

Smartphone aplikace využitelné v oblasti pohybové aktivity a sportovního výkonu

Marek Balon
392529

Zdravý životní styl

- ▶ Nejrozšířenější aplikace:
 - Gym Tracer
 - Kalorické tabulky
 - Fitweb
 - Cyclemeter
 - Endomondo Sports Tracker
 - GAIN Fitness
 - Sports Tracker
 - Nike+
 - Runmeter PRO
 - Runtastic



Sports Tracker

- ▶ Operační systém: iOS, Android, Blackberry, Windows Phone, Symbian, MeeGo (založeno na LINUXU – NOKIA)
- ▶ Vydavatel: Sports Tracking Technologies Ltd.
- ▶ Cena: **Zdarma**, účet Premium za \$ 3,99 USD/měsíc nebo \$27,99 USD/rok (od roku 2015)
- ▶ Rok výroby: 2004
- ▶ Jazyk: angličtina



USD: 25,43,-Kč

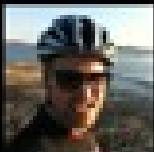
Sports Tracker FREE

- ▶ Sleduje a analyzuje výkony
- ▶ analýza výkonu – spálené kalorie, průměrná rychlost, uběhnutá vzdálenost, nadmořská výška, používá GPS mapy
- ▶ hlasová odezvu při tréninku
- ▶ motivace mezi přáteli
- ▶ Podpora přes komentáře
- ▶ Ukládá osobní pokrok, fotky, oblíbené běžecké mapy, běžecké mapy z okolí
- ▶ Možnost sdílení na Facebooku a Twitteru

3G 12:38

SPORTS TRACKER

welcome



- WORKOUTS 142
- TOTAL TIME 39:23:20
- DISTANCE 1843.49 km
- ENERGY 64963 kCal

diary

settings

sunrise: 07:36
sunset: 17:03

in 00:42:55

start new workout

3G 12:38

DIARY (129 ENTRIES)

all weekly summary

2 days ago

DISTANCE	DURATION	AVG. PACE
33.22 km	01:14:20	02:14 /km

Headwind and mishaps...

3 days ago

DISTANCE	DURATION	AVG. PACE
7.56 km	00:18:11	02:24 /km

Midday transit.

7 days ago

DISTANCE	DURATION	AVG. PACE
5.82 km	00:15:55	02:44 /km

3G 12:38

data view map

DURATION

00:00:37

DISTANCE

0.12 km


SPEED / PACE	AVG SPEED / AVG PACE
0.00 /km	12.01 km/h

ENERGY	LAST KM SPEED
9 kCal	12.01 km/h

ALTITUDE	MAX SPEED
0	13.01 km/h

STOP LAP

Sports Tracker PREMIUM

- ▶ Zvolit si svůj osobní cíl
 - ▶ Podrobnější mapy okolí a statistiky
 - ▶ Výběr toho co chci kdy slyšet
 - ▶ Srovnávání veškerých mých tréninků (týden, měsíc)
 - ▶ Filtr tréninků dle (km, času, tepové frekvence,...)
- 

Endomondo Sports Tracker

- ▶ Operační systém: iOS, Android, Blackberry, Windows Phone
- ▶ Vydavatel: Endomondo LLC Under Armor
- ▶ Cena: **Zdarma (verze PRO)**, poplatek za Premium verzi
 - 175,00,- Kč/měsíčně nebo 689,00,- Kč/ročně
 - PLUS program za 139,00,-Kč
- ▶ Rok výroby: 2007
- ▶ Jazyk: čeština
- ▶ Dnes více než 20 mil. uživatelů



Endomondo FREE

- ▶ SLEDOVÁNÍ KONDICE – doby trvání, rychlosti, vzdálenosti, kalorií a dalších hodnot, hlasová zpětná vazba, měření tepové frekvence, GPS
- ▶ ANALÝZA VÝKONU – Kompletní tréninkový deník, denní tréninkový objem, analýza výkonů pomocí grafů
- ▶ OSOBNÍ VÝZVY – cíl tréninku a řízení se audio koučem
- ▶ BUĎ SOCIÁLNÍ – Přijímání (a posílání) hlasového povzbuzení od přátel během tréninku, komentování pokroků přátel, sdílení výsledků a statistik na Facebooku a Google+
- ▶ A MNOHEM VÍCE – fotografie z tréninků, automatická pauza

 DURATION
0:23:31

 DISTANCE
2.80 miles

 REMAINING **0.20** mi  AVG. PACE **8:07** min/mile

 RUNNING

 DISTANCE GOAL
3.00 mi

 GPS OK



 Go PRO to enjoy speed, heart rate and altitude graphs as well as lap time bar charts!

LAPS SUMMARY COMMENTS



12/01/2012 2:30 pm

SPORT
Cycling, Sport

 DURATION
0:42:12

 DISTANCE
14.84 mi

 AVG. SPEED
21.1 mph

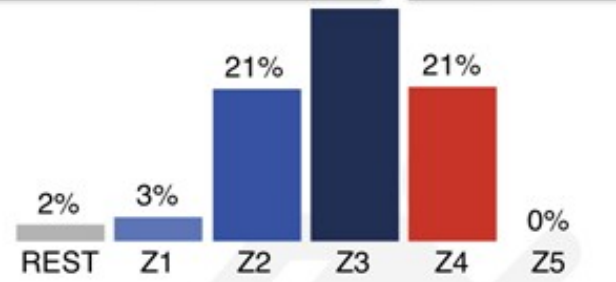
 AVG. PACE
2.84 min/mi

 CALORIES
570 kcal

 HYDRATION
0.26 L

Endomondo PREMIUM

- ▶ osobní tréninkový plán
- ▶ souhrnné statistiky za měsíc, překonanou vzdálenost za rok, atd.
- ▶ *Analýza zón* tepových zón pro každý trénink
- ▶ informací o počasí v přehledu tréninku
- ▶ žádné reklamy
- ▶ Intervalové tréninky
- ▶ Interaktivní grafy
- ▶ přístup k více než 10-ti motivujících funkcí



Heart rate zone	Duration
RESTING	00:01:16
WARM UP	00:01:54
FAT BURNING	00:11:51
AEROBIC	00:29:02
ANAEROBIC	00:12:02
MAXIMUM	00:00:00



CALORIES 1275 kcal	HYDRATION 0.31 liters
AVG. HEART RATE - bpm	MAX. HEART RATE - bpm
MIN. ALTITUDE 0 m	MAX. ALTITUDE 50 m
TOTAL ASCENT 413 m	TOTAL DESCENT 377 m
WEATHER Mostly Cloudy	WIND (S) 29.0 km/h
TEMPERATURE 7 °C	HUMIDITY 87 %

Runtastic



- ▶ Operační systém: iOS, Android, Windows Phone
- ▶ Vydavatel: Runtastic.com
- ▶ Cena: **Zdarma**, popř. jednorázový poplatek verze PRO 129,00,-Kč, prémium účet 269,99,- Kč/měsíc nebo 3098,00,- Kč/rok *nyní akce 1599,00,- Kč/rok*
- ▶ Rok výroby: 2009
- ▶ Jazyk: čeština
 - Adidas koupil aplikaci v roce 2015 za \$239 millionů



Runtastic FREE

- ▶ hlasový trenér
- ▶ mapuje tréninky v reálném čase pomocí GPS
- ▶ osobní deník tréninků
- ▶ měsíční měření převýšení, tempa, rychlosti, tepové frekvence, vzdálenosti, počtu tréninků, doby trvání a spálených kalorií
- ▶ osobních cílů
- ▶ výzva mezi přáteli

runtastic

00:28:54

Duration

1.70 Distance (mi) 205 Calories (cal) 16:59 Avg. Pace

Rock

Google Maps

TO PAUSE

< Fri, 1/10/14

09:21 Avg. Pace 485 Elevation Gain (m) 150 Avg. HR (bpm)

mi	Pace	Elevation Gain (ft)	Heart Rate (bpm)	
1.0	10:32	144 ft	72 ft	143
2.0	09:33	154 ft	164 ft	149
3.0	08:17	137 ft	173 ft	140
3.6	08:27	45 ft	75 ft	160

< Activity Setup

- Running
- Basic Workout
- Music & Story Running
- Select Route **PRO**
- Connect Heart Rate Monitor

START

Runtastic PRO

- ▶ Pokročilé statistiky v historii
- ▶ Intervalový trénink
- ▶ Bez reklam
- ▶ Automatická pauza
- ▶ Měření tepové frekvence
- ▶ Pokročilá tabulka mezičasů
- ▶ Propojení se Smartwatch
- ▶ Běh s výzvou (sám se s sebou)
- ▶ Tréninky s kalorickým cílem

runtastic PRO

9:51

Home Map Split Running

Jake Van Damme

169 GPS

DURATION

00:23:43

h:m:s

DISTANCE

2.59

mi

PACE
min/mi

08:53

AVG. SPEED
mph

6.5

ALTITUDE
ft

10

CALORIES
kCal

354

Pause | Stop

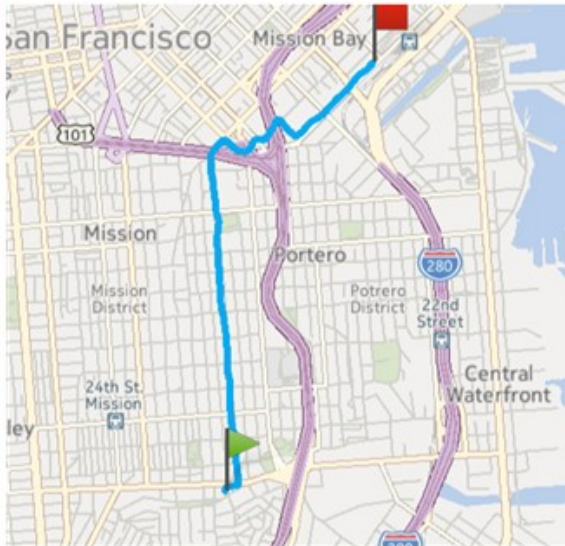


runtastic PRO

3:55

Map Split Running

Map Split Table Additio



runtastic PRO

10:04

Details

Basic Interval Workout

Consistent change between fat burning and aerobic zones. 10 min warm-up in beginner

[Show details](#)

Total

25:00

7x 5x 0x



Low

Medium

High

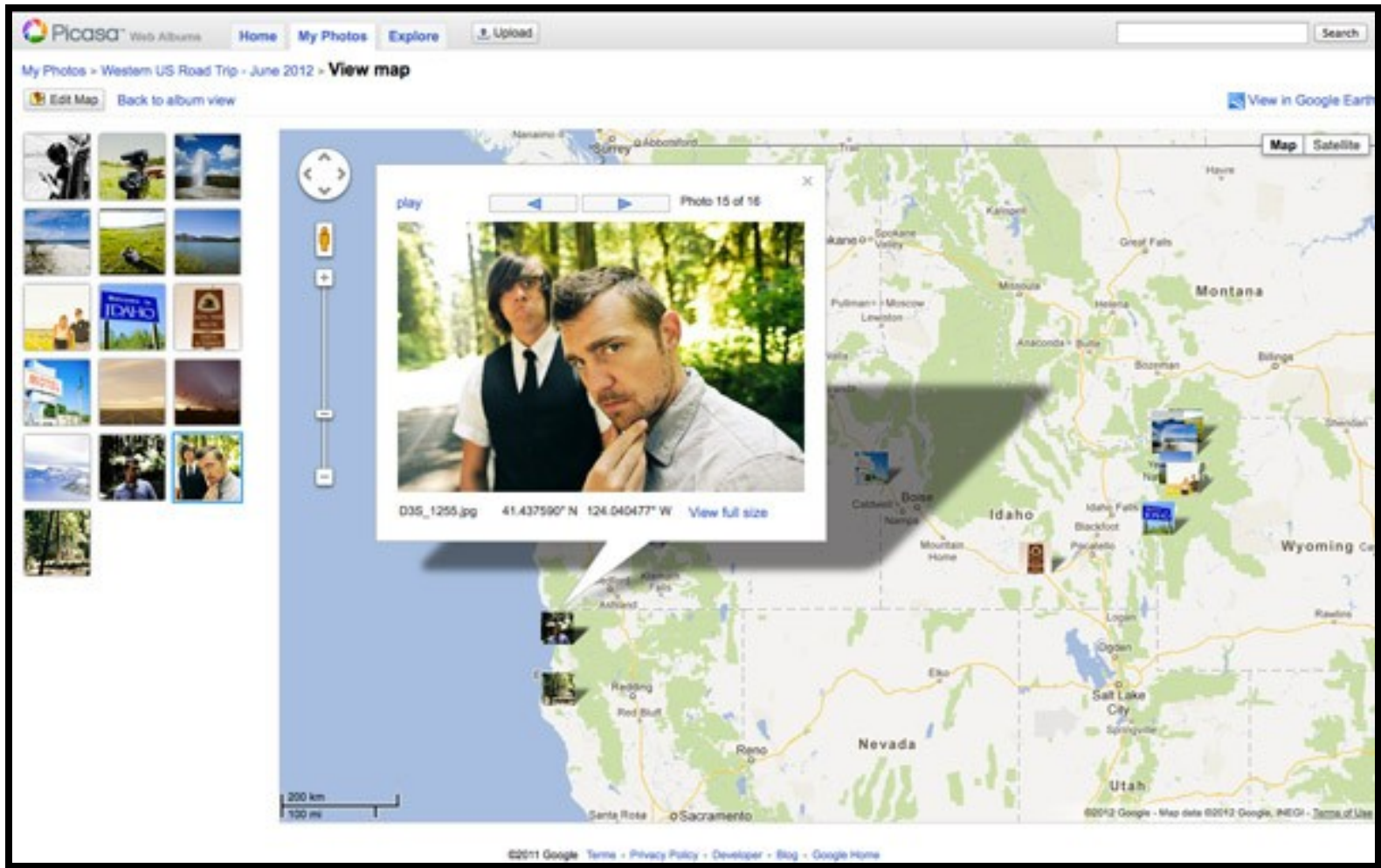
10:00



Runtastic PREMIUM

- ▶ Obsahuje všechny funkce Runtastic PRO, dále:
- ▶ Tréninkové plány zdarma
- ▶ Story run příběhy
- ▶ Trasy, intervaly a cíle
- ▶ Týdenní, měsíční a roční přehled aktivit
- ▶ Rekordy a osobní nejlepší statistiky

- ▶ „**Geotagging**“ – uživatel se na trase může vyfotografovat a poté si prohlédnout mapu s vyznačeným místem
- ▶ „**Live tracking**“ – jedná se o sledovací funkci, která ukazuje živě aktuální polohu uživatele.



Ano x ne ???

Děkuji za pozornost



Prostor pro dotazy?