

03. Juli 2005
11:31**Gemeinsam online strampeln**

Ein interaktiver Hometrainer soll Bildschirmhocker Schwitzen lehren

**Link**richtig-schlank.at

werbung

derStandard.at/AutoMobil**Angebote****MG MG TF**
2003; 17750 €**Volvo S60 Diesel**
2004; 26990 €**Skoda Octavia Diesel**
2000; 8900 €**Ford Transit Vario Bus Ds. Fronttr.**
2003; 20200 €**BMW Z 3 Roadster**
1997; 15980 €**Alfa Romeo Alfa 156 Diesel**
2004; 21500 €**Alfa Romeo Alfa 156 Kombi Diesel**
2003; 19900 €▶ **Weitere Angebote**

Natürlich hat sich Martin Schindl auch darüber Gedanken gemacht: dass man mit dem Hometrainer über das Web sehr nette Radrennen veranstalten könnte, nämlich. Aber damit, meint der Wiener Arzt, würde er genau jene Zielgruppe nicht erreichen, um die es ihm geht: Menschen, die sich nicht oder kaum bewegen. Und da vor allem Jugendliche, die sich in dem Teufelskreis aus falscher Ernährung und Nichtbewegung, Ausgrenzung durch andere, Rückzug ins Computerkammerl und daraus resultierender Noch-weniger-Bewegung befinden.

Hometrainer

Darum, erklärt der Gesundheits- und Sportmediziner, habe er vergangenen Herbst sofort gespürt, "dass das das Richtige ist": Schindl, der in seiner Praxisgemeinschaft in der Wiener Schreyvogelgasse (richtig-schlank.at) auf Ernährungsmedizin, gesundes Abnehmen und Sportmedizin spezialisiert ist, hörte in einem Vortrag eines deutschen, auf die Behandlung adipöser (fettsüchtiger, Anm.) Jugendlicher spezialisierten Kollegen vom "Web-Bike" - einem auf den ersten Blick stinknormalen Hometrainer.

Mehr zum Thema

abnehmen
Nachhaltig
abnehmen: 90
Diäten im Test
bezahlte Einschaltung

Biker-Avatare

Allerdings hängt das Gerät über ein Kabel am Rechner - und der im Netz. Und wie zum Chat treffen einander Web-Biker zu Radtouren: Biker-Avatare strampeln dann - nach Tempo gestaffelt - durch ein Landschaftsvideo. Am Bildschirmrand werden Trittfrequenz, Geschwindigkeit und Kreislaufdaten eingeblendet - und wer will, zeigt sich den fremden Freunden auch "echt". Via Webcam. Nur "ausreißen" geht nicht: Mehr als am Schirm einen kleinen Avatar-Vorsprung zu zeigen würde die Serverleistung überfordern. "Aber darum", erklärt Martin Schindl, "geht es dieser Zielgruppe ohnehin nicht."

"Aktivieren"

Das Ziel heiße schlicht "aktivieren" - und das gelte nicht nur für über das Netz zur Bewegung geköderte Jugendliche: Auch Erwachsene, die sich - sei es aus Zeitgründen oder gar, weil es da ästhetische Hemmschwellen (den Teufelskreis) gibt - zum Sport weder ins Fitnesscenter noch auf die Straße wagen, können unter ärztlicher Kontrolle trainieren: Alle Trainingsdaten landen am

▶ US-Hochschulen wollen Internet-Kompetenz von Studenten testen

▶ Gemeinsam online strampeln

▶ John Malkovich kann sich ein Leben ohne Internet nicht vorstellen

▶ Web-Lexikon Wikipedia räumt beim Grimme Online Award ab

☐ Netview, die Internet-Kolumne

▶ Neuer Rekord bei chinesischen InternetuserInnen

▶ Yahoo überarbeitet Free-Mail-Service

▶ Fraunhofer-Institut "IIS": MP3-Schmiede wird 20

▶ Oswalt Kolle is back: Das Internet macht uns zur "Masturbationsgesellschaft"

▶ Steirer bot Kinder pornos im Internet an - verurteilt

☐ Ein Leben als Superheld ist nicht billig

▶ US-Elektronik-Pionier Kilby stirbt an Krebs

▶ Chicago: Polizei stellt Namen und Fotos von Freiern ins Internet

▶ Europas Jugend sieht dank Internet weniger fern

▶ Linzer Computerspezialisten auf der Suche nach neuer Malaria-Medizin

▶ Kinderpornografie im Internet: 2004 gab es 3.732 Hinweise

▶ Ars Electronica: Animationsfestival feiert Premiere

▶ Neues System gegen Flugzeugcrashes

▶ Notebook als ergonomische Katastrophe

Nachlese

Rechner des Trainers/Mediziners - und auch die Wirbelstrombremse, also der Widerstand beim Treten, lässt sich online regeln.

► Erschossene Monitore, Laptops in der Friteuse, brennende Computer

Freilich, betont Schindl, könne das Ziel des Arztes nicht sein, seine Patienten auf Dauer im Zimmer zu halten: Irgendwann soll jeder hinaus. In die echte Welt. Aber wenn das Sporteln dort Spaß macht, kann man über den nächsten Schritt nachdenken. Zum Beispiel über Wettfahrten. Eventuell auch online. (Der Standard, 1. Juli 2005, Rondo, Thomas Rottenberg)

Ansichtssache

▣ Festplatte aus dem Gefrierfach

▣ Die Wahrheit ist da draußen!

▣ Zeig mir deinen Schreibtisch...

► Rätsel um Paris-Hilton-Hack gelöst

Google-Anzeigen

Ich habe 17 Kilo verloren

schreibt eine begeisterte Frau. Ihr Schlankgeheimnis erfahren Sie hier

bis zu 15 KG in 4 Wochen

einfach dauerhaft abnehmen, schlank in Rekordzeit, kein JoJo



© derStandard.at
2005