

**Ryffel, Röthlin, Belz lancieren Quevita Running-Coach**

quevita



**Die Schweizer Laufstars Markus Ryffel, Viktor Röthlin und Christian Belz lancieren auf der Healthy-Lifestyle-Community Quevita das individuelle Trainingsprogramm [runningCOACH](#). Das dynamische Online-Lauf-Coaching bietet Anfängern, Fortgeschrittenen und Leistungssportlern individuell errechnete Trainings- und Ernährungspläne sowie ein Coaching per Mail, SMS oder Telefon.**

Wer mit Laufen beginnen will, regelmässig läuft oder sogar an Volksläufen startet, kann sich unter [www.runningcoach.ch](http://www.runningcoach.ch) registrieren. Ausgehend vom aktuellen Trainingszustand und künftigen Ambitionen wird ein massgeschneidertes Trainingsprogramm berechnet, das sich dynamisch anpasst. Hinter dem Programm stecken die geballte Erfahrung der Schweizer Rekordhalter über 5000 Meter, 10'000 Meter und Marathon: *Markus Ryffel, Christian Belz* und *Viktor Röthlin*.

Das Online-Programm *running.COACH* beinhaltet:

- Dynamischer Trainingsplan persönlich zugeschnitten auf gegenwärtige Fitness, Zeitbudget und Zielsetzung.
- Ganzheitliches Training mit Kraftgymnastik, Lauftechnik, tonusregulierende Massnahmen und Fussgymnastik.
- Umfassende Tipps der Profis zu Training, Wettkampf und Ernährung.
- Zahlreiche statistische Auswertungsmöglichkeiten des Trainings.
- Optimal abgestimmte Belastung, auch wenn einzelne geplante Trainings verschoben oder ausfallen müssen.

Der *Quevita Running-Coach* kostet im Jahresabo 150 Franken (circa 100 Euro) in der reinen Online-Version. Gegen Aufpreis bietet Quevita zusätzliche Trainings-Tipps und Protokolle per Email und SMS plus monatlich 1 Stunde Telefonsupport. Die Premium-Abos Silber und Gold kosten 250 bzw. 750 Franken. Ausserdem hat Quevita auch ein individuelles *Online-Abnehmprogramm* namens *Bodycoach*.

Quevitas offizielle Medienpartner für die Schweiz sind [Newsnetz](#) und [20 Minuten](#) (beide tamedia Gruppe). Für die Markterschliessung in Österreich und Deutschland wird noch mit Reichweiten- und Medienpartnern verhandelt.

## Hinweis

Weitere [Medienunterlagen](#) und [Bildmaterial](#) liegen bereit zum Herunterladen ([www.quevita.com/press](http://www.quevita.com/press)).

## Weitere Informationen

Ettore Weilenmann  
CEO und Teilhaber Quevita AG  
+41 79 330 40 90  
[ettore.weilenmann@quevita.net](mailto:ettore.weilenmann@quevita.net)

Nicolas Berg, Kommunikation  
Redalpine Venture Partners AG  
+41 79 431 55 17  
[nicolas.berg@redalpine.com](mailto:nicolas.berg@redalpine.com)

Valentin Belz  
Projektleiter running.COACH  
+41 79 340 80 73  
[valentin.belz@quevita.net](mailto:valentin.belz@quevita.net)