



Calistix von Nico Friedrich, die Workout-No-1-App

Für iPhone im iTunes-Store. Erste Fans sagen: "Calistix - auf jeden Fall besser als Aerobic mit Jane Fonda ... !" - " ... - und bei allen sportlichen Ambitionen ein Programm mit mehr Hype-Potenzial."

Wenn Nico Friedrich in Hollywood aufgewachsen und Schauspieler geworden wäre, hätte Brad Pitt bei den Frauen einen schweren Stand. Nico ist 1,75 Meter groß, mit 72 Kilogramm hat er das optimale Kampfgewicht; blaue Augen, blond. Klingt nach Filmstar. Hat auch was davon.

Nico, Gründer, Inhaber und Chefentwickler des App-Schneiders "friedrich. professional solutions" in Berlin, lässt seine Blicke stolz über eine Neuentwicklung gleiten, wie es sie bisher noch nicht gab.

Bei aller Verspieltheit konzentriert, erzählt der Mann, der 31 Jahre alt und dennoch irgendwie ein Junge geblieben ist, von seiner Kellerwerkstatt in Berlin - und der Arbeit, die er dort seit Monaten mit einem eingeschworenen Team von Verbündeten geleistet hat: Seit dem 12. 12. 12 kann sich jeder, der will, von dieser Leistung selbst überzeugen - und davon profitieren.

"Calistix" heißt das Baby.

Dahinter verbirgt sich ein Workout-Programm, wie es viele gesucht, bisher auf dem nach Hunderttausenden zählenden Markt der iPhone-Apps aber noch nicht gefunden haben. "Fit in 5 Minuten am Tag, und das nach einem völlig selbstbestimmten, eigenen Rhythmus", sagt Nico, "nach neuesten Erkenntnissen definiert und gestaltet, das gab es in dieser Form bisher nicht."

Nun gibt es das. Aus der iTunes-Vorschau vom 12. Dezember liest Nico vor: "Die Calistix Fitness App ist der Trendsetter für effektives Ganzkörpertraining für Männer und Frauen mit garantiertem Spaß- und Abwechslungsfaktor. Als persönlicher Fitness-Trainer stellt Calistix nahezu unendlich viele verschiedene Workouts aus über 130 Übungen trainingsmethodisch sinnvoll zusammen. Somit werden jedes Training und alle Zielvorgaben an Deine individuellen Bedürfnisse angepasst, während Calistix dafür sorgt, dass dabei alle Muskelgruppen und Körperpartien berücksichtigt werden. Schluss mit einseitigem Training, bei dem der gewünschte Effekt einer wohlgeformten Figur ausbleibt - Calistix hat Deinen ganzen Körper im Blick und ist der Schlüssel zu ganzheitlich besserem Wohlbefinden und einem stärkeren Selbstbewusstsein." [Öffnet externen Link in neuem Fenster](#) mehr auf der Seite von Calistix lesen

Nico Friedrich ist kein Mann, der prahlt. Dem gestählten Körper des Sohnes von Frank-Michael Friedrich, Ex-Chefverbandstrainer der österreichischen Judo-Nationalmannschaft, sieht man zwar durchaus an, dass er mit Muskeln und Sehnen umzugehen versteht. Trotzdem weist es Nico als Gerücht zurück, dass sich Arnold Schwarzenegger als einer der ersten von der Qualität der App überzeugt und zufrieden "well done Job" gegurgelt haben soll.

Nein, so einer ist Nico nicht. Ganz im Gegenteil: Seinen eigenen Namen als Entwickler würde er dem Produkt, einer App, die selbst trainingsfaule Menschen glücklich und trainingseifrige Menschen zufriedener macht, am liebsten hintenanstellen; hinter das Team und seine Mitarbeiter. Die lobt Nico nun so: "5 Programmierer haben daran mitgearbeitet. Ein Sportwissenschaftler hat jede der 130 Übungen trainingsmethodisch begleitet und in ihren Wirkungsweisen untersucht. Im Team haben wir Texter, Models, die jede Übung in jeder Phase vorführen, Fotostudios, Designer, Tonstudios, Übersetzer. Calistix ist in Deutsch, Englisch, Russisch und Chinesisch abzurufen - und weitere Sprachen werden vorbereitet."

So viel Professionalität hat auch die Entscheider bei Apple begeistert.

Und so kann man bereits erste Feedbacks von Fans zitieren: "Calistix - auf jeden Fall besser als Aerobic mit Jane Fonda ... !"

" ... - und bei allen sportlichen Ambitionen ein Programm mit mehr Hype-Potenzial."

Mehr über "friedrich. professional solutions" - die Firmenseite von Nico Friedrich

<http://www.gt-worldwide.com>

Mehr in GT - dem deutschen Online-Magazin für Politische Kultur.

Wer mit klugen Lesern rechnet, steht in GT.

GT
Chefredakteur Norbert Gisder
15712 Königs Wusterhausen
Telefon: 03375-21 56 62
Telefax: 03375-21 56 60
Mail: mail@gt-worldwide.com
www.gt-worldwide.com

Pressekontakt

GT - Deutsches Online-Magazin für Politische Kultur

Herr Norbert Gisder
Dorfstraße (Kablów Ziegelei) 15
15712 Königs Wusterhausen

gt-worldwide.com
n.gisder@gmx.de

Firmenkontakt

GT - Deutsches Online-Magazin für Politische Kultur

Herr Norbert Gisder
Dorfstraße (Kablow Ziegelei) 15
15712 Königs Wusterhausen

gt-worldwide.com
n.gisder@gmx.de

GT - Über das Online-Magazin für Politische Kultur und Mobilität.

Journalisten von rms veröffentlichen seit 1998 Berichte, Reportagen, Feature, Kommentare und Fotos in Zeitungen im In- und Ausland. Seit 12 Jahren liefert rms Texte, die in Millionenauflagen in den großen Printmedien gedruckt worden sind. GT bündelt redaktionelle Kompetenzen u.a. in den Bereichen Technik, Wirtschaft, Luftfahrt, Seefahrt, Auto, Tourismus, Medizin, Reise, Kultur, Politik.

Mit dem meinungsstarken Online-Magazin GT richtet sich rms an Leser, die gerade im Internet Qualitätsjournalismus und Hintergründe fordern und sich nicht mit dem schönen Schein der oft ärgerlich oberflächlichen Aktualität begnügen. Mit seinem Themenmix vermittelt GT im Internet die Vielfalt des globalen Miteinanders.

An die Redaktionen:

GT schreibt gern für Sie - gern auch exklusiv. Bei Abdruck von Texten, die Redaktionen in GT finden und in Ihrem Haus veröffentlichen wollen, weisen sie bitte auf das Magazin GT und die Internet-Seite www.gt-worldwide.com hin. Hoch aufgelöste Fotos werden Ihnen auf Wunsch zugeschickt (bei mail@gt-worldwide.com anzufordern).

Auf der Seite www.gt-worldwide.com finden sich die AGB, die als Grundlage für Abdruckgenehmigungen von Texten aus dem Online-Magazin GT gelten.

rms bittet um Zusendung von Belegexemplaren bei Abdruck.

Autoren und Korrespondenten von rms recherchieren und schreiben auch für Ihre Zeitung exklusiv u.a. auch in englischer, französischer, spanischer, italienischer, portugiesischer und russischer Sprache.

Anlage: Bild

