

Nützliche Tools auf Sport Attack

Falls Sie sich in letzter Zeit als regelmäßiger Leser wundern, warum die Anzahl an neuen Artikeln ein wenig abgenommen hat, können wir Ihnen das an dieser Stelle beantworten. Sport Attack wird um einiges erweitert.

Heute sind z.B. der BMI-Rechner und der FFMI-Rechner dazu gekommen. Damit erhalten Sie nützliche Tools, mit denen Sie Ihr Training optimieren und Auswerten können.

Vielleicht kennen Sie auch schon den Sport Attack Workout Manager – auch hier wird sich noch einiges tun. Auch, wenn dieser schon sehr gut funktioniert und viele Übungen beinhaltet, sollen noch viele Übungen mehr dazu kommen. Vor allem auch soll es auch Trainingspläne für Functional Fitness und Calisthenics geben. So können Sie plattformunabhängig mit Ihrem Smartphone als Coach trainieren – ganz egal ob im Fitnessstudio oder draußen – ganz egal, ob klassisches Krafttraining, Crossfit, oder Bodyweight Drills.

Mehr zum Sport Attack Workout Manager

Zu den Tools werden in kürze noch Rechner zur einfachen Bestimmung Ihres Körperfettanteils hinzugefügt. Geplant ist außerdem ein Trainingslog für das Ausdauertraining.

Man darf also gespannt sein!