

# Training 2.0

## Online-Trainingspläne und Betreuung

Jetzt profitieren!

### Ihre Vorteile:

- detaillierte Trainingsvorgaben und Informationen in Wort, Bild und Video
- einfaches Erfassen und Austauschen von Trainingsdaten (z.B. absolvierte Trainingskilometer, Watt- und Herzfrequenzwerte)
- schnelles und flexibles Anpassen Ihrer Trainingsvorgaben an aktuelle Situationen (Wetter, berufliche Verpflichtungen, Krankheit)
- Archivieren und Dokumentieren Ihrer Trainingsdaten und Testergebnisse zur erfolgreichen Trainingssteuerung (z.B. absolvierte Kilometer, Laktat- und Krafttests)
- verständliches Darstellen der Trainingseffekte durch übersichtliche Grafiken
- weltweite Kommunikation mit Ihrem Trainer
- alle Daten an einem Ort, kein lästiges hin und her senden von Daten per E-Mail



### KONTAKT:

Wallenborn Sporthopädie GmbH  
Helene wallstraße 12, 50679 Köln  
E-Mail: [info@wallenborn.de](mailto:info@wallenborn.de)  
Telefon: 0221 981 / 036 0  
Web: [www.wallenborn.de](http://www.wallenborn.de)

