



## **Kollaboratives Gesundheitsmanagement: „Wie Freunde meinen Schweinehund bezwingen“**

Neue Version der myVitali iPhone App ermöglicht den Vergleich mit Freunden

**WIDNAU, 14.06.2012. Zu wenig Bewegung, zu viel Essen, zu viel Schweinehund. Etwas für die eigene Gesundheit zu tun, scheitert beständig an mangelnder Motivation oder dem fehlenden Spaßfaktor. Für den nötigen Ansporn bräuchte es allerdings nur ein paar Freunde. Und eine App, um sich mit ihnen messen zu können. Den vitalen Vergleich ermöglicht dabei der Vitalquotient, welcher mit der neuen Version der myVitali iPhone App nun kostenlos zur Verfügung steht.**

Gesundheit ist etwas Individuelles. Um trotzdem gemeinschaftlich, sprich kollaborativ, am physischen wie psychischen Wohlbefinden zu arbeiten, entwickelte myVitali den Vitalquotienten. Dieses Instrument bewertet die persönliche Vitalsituation und gewährleistet damit den Vergleich auf „Augenhöhe“. Unabhängig von Alter und Geschlecht. Ein 65-Jähriger will sich mit seinem Enkel vergleichen? Kein Problem. Genauso lädt man für eine bessere Selbsteinschätzung, oder für den Extraschub an Motivation, einfach seine Freunde ein. Oder vielleicht auch nur den Ehepartner.

Die spontane Joggingrunde am Abend oder ein zügiger Spaziergang in der Mittagspause machen tatsächlich mehr Spaß, wenn man anschließend in der Rangliste nach oben klettert. So entsteht ein Wettkampf, der quasi als Nebenwirkung Gesundheit und Vitalität fördert. Beeinflussen lässt sich der Vitalquotient auf vielen Ebenen, z.B. durch die Gewichtsabnahme oder durch eine Steigerung der (Alltags-)Aktivität.

„Wir beobachten, dass hier gerade ein Volkssport entsteht,“ erklärt Oliver J. Wolff, und beschreibt mit dem Unternehmens-Claim „Gesundheit darf Spaß machen!“ die Idee hinter der Weiterentwicklung seiner iPhone App. „Zudem wollen wir Gesundheit für die Masse schaffen. Deshalb stellt myVitali den Vitalquotienten ab sofort für jedermann kostenlos zur Verfügung“, ergänzt der Geschäftsführer der myVitali AG.

Download der myVitali App unter:

<http://itunes.apple.com/at/app/myvitali/id416528826?mt=8>

### Über myVitali

Die myVitali AG mit Sitz in Widnau (CH) vertreibt webbasierte Software für Gesundheitsmanagement, Lifestyle und Fitness. Die Lösungen für Endkunden lassen sich untereinander und mit spezialisierten Lösungen für Experten (Coaches, Trainer, Ärzte) vernetzen. Die Produktlinie ermöglicht die Erfassung, Interpretation und Visualisierung von Vitaldaten und des Gesundheitszustandes und zeichnet sich aus durch einfachste und intuitive Benutzerführung aus.

Weitere Informationen über myVitali unter [www.myVitali.com](http://www.myVitali.com)

Medienkontakt: Martina Dannheimer | [presse@myVitali.com](mailto:presse@myVitali.com) | +43 (5574) 90 60 90