

Digitalisierung

im Studio

Softwaregestützte Anamnese und Zielkontrolle

Unsere Gesellschaft ist geprägt vom digitalen Wandel. Es verändern sich in besonderem Maße die ökonomischen Abläufe entlang der gesamten Wertschöpfungskette. Die Digitalisierung beeinflusst aber auch unseren Alltag, die Kommunikation untereinander und unsere Arbeitswelt.

Unsere täglichen Aktivitäten stehen im Fokus der digitalen Welt. Der Veränderungsprozess ist dabei so rasant, dass man ihn kaum wahrnehmen kann – wir erleben diesen als selbstverständlich. Smartphones, Tablets und WLAN – mittlerweile können wir

überall und zu jeder Zeit online sein. Damit wird deutlich: Wir befinden uns inmitten der digitalen Revolution.

Arbeitsprozesse

An der Fitnessbranche ist diese Entwicklung natürlich nicht vorbeigegangen, sie gilt ja auch als besonders offen für Innovationen. Es gibt nur noch wenige Arbeitsprozesse im Fitnessstudio, die nicht durch den digitalen Wandel beeinflusst werden. Neben der Vertragsverwaltung und Abrechnung, dem Kassensystem, dem Check-in und der Terminplanung, nimmt auch im Bereich der Mitgliederbetreuung die Digitalisierung stark zu. Softwaregestützte Trainingsplanung ist mittlerweile in vielen Fitnessstudios und Gesundheitseinrichtungen

zum Standard geworden. Bei Check-up und Anamnese liegt die Herausforderung für das Studio in der Aufbereitung und Darstellung einer Vielzahl von Daten aus verschiedenen Analysesystemen. Software ist für die Aufarbeitung und Darstellung großer Datenmengen ideal. Hier ist das Potenzial der Zeiteinsparung enorm, jedoch muss die genutzte Software über geeignete Workflows verfügen: Daten sollten auf Knopfdruck ausgewertet und Fortschritte visualisiert werden und dem Mitglied muss eine hochwertige sowie verständliche Darstellung der Analyseergebnisse zur Verfügung gestellt werden können. Nach Angaben von statista nutzen 2015 in Deutschland etwa 46 Millionen Menschen Smartphones. Daher liegt es nahe,

den Mitgliedern Ergebnisse aus Anamnese und Check-up auf ihrem Smartphone bereitzustellen. Hier sollten Apps die Zielsetzung verfolgen, die Kommunikation mit dem Mitglied bis ins Wohnzimmer zu ermöglichen. Das bietet dem Studio die Möglichkeit, immer und überall das Mitglied für die Nutzung von Bewegungsangeboten zu motivieren.

Neben der Mitgliedermotivation dienen die Informationen aus Check-up und Anamnese in besonderem Maße auch als Grundlage für eine gezielte Trainingsplanung. Daher ist es notwendig, eine Ergebnisübersicht aller Tests in einem einzigen Softwaresystem darstellen zu können, um die Arbeit des Trainers zu erleichtern. Im Idealfall sind dann noch Check-up und Trainingsplanung so eng miteinander verknüpft, dass die Ergebnisse zum Beispiel aus Beweglichkeits- und Kraftmessungen, Ausdauer- oder Functional Movement Screen direkt im Trainingsplaner verfügbar sind, damit der Trainer einfach und schnell korrektive Übungen für ein gezieltes Training findet.

Das wäre ein großer Beitrag zur Vereinfachung des Arbeitsalltags.

Die Realität sieht leider jedoch anders aus: Jeder Hersteller von Analysegeräten entwickelt seine eigene Softwarelösung für den „Stand-alone-Betrieb“. Für die Kombination von Analysegeräten für umfangreiche Check-ups konnte sich die Fitnessbranche in den letzten Jahren nicht auf eine einheitliche Schnittstelle zwischen den verschiedenen Analyse- und Softwaresystemen einigen. Daher ist hier noch jede Menge Optimierungspotenzial vorhanden. Ideal wäre die Aufbereitung aller Daten über eine einheitliche Schnittstelle in einem System, damit lästige und zeitaufwändige Mehrfacheingaben wegfallen und Ergebnisse professionell und einheitlich im Design des Studios dargestellt werden können.

Ein gutes Betreuungskonzept, bestehend aus Check-up, Re-Check, individueller Trainingsplanung und weiterer Kundenangebote, hilft aber nicht weiter, wenn die Umsetzung dieses Konzeptes

nicht auch gesichert ist. In diesem Fall ist die Vorausplanung mit geeigneten Softwaretools, wie automatisierten Aufgabensystemen, sinnvoll.

Betriebliche Gesundheitsförderung

Ein weiterer Bereich, bei dem Check-ups und Anamnese eine wichtige Rolle spielen, ist die Betriebliche Gesundheitsförderung. Die Betreuung größerer Firmen stellt Fitnessstudios und Gesundheitsdienstleister vor eine besondere Herausforderung, da je nach Betriebsgröße viele Daten in kurzer Zeit erhoben und verarbeitet werden müssen. Zur Vorbereitung eines Gesundheitstages ist es beispielsweise sinnvoll, Anamnesefragen schon im Vorfeld von den Mitarbeitern ausfüllen zu lassen. Hier bietet sich die Nutzung eines Internetportals an, bei dem sich die Mitarbeiter einloggen und die Anamnesefragen beantworten können. Ziel ist eine automatisierte Auswertung und Aufbereitung dieser Daten in einem Softwaresystem, um et- ▶

wa Erkenntnisse für nötige Veränderungen (Change Management) in betrieblichen Abläufen zu erhalten. Dieses Konzept spart enorm viel Zeit, ist kosteneffizient und in hohem Maße professionell organisiert. Das bringt Vorteile bei der Argumentation in der Unternehmensakquise mit sich. Hier hilft eine Zusammenfassung der Testergebnisse der Mitarbeiter weiter, die aus Datenschutzgründen nur anonymisiert dargestellt werden darf. So können Erfolge von Bewegungs- und Gesundheitskonzepten auch der Geschäftsführung kommuniziert werden.

Fitnessstracker

Interessant ist die Entwicklung der Fitnessstracker. Die rasant steigenden Umsatzzahlen von Aktivitätsbändern oder Smartwatches verdeutlichen das gestiegene Interesse der Menschen an der eigenen Gesundheit und dem Wunsch nach umfassenden Informationen in diesem Bereich. Ob Schritt- und Kalorienzähler, Messung von Herzfrequenz oder Schlafverhalten: Für das Studio liegt hier die Herausforderung darin, höchst interessante Daten nicht nur isoliert zu betrachten, sondern in einem ganzheitlichen Ansatz zu verarbeiten und dem Mitglied umfassende Informationen zu Gesundheitslevel und Bewegungsverhalten zu geben. Diese Geräte sollten nicht als Konkurrenz angesehen, sondern vielmehr zur Mitgliedermotivation eingesetzt werden. Demnach wäre es für den Trainer wünschenswert, diese Informationen in möglichst einfacher Art und Weise nutzen zu können, um entscheidende Informationen zu erhalten, wie sich die Mitglieder immer wieder aufs Neue gezielt ansprechen und motivieren lassen. Dies verdeutlicht zum Beispiel der Einfluss von Stress auf das Schlafverhalten: Wenn der Trainer die Möglichkeit hat, diese Parameter beim Mitglied zu überwachen, kann er ihm bei Verhaltensänderungen ganz gezielt helfen. Das zeigt aber auch, dass die Kompetenz der Mitarbeiter, wie Trainer oder Personal Coaches, stark vorangetrieben werden muss.

Auch der Vergleich bestimmter Analysedaten (z.B. tägliche Aktivität) von Mitgliedern im Studio oder auch anderen Gruppen über soziale Netzwerke oder andere Plattformen ist interessant. Entwickelt sich hier ein Wettbewerb

durch den Vergleich erzielter Erfolge in den jeweiligen Gruppen, entsteht eine Eigendynamik, die eine Motivation für die Ausübung von Bewegungsinhalten zur Folge hat, für die ein Trainer z.B. bei einem 1:1-Coaching eine ganze Menge Zeit aufwenden müsste..

Sicherheit

Betrachtet man nun, wie viele Daten über die Mitglieder gesammelt werden, rückt natürlich auch das Thema Datensicherheit in den Fokus. Egal, ob es sich um die Anwendung im Fitnessstudio handelt oder um die App, die das Mitglied nutzt: Die Daten müssen so sicher wie möglich sein, d.h., die Software ist vom Anwender dahingehend zu untersuchen. Am sichersten sind die Daten noch immer, wenn sie nicht auf Servern im Internet verfügbar sind. Diese Anforderung gibt es häufig noch in der betrieblichen Gesundheitsförderung gerade bei größeren Unternehmen. Ein Nachteil ist aber sicherlich der damit verbundene Verzicht auf Apps für Trainingsbetreuung oder Onlineterminale.

Bei Fragen zum Datenschutz sind jedoch nicht nur die Anwender und Softwarehersteller gefragt, sondern vor allem auch die Politik. Es müssen Konzepte zum Umgang mit diesen Daten im Internet her.

Check-up-Inhalte

Neben der Vereinfachung von Arbeitsprozessen bei Check-up und Anamnese sowie der Steigerung der Qualität der Analysen durch innovative technische Geräte und Software kommen zukünftig auch dem Inhalt und der Ausrichtung eines Check-ups mehr Bedeutung zu.

Durch die Konkurrenz der Discounter und weiter sinkende Preise für Mitgliedschaften müssen inhabergeführte Fitnessstudios, aber auch die Premium-Ketten, ihr Profil schärfen. Auf dem zweiten Gesundheitsmarkt ist mitunter durch das neue Präventionsgesetz die steigende Nachfrage nach betrieblicher Gesundheitsförderung sowie die steigende Bereitschaft der Menschen, selbst in ihre Gesundheit zu investieren, viel Potenzial vorhanden, um konkurrenzfähig zu bleiben. Beispiele hierfür sind etwa Angebote wie Atemgasanalyse zur Leistungsdiagnostik oder die Analyse des Stoffwechsellags mit geeigneten Geräten. Jedoch gilt es, die Konzepte an die Anforderungen anzupassen, die beispielsweise Krankenkassen an einen Check-up stellen. Das heißt es wird künftig nicht ausreichen, alle Mitglieder einmal im Jahr auf die Waage zu stellen. Vielmehr müssen Check-ups an einem bestimmten Gesundheits- oder Trainingsziel ausgerichtet sein, das im Idealfall auch erreicht wird.

Fazit

In Zukunft werden in Fitnessstudios immer gezieltere Gesundheitschecks angeboten, die mit Software hochwertig dargestellt werden und dabei optimierte Workflows bieten. Mitentscheidend für die erfolgreiche Nutzung von Software für Check-up und Anamnese sind auch die Entwicklung und der Wille der Mitarbeiter, mit dem vorhandenen System professionell umzugehen. Hier ist der Studiobetreiber gefordert, dies zu garantieren. Denn am Ende hat der Studiobetreiber durch den Einsatz von Software mehrere Vorteile: Neben der Erleichterung von Arbeitsprozessen und Zeiteinsparung bietet sich die Möglichkeit, zu kontrollieren, ob die anfallenden Arbeiten vom Personal in entsprechender Qualität durchgeführt werden.

Christian Bösing



Moderne Softwaresysteme im Fitnessstudio sollen unter anderem die Arbeit des Trainers erleichtern und Mitglieder zum Sport motivieren



Christian Bösing – Diplom-Sportwissenschaftler und Vertriebsleiter bei medo.check. Das Unternehmen medo.check bietet Software für Fitness- und Gesundheitsdienstleister speziell für den Bereich hochwertiger Mitgliederbetreuung.