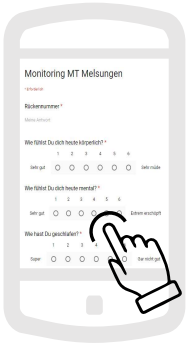
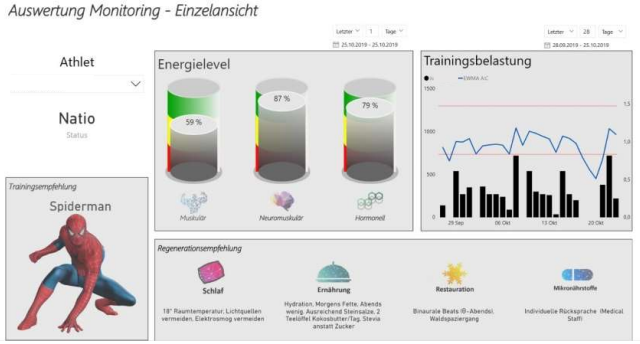
Tägliche Trainer-Athleten-Interaktion

füllt appbasierten Fragebogen aus

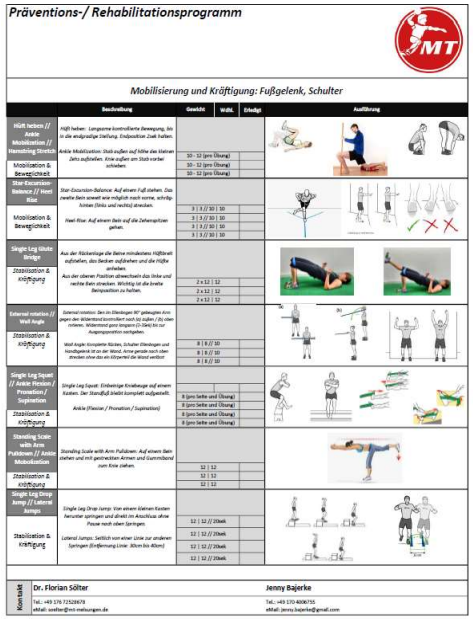


enthält Regenerations- und Trainings-empfehlung

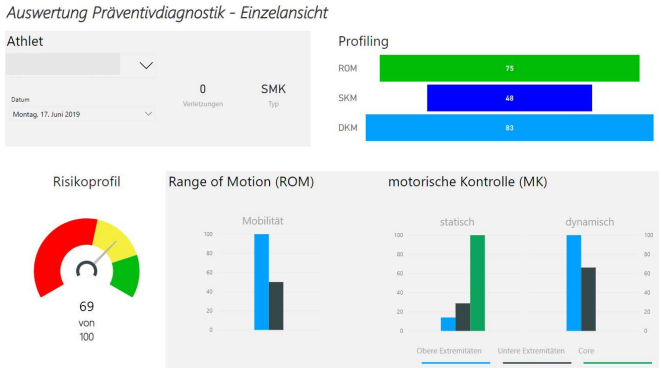


erhält aufgrund Trainingsempfehlung individuellen Trainingsplan Bsp.: Spiderman

Individuelles Präventionsprogramm



Wertet Präventiv-diagnostik aus



Bietet die Grundlage des tagesabhängigen Trainingsplans Bsp.: Präventivdiagnostik (Spiderman)