



running.COACH
Dein online Trainingsplan

HAPPY BIRTHDAY TO ME: 6 Jahre running.COACH

running.COACH, der grösste Online-Trainingsplan Europas, feiert diesen Herbst Geburtstag und blickt auf sechs Jahre Trainingsplanung zurück. Unseren individuellen, dynamischen und abwechslungsreichen Trainingsplan haben wir laufend weiterentwickelt, damit unsere User ihre Laufziele mit Freude erreichen können. Aus aktuellem Anlass schenken wir unseren Usern die neusten Funktionen (Garmin-Download und dynamische Aktualisierungen) sowie die Silber-Aktion.

Neuheit: Trainings-Download auf die Garmin-Uhr



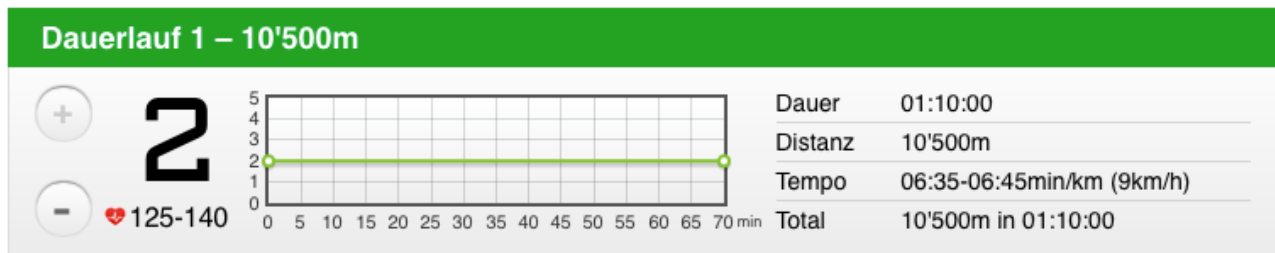
Alle Besitzer einer Garmin-Uhr profitieren nun von einem Download unserer Trainings direkt auf die Uhr. Neuerdings können die zukünftig geplanten Trainings mit ein paar Klicks direkt auf die Garmin-Uhr geladen werden. Eine detaillierte Anleitung gibt es hier:

<http://blog.runningcoach.me/blog/2016/10/13/neuheit-trainings-download-auf-die-garmin-uhr/>

Schuhe binden, Start Button drücken, Kopf ausschalten und los

Nach dem Download gibt die Uhr den Takt an: Die Tempo- und Distanzvorgaben aus unserem Trainingsplan sind direkt auf der Uhr sichtbar und bei einer zu schnellen oder langsam Pace meldet sich diese. Auch das Trainingsende verkündet die Uhr.

Noch dynamischer und individueller: running.COACH Aktualisierungen



Wir haben deine Trainings analysiert und bemerkt, dass du gut in Form bist! Damit du deine Ziele noch besser verfolgen kannst, möchten wir deinen Plan an dein aktuelles Fitness-Level anpassen! Ist das OK für dich? ✕

Ja, gerne

Nein, danke

Die Details unserer neusten Aktualisierungen (Rehaplan, Anpassung Puls sowie Intervall und Mitteltempo) gibt es hier auf einen Blick:

<http://blog.runningcoach.me/blog/2016/10/11/running-coach-dynamische-aktualisierungen/>

SILBER-Aktion

Aus aktuellem Anlass (sechs Jahre running.COACH) schenken wir bis am 31. Oktober 2016 das Silber-Abo zum Preis des Bronze-Abos. Jetzt ist der ideale Zeitpunkt, um ein neues Ziel im 2017 in Angriff zu nehmen. Grosse und kleine persönliche Ziele bringen eine extra Motivation für das Lauftraining im Winter und running.COACH unterstützt dies gerne!

Für weiterführende Informationen:

Stefanie Meyer

Content Manager

stefanie.meyer@runningcoach.me

+41 62 207 56 74

Olten, 21. Oktober 2016