



Wohin man heute schaut, nahezu überall sind die Fitnessstracker vorzufinden.

Jene Wearable Gadgets die alles aufzeichnen, was wir so den Tag über machen, je nach Modell natürlich. Auf den ersten Blick erscheint es zwar mal interessant, wie viel Schritte man z.B. am Tag zurücklegt, aber beschäftigt man sich mit diesem Thema mal etwas intensiver, dann bekommt man doch einen anderen Blickwinkel.

Ich will nicht abstreiten, dass ich beim ersten Test eines solchen Bandes für unseren Blog nicht auch neugierig war und wie man unschwer erkennen kann, haben wir hier bei Rund ums Rad schon einige Fitnessarmbänder im Test gehabt.



Jawbone UP24





Es ist schon interessant den Fortschritt in diesem Bereich so zu beobachten. Ein ständiges Wettrennen um noch mehr Features hat bereits seit längerer Zeit begonnen und ein Ende ist nicht in Sicht. Man muss fairerweise aber schon zugeben, dass es mal sehr interessant ist, wie viel Schritte man am Tag zurücklegt. Da würde sich der ein oder andere sicherlich wundern. Wäre ja alles schön und gut, wenn nicht ein „ABER“ kommen würde. Und dass sind hier (zumindest mal meiner Meinung nach) gleich zwei große Aber.

## Das speichern in der Cloud

Es vergehen kaum Tage in denen nicht über den Datenschutz gesprochen wird. Sei es in Bezug auf eine Vorratsdatenspeicherung seitens der Regierung, oder weil Facebook und Co. mal wieder an ihren AGBs herumschrauben.

Wir sind vorsichtiger geworden, ja nahezu misstrauisch. Wobei ich ehrlich gesagt manche Leute nicht verstehe. Unterschreiben Petitionen, Rennen auf die Straße um gegen eine Vorratsdatenspeicherung vorzugehen (was ja ok ist) um dann aber im Umkehrschluss auf Facebook zu posten, dass man gerade um 06:34 Uhr aufgestanden ist und erst mal unter die Dusche geht. Da kann man sich eigentlich jeglichen Kommentar sparen.

Die Fitnessstracker nutzen im Grunde alle irgendwelche Clouddienste um die Daten von dem Band zu speichern bzw. hübsch aufzubereiten. Klar, irgendwo muss ich ja meine Daten auswerten lassen. Aber wer sagt mir, dass die Daten in der Cloud vom Anbieter XY sicher sind? Es wird zwar in den AGBs immer darauf hingewiesen, dass die Daten nicht an Dritte weitergegeben werden, aber wer sich im Internet ein wenig auskennt, der weiß, dass solche Daten für diverse Unternehmen (sog. „Data-Broker“ Gold wert sind und alles eine Frage des Preises ist.

Besser wäre es doch, wenn die Hersteller eine eigenständige Software für den heimischen PC anbieten um dort die Daten abzulegen. Dies hätte aber dann wieder den Nachteil, dass man seine „Fitnesserfolge“ nicht von überall aus auf einer Smartphone-App abrufen kann.

Und genau das wollen ja die meisten. Dem Kollegen auf der Arbeit mal eben am Smartphone seine Erfolge



unter die Nase reiben bzw. ständig auf dem aktuellen Stand sein, wie viele Schritte man schon hinter sich hat. Da kommt man an einer Cloudlösung nicht vorbei.

## Fitnesstracker und die Versicherungen

Die USA sind ja in vieler Hinsicht ein Trendsetter, ob dieser nun gut ist oder nicht, sei mal dahingestellt. Aber auch im Land der unbegrenzten Möglichkeiten ist das Thema Fitnesstracker ganz groß.

Dort gibt es bereits seit längerem sogenannte „Workplace-Wellness-Programme“ die sich einer großen Beliebtheit erfreuen.

Unser Freund Wikipedia gibt hierzu folgendes aus:

**Workplace Wellness ist jede betriebliche Gesundheitsförderung, Tätigkeit oder Organisationspolitik, die gesundes Verhalten am Arbeitsplatz zu unterstützen und die Behandlungsergebnisse zu verbessern.**

Quelle: [http://en.wikipedia.org/wiki/Workplace\\_wellness](http://en.wikipedia.org/wiki/Workplace_wellness)

Das Ziel dieses Programmes ist auf jeden Fall gut gemeint. Es soll die Mitarbeiter sowie deren Familienmitglieder dazu ermutigen, einen gesunden Lebensstil zu führen.

Wer die vorgegebenen Gesundheits- bzw. Fitnessziele erreicht, der erhält von seinem Arbeitgeber entsprechende Prämien. Auf der anderen Seite spart der Arbeitgeber dann entsprechend Krankenversicherungsbeiträge und kann/muss davon ausgehen, dass sein Mitarbeiter Fit ist und weniger durch Krankheit ausfällt.

Wenn man das so liest, eigentlich eine Win-Win-Situation.

Auch in Deutschland besteht schon seit längerem die Diskussion, ob nicht auch Krankenkassen entsprechende Daten von Fitnesstrackern auswerten um entsprechende Vergünstigungen zu vergeben.

Dies klingt auf den ersten Blick mal interessant, kann man doch Geld sparen, aber auch nur auf den Ersten. Sind wir mal ehrlich. Will ich meine Fitnessdaten meiner Krankenkasse oder gar meiner Lebensversicherung anvertrauen?

Ob ich mich Fit halte oder nicht, das möchte ich schon mir selber überlassen und nicht von einer Versicherung vorschreiben lassen. Fraglich ist auch, was man bei solchen Projekten im Endeffekt an Beiträgen spart.

Zudem muss man sich auch mal vor Augen halten, was im Falle eines Versicherungsfalls dann auch ausbezahlt / bezahlt wird. Sind wir ehrlich, Versicherungen zahlen ungern Beträge aus und oftmals sind es zähe, langwierige Verhandlungen. Und wenn man dann sowieso krank ist, hat man vermutlich gar nicht die Kraft sich lange damit herum zu ärgern.

Nein, ich will mit diesem Artikel die Fitnesstracker keineswegs schlecht machen oder verteufeln. Es sind wie eingangs erwähnt interessante Geräte die auch einen Nutzen bringen können.

Man muss sich halt im Grunde im Klaren sein, was mit seinen Daten geschieht.

In Bezug auf die Idee mit den Versicherungen muss man einfach mal abwarten was die Zeit bringt. Aber ich gehe mal aktuell davon aus, dass ein ähnliches Programm wie in den USA kommen wird. Schließlich werden wir durchschnittlich auch immer Älter und im Grunde ist es doch so, dass wir vermutlich in den letzten 10 Lebensjahren für die Kassen am teuersten sind. Dies ist von mir jetzt eine Vermutung, aber ich bin mir sicher, dass es hierzu bereits diverse Statistiken gibt.

Es bleibt nur zu hoffen, dass solche Programme dann auf freiwilliger Basis sind und die Beiträge für „Nichtteilnehmer“ nicht exorbitant steigen um alle in so ein Programm zu „pressen“.

### Hinweis



Dieser Artikel spiegelt lediglich die persönliche Meinung des Autors. Jeder sollte sich zu dem Thema seine eigene Meinung bilden. Der Artikel soll jedoch zum Nachdenken anregen.

**Doch was ist eure Meinung zu dem Thema?**

**Nutzt ihr einen Fitnessstracker? Habt ihr euch darüber schon mal Gedanken gemacht? Und vor allem: Würdet ihr an so einem Programm einer Krankenkasse mitmachen?**

Schreibt uns eure Meinung und lasst uns darüber diskutieren.

