



Ligesom man har en social profil på facebook.com og en professionel på LinkedIn, skal man have en sportsprofil hos os.

Lykke Kjeldsen, en af de tre grundlæggere af Endomondo

Med mobilen som løbemakker

Med en mobiltelefon kan man konkurrere med sig selv eller med vennerne. Snart kan man også løbe mod sin ven i Ringkøbing, selvom man selv bor og løber i Haderslev.

ANDERS AARKROG JEPSEN

anders.aarkrog@jp.dk

Mobiltelefoner kan alt. De vækker os om morgenen, og de tænder brændeovnen og opvarmer huset, inden vi kommer hjem. De foreviger vennerne og familien på billeder og filmklip. Naturligvis er ens mobiltelefon også en evig trofast træningsmakker, når man vil løbe en tur – mens alle ens løbevenner er på arbejde.

Mobiltelefonen var omdrejningspunktet, da tre unge iværksættere med fælles interesse for motion og idræt satte sig sammen for at udvikle et nyt produkt, der skulle kombinere teknologi, fleksibilitet og fællesskab. Resultatet hedder Endomondo – eller oversat til dansk – en verden af endorfiner.

Visionen hos de tre iværksættere er at få flere mennesker til at være mere aktive. Det skal gerne ske med noget teknologi, som gør motion sjovere og mere motiverende. Ideen var at udvikle et mødested på nettet, hvor man kan have sin sportslige profil.

»Vores mål er, at man på sigt får sin sportsprofil her. Ligesom man har en social profil på facebook.com og en professionel på LinkedIn, skal man have en sportsprofil hos os. Indtil videre, tror jeg, at folk primært bruger den individuelle service. Men efterhånden, som ens venner får gps-telefoner, bliver fællesskabslementerne mere nyttige og sjovere. Udviklingen går mod, at langt de fleste telefoner har gps om et år,« siger Mette Lykke Kjeldsen, som er en af de tre grundlæggere.

En løbecoach hjælper

I det program, som man downloader til sin telefon, er der indbygget en løbecoach. Det minder lidt om en gps til

bilen med navigationssteme. En kvindestemme fortæller under løbeturen, hvor hurtigt man løber, og hvad sluttiden bliver i det nuværende løbetempo.

Snart bliver det også muligt at løbe direkte mod venner, som bor et andet sted. Via programmet kan telefonen sammenholde ens præstation med en løbetur, som ens ven har løbet et helt andet sted – på et andet tidspunkt.

»Dermed ophæver man også lidt tid og rum. For mange er det fleksibilitet, der er afgørende, når de er aktive. Det er bla. en af årsagerne til, at løb har så stor succes i tiden. Men det er stadig vigtigt, at der er noget socialt omkring motionen. Det virker som en motiverende faktor,« siger Mette Lykke.

Man kan også følge med på nettet live, hvis ens venner eksempelvis løber maraton i København. Så kan man på hjemmesiden se, hvordan personen bevæger sig rundt på et kort, og man kan følge med i tempo og tilbagelagt distance.

KRAV

Hvad skal man bruge?

Endomondo kræver en gps-telefon, og i øjeblikket virker det med modeller fra Nokia, Samsung og LG. Fra februar tilføjes nye modeller fra Sony Ericsson, HP og HTC (se mere på www.endomondo.com).

Prisen for at sende data fra mobiltelefonen varierer fra teleselskab til teleselskab. Det koster ca. 30 øre i timen. Det er gratis at bruge Endomondo.

Endomondo kan bruges til live-tracking. Under DHL-stafetten i København løb Wilson Kipketer med Endomondos tracker. Det samme gjorde flere erhvervsfolk under New York Marathon i et samarbejde med Eurosport.

PÅ NETTET

Hvordan fungerer det?

- Opret en profil på www.endomondo.com
- Download tracking-programmet til din mobiltelefon med gps.
- Åbn programmet, og tryk på start, inden du løber, cykler, går m.v.
- Tryk på stop, når du er færdig.
- Log in på www.endomondo.com, og se din tur på et kort sammen med bl.a. distance, hastighed og kalorieforbrug.

OM ENDOMONDO

Hvad er formålet?

Endomondo er udviklet til alle former for bevægelsesmotion: løb, cykling, stavgang m.m. Mens du er af sted, får du automatisk registreret rute, distance, sluttid, gennemsnits- og tophastighed, kalorieforbrug, højdemeter m.m. Registreringen sker real-time og uden manuelle dataoverførsler til computeren. Telefonen kan enten sidde i en særlig holder på armen eller ligge i en lomme eller taske.



Når Berit Didriksen har spændt telefonen fast, tænder hun for den løbecoach, som for hver kilometer fortæller hende, hvor hurtigt hun løber i forhold til tidligere ture.

KLUMME

RUBEN LUNDTOFT
puls@jp.dk

Hr. og fru hakkebøf

VM i håndbold er stærkt profileret, men man bør ikke glemme, at det er breddeidrætten, som fortjener den største opmærksomhed.

I den seneste uges tid har jeg næsten hver aften siddet klistret til skærmen for at følge VM i håndbold for herrer. Som gammel håndboldspiller er jeg dybt fascineret af de danske stjerner som Knudsen, Jensen og Hvidt – dels fordi de er de bedste spillere fra Danmark, dels fordi det helt elementært får pulsen op at følge deres kamp for medaljer. Siden starten af turneringen har deres indsats – god som skidt – været et fast samtaleemne, når jeg har mødet med kollegaer, venner og bekendte. For der er bare rigtig mange i det ganske land, der er optaget af de danske jernmænd i de få uger i løbet af året, hvor mesterskaberne står på. Men det skal ikke sløre for, at eliten i alle idrætsgrene kun udgør en forsvindende lille del af det samlede antal, der dyrker idræt for sjov og for motionens skyld. Og derfor kan den stærke medie-fokus på Knudsen, Jensen og Hvidt godt skævvride det samlede billede af idrætten.

For er der egentlig en sammenhæng mellem den eksponering, som f.eks. håndbold oplever, og tilgangen af unge spillere til den konkrete idræt? Svaret er nej – gennem de seneste år er der f.eks. ikke sket nogen signifikant fremgang inden for de sportsgrene, hvor vi har opnået de største og fleste medaljer – i nogen tilfælde er der endda over en årrække sket det modsatte. Sagt med andre ord: Der er intet belæg for at sige, at elite skaber bredde. Alligevel er "elite skaber bredde"-argumentet ofte anledning til, at kommuner enten bygger eller har planer om at opføre dyre og ofte monstrøse faciliteter specielt til eli-

ten. Det er – lyder argumentet fra kommunerne – nødvendigt for at skaffe plads til de mange tusinde tilskuere, for at give eliten de bedste betingelser og for at tiltrække de største sportsbegivenheder.

Og det sker, samtidig med at man i kommunerne fuldt ud er klar over, at det dels er økonomisk uholdbart, dels går ud over byggeriet til bredden – altså idrætsfaciliteter til den helt almindelige dansker. Samtidig står vi som samfund over for den kæmpe udfordring, at for mange danskere dyrker alt for lidt motion.

Sagt med andre ord: Kommunerne vender det blinde øje til breddens behov for idrætsfaciliteter. Det skal jo ikke fratage mig og andre muligheden for at blive henrevet af Knudsen, Jensen og Hvidt. Blot vil jeg udtrykke et håb om, at der også bliver plads til dem, der trods alt er flest af – dem, der blot ønsker at dyrke idræt for at få motion, fællesskab og sjov – dig og mig, hr. og fru hakkebøf.

Ruben Lundtoft, 45 år
Projektleder i foreningsfitness, et samarbejdsprojekt mellem DGI og DIF.



EKSTRA BLADETS VM-HOLD

Ekstra
Bladet

FLEST SIDER OM VM

EKSPERT

Køb
Ekstra Bladet
i dag



PETER BAGGE



FINN STILLING



LARS POULSEN



JAN KJELDTOFT



PETER ELSNAR



KLAVS RASMUS JØRGENSEN