen, "Heatmaps" (beliebte Routen), Synchronisation	ab 5€ pro Person im Monat	Training 1 Strava-App – Für jeden Sportler gibt es eine.
Polar Flow for Coaches	ja	ja	ja	ja	ja	"Trainingstagebuch", Gruppen- und 1:1 Coaching	Kostenlos zu einem Polar Gerät	https://www.polar.com/de/flow-for-coach
Polar Flow	ja	ja	ja	ja	ja	Verbinden mit einem Polar Gerät -> Schlafanalyse, Puls etc.	Kostenlos zu einem Polar Gerät	Polar Flow
Athlete Monitoring	ja	ja	ja	ja	ja	Verletzungs- und Krankheitswarnung, Gruppen- und 1:1 Coaching, Integrationen möglich, Synchronisation	auf Anfrage, individuelles Angebot	https://www.athletemonitoring.com/
Zwift	ja	ja	ja	ja	ja	Unterschiedliche Streckenauswahl -> sowohl draußen, als auch online; Kurse	9,99€ pro Person im Monat	Zwift 1. The at home training app connecting cyclists around the world
KickID	ja	ja	ja	ja	nein	Für Fußball, Videoaufnahme -> Statistiken (Pässe, Wert unter Druck etc.), geeignet für Nachwuchsförderung	/	KICK ID - Startseite 1 Facebook
Adidas Running	ja	ja	ja	ja	ja	Events weltweit (z. B. virtueller 10km Lauf), Einstellung anderer Sportarten, Kalorien-Schritt und Herzfrequenzzähler	Premium: 9,99€ im Monat	adidas Runastic, adidas Running & adidas Training Apps
Adidas Training	ja	ja	ja	ja	ja	Auswahl verschiedener Muskelgruppen und Trainingsformen (z.B. Bauch, intensiv, Yoga), Training mit Körpergewicht	Premium: 9,99€ im Monat	adidas Runastic, adidas Running & adidas Training Apps
Nike Run Club App	ja	ja	ja	ja	ja	Challenges, Route planen, Schritt- und Herzfrequenzzähler, Ernährungstipps	Premium: 14,95€ im Monat	Nike Run Club App, Nike iD
Run Keeper App	ja	ja	ja	ja	ja	Ziele definieren, Community	Premium: 35,99€ im Jahr	Runkeeper

Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit der Toolzusammenstellung. Es handelt sich bei der Darstellung um eine reine Auflistung.

[Download der Toolübersicht "Tracking und Trainingsunterstützung.pdf"](#)