

# Radeln, Laufen, Wandern ... mit Android

## Die besten Apps für Aktiv-Reisen und Training

Seit dem Erwerb eines Android-Handys (HTC-Hero) im Juni 2010 beschäftige ich mich intensiv mit GPS-gesteuerten Begleitern für Wander- und Radtouren- bzw. für Lauf- und Rad-Training. Ich bin Reiseveranstalter und Reiseleiter von Aktivreisen ([www.boehmen-reisen.de](http://www.boehmen-reisen.de)), auch privat Lauf- und Rad-Freak und (vom Studium her) Mathematiker, der gerne sein altes Wissen bei Trainingsanalysen testet. Ausprobiert habe ich die verschiedenen Apps vor allem auf kurzen Radausflügen und auf Trainingstouren, bei denen ich mein HTC am Radlenker befestigt hatte. Die meiste Zeit saß ich aber Zuhause, um die Funktionen der Apps zu vergleichen.

### Was ich beurteile:

Es sollen hier nur die guten von knapp 20 getesteten Apps erwähnt sein. „Die guten“ meint gut im Sinne von effizienter Funktion (insbesondere Ablesbarkeit) bei der Tour, guten Analyse-Möglichkeiten nach der Tour (am PC) und Brauchbarkeit für künftige Touren („Nachfahren“; Ausdrucksmöglichkeiten der Strecken und Höhen-skizzen zur Veranschaulichung für Reisegäste). Ein besonderer Punkt war noch Offline-Verwendbarkeit.

### Was ich nicht beurteile (beurteilen kann):

Extravagante Zusätze interessierten mich weniger. Ich analysiere also nicht, ob eine App beim Lauftraining Musikbegleitung zur Verfügung stellt und wie gut dabei die Musikqualität ist. Auch Geocachingfunktionen, das Hochladen auf facebook etc. waren für mich erstmal nicht von Interesse.

Wichtig sind natürlich GPS-Empfang und Batterieverbrauch. Aber es wäre vermessen, wenn ich dazu meine subjektiven Erfahrungswerte mit meinem HTC-Hero als verifikant hinstellen würde. Am Ende unter Fazit erzähle ich allerdings in Zusammenhang mit einem Vergleichs-Crashtest, den ich mit 6 Trackern gemacht habe, auch von den Werten Batterieverbrauch und GPS-Empfang.

Was ich schnell gelernt habe: Es gibt viele (sich ähnelnde) Gratis-Apps fürs Trainingsanalyse und nur ein paar wenige Apps für Wander- und Radtouren.

Eine App, die beiden genügt, gibt es leider (noch) nicht.

Dass dies notwendig und sinnvoll wäre, erläutere ich am Ende unter „Fazit“.

Ich muss hier also leider trennen und die Apps in 2 sehr unterschiedliche Gruppen einteilen:

1. Geeignet für Reisen (auch im Ausland).
2. Geeignet für Trainingsstrecken und Trainingsanalyse Zuhause.

Ich nehme es gleich vorweg. 2 Apps ragen absolut positiv heraus. Zum einen die spanische Oruxmaps, die ich als erste beschreibe. Zum anderen (mit Einschränkungen) die kostenpflichtige App aus München: „Run.GPS Trainer UV Pro“. Zu dieser ganz am Ende. Dazwischen stehen viele Apps, die z.B. aus Schweden, UK oder den USA kommen. Positiv herauszuheben ist da am ehesten SportTracker.

## 1. Wander/Radtouren (auch im Ausland - Offlinekarten):

### Oruxmaps

Das beste: Man kann damit Offline-Karten herunterladen, die man auch im Ausland verwenden kann. Dies geht direkt am Handy. Viel besser aber noch über den PC, mittels der grandiosen Software „Mobile Atlas Creator“. Damit kann man im Vorfeld vielfältige Karten z.B. für seine Reiseregion herunterladen. GoogleMap genauso wie Hybrid, OSM genauso wie umfangreiche regionale Karten (für Deutschland z.B. die sehr gute outdooractive.com, für Tschechien die gute Radlerkarte CycloAtlas.cz ...) Man kann fast beliebig nah herunterladen, detaillierter als die besten Karten 1:10 000 es vermögen. Es braucht dann zwar sehr viel Speicherplatz, aber der Kartenumfang lässt sich ja damit z.B. auf die Reiseregion mit den Radtouren beschränken – die weitere Umgebung sollte man dann nur im größeren Maßstab nehmen.

Eine gute deutschsprachige Anleitung (bei der sich schon viele bedankt haben – was ich hiermit auch tun möchte!) gibt: [www.brotbuexe.de/android/review/oruxmaps/](http://www.brotbuexe.de/android/review/oruxmaps/)

Nach dem Herunterladen der Karte kann man auf diese (auch offline!) in vielfältiger Weise Tracks loggen, „Routen“ hochladen und sogar Routen nachfahren (mit Voice-Alarm, wenn man von der Strecke abkommt). Natürlich auch Wegpunkte einzeichnen etc. – Wirklich perfekt!

Im Ausland höchst praktisch: Oruxmaps fragt gleich mit Startbildschirm an, ob man OnlineKarten laden will oder eben eine der auf SD-Karte gespeicherten Offline-Karten. Und wenn man aus dieser Karte „rausfährt“ und für das Umgebungsgebiet eine andere Karte vorhanden ist, lädt Oruxmaps diese (auf Wunsch erst nach Nachfrage) selbständig hoch.

Ein weiteres Riesenplus: Die Karte lässt sich immer als Vollbildschirm sichtbar machen (ohne Titelzeilen und unsinnigen Menüs, geschweige denn Werbezeilen, wie es viele andere Apps haben). Per Touch lädt man einfach die 4 wichtigsten Werkzeuggruppen (Zoom, Track loggen, Wegpunkte, Route) rein. (Erscheint kompliziert, aber man lernt schnell, wo diese sind). Ich habe zumeist mein Handy am Radlenker befestigt, auf dem Vollbildschirm kann man die Karte und die Routeneinzeichnungen (sowohl die eigene, als auch vorgefertigte hochgeladene zum Nachfahren) sehr gut verfolgen.

Damit ich hier nicht nur von den Offline-Möglichkeiten von OruxMaps schwärme, muss ich zwischendrin betonen: Auch bei den Online-Karten übertrifft Oruxmaps die anderen Apps, die meist nur Google-Karten zur Verfügung stellen. Hier hat man die Auswahl von Google über OSM bis Regions-Karten wie Hike&Bike (DE).

Trotzdem – ein großes Manko gibt es: die Datenanzeigen. Man kann nur am oberen Bildrand eine kleine Infoleiste einblenden lassen, in die man 3 Anzeigen einblenden kann: z.B. Zeit, Distanz, Durchschnittsgeschwindigkeit (und leider nicht aktuelle Geschwindigkeit). Ich behelfe mich derzeit damit, nebenher immer noch zur Geschwindigkeitsanzeige **SmartRunner** laufen zu lassen. Aber das ständige Umschalten mit 2-3 Knopfdrücken nervt natürlich. Und verbraucht zudem viel Batterie. (Ich hoffe, dass Oruxmaps bald mal mit einer kleinen, aber hilfreichen Funktion „Zoom auf die Datenanzeige Distanz-Speed-Zeit“ nachrüstet oder zumindest auch die Anzeige der aktuellen Geschwindigkeit auf Tour ermöglicht.)

Zweites Manko: Die von Oruxmaps nahegelegten Auswertungsmöglichkeiten der Tracks im Internet sind sehr schlecht. Das geforderte Hochladen zu MapMyTracks funktionierte bei meinem HTC Hero nur indirekt: Upload über [www.mapmytracks.com](http://www.mapmytracks.com) (was mit allen anderen gpx-Dateien natürlich genauso geht). Die Funktionalität dieser Internetseite lässt dann im Vergleich zu anderen sehr zu wünschen übrig. Routenverlauf und v.a. Höhenskizze auf einen Drucker zu bringen, ist da praktisch unmöglich. Es muss dann leider anders und kompliziert (z.B. über GPS-Track-Analyse oder GPSElevationChart) bewerkstelligt werden.

**(Die Möglichkeit sinnvoller Höhenskizzen- Ausdrucke ist aber generell ein Problem. Hat jemand Tipps?)**

Offenbar soll aktuell auf die Seite [www.EveryTrail.com](http://www.EveryTrail.com) (mit sehr schicken Möglichkeiten, Tracks anzusehen, mit Fotos zu versehen etc.) hochgeladen werden. Aber auch das funktionierte bei mir nicht.

**Fazit:** Weil es so viele Möglichkeiten (und entsprechend viele Werkzeuge) hat, ist Oruxmaps natürlich kompliziert, aber wenn man sich mal auskennt: Großartige Funktionalität!

Am besten die flexible Kartenauswahl und die perfekte Möglichkeit, Karten herunterzuladen, die sehr gute Kartenanzeige und der erwähnte Import von Routen mit der Möglichkeit „Route tracer“ (also dieser nachzufahren). Sehr schade: Keine lesbare Display-Ansicht für die aktuellen Anzeigen (Tempo, Distanz) auf Tour.

### **Gibt es Alternativen?**

**RMaps** hat eine ähnlich gute Auswahl von vielfältigen Karten (von Google über OSM bis zu Freemaps verschiedener Länder), die online auswählbar sind und die man – laut Kommentatoren – ebenfalls mit Mobile Atlas Creator problemlos hochladen kann, sodass sie Offline zur Verfügung stehen.

Die Funktionen sind einfach aufgebaut und intuitiv, man kann (über Menü-Mehr-Tracks) eigene Tracks aufzeichnen und auf SD-Karte speichern oder als kml oder gpx exportieren. Den Funktionsumfang von OruxMaps (insbesondere Routenführung) bietet es aber nicht. Es zeigt keine Statistiken zum Track an. Auch eine Hochladefunktion zu einer Website, mit der man den Track analysieren könnte, konnte ich nicht finden.

Wer nicht mehr als (Online oder Offline) Tracks aufzeichnen und auf Karte ansehen will und sie dann z.B. über GoogleEarth weiterbearbeiten und analysieren will, für den ist es ein gutes App.

**MapDroid** ist eine Alternative, mit der man ebenfalls Karten weltweit direkt aufs Handy laden kann. Freilich nur das Format OpenStreetMap, das nicht unbedingt für Wanderer und Radler optimal ist. (Deutschland kann mit 246 MB heruntergeladen werden. Ganz Südeuropa hat aber nur 135 MB, Griechenland z.B. 8 MB – entsprechend minderwertig ist es dargestellt.)

**GPS ticker** ist kostenpflichtig. Mit Blick auf die Einstellungen hat es offenbar gute Funktionen (z.B. kann es auch das Höhenprofil der aktuellen Strecke anzeigen.) Neben OSM kann man da auch Satelliten-Fotokarten (Hybrid) herunterladen. Freilich, mit der DemoVersion kam ich gar nicht zurecht. Es ließ sich erst gar keine Trackaufzeichnung einschalten. Mit dem Leistungsumfang und der Funktionalität von Oruxmaps kann offenbar auch GPSticker keineswegs konkurrieren.

**EveryTrail** (nur Kartenanzeige bei Tracks; schnelle direkte Einbindung von Fotos; interessante Internetseite mit vielen bebilderten Tracks) werde ich vermutlich als nächstes testen ...

Die kostenpflichtige **Run.GPS Pro** wäre noch eine Alternative; aber mit Haken. S. dazu den Exkurs unten in 2.

## **2. Trainingsstrecken Radeln / Laufen (Zuhause; Online-Karten).**

Hier ist die Auswahl an Gratis-Apps (vor allem aus den USA) riesig groß. Es muss offenbar eine breite Szene von Sportlern geben, die diese Apps nützen. Entsprechend gibt es auch einige Apps mit ein paar schicken Funktionen, bei denen aber die sinnvollsten Grundfunktionen oft ineffizient umgesetzt sind.

Zudem haben alle (außer dem kostenpflichtigen GPS.Run Pro) 3 Grund-Mankos:

a) Alle laden Google-Karten nur über Mobile Netzwerke herunter. (Was freilich nicht schadet, wenn man Zuhause ist und beim Provider zumindest eine kleine Flatrate hat. Der Verbrauch der nachzuladenden Karten ist beim Laufen und Radeln so niedrig, dass kaum mehr als 3 MB pro Tour verbraucht werden.)

b) Keine der Apps hat eine Importfunktion für Routen, die man dann nachfahren könnte.

c) Die Gratis-Apps gehen mit dem Display oft platzverschwenderisch um (Ausnahmen: My Tracks, Sporty-Pal, SportsTracker). Menüzeilen, Logos und teils Werbung verbrauchen Platz, den man für eine Karte am Vollbildschirm und/oder für Anzeigen in großer Schrift gut brauchen könnte.

Dieses Argument gilt insbesondere aus Sicht von Radlern, die das Display am Radlenker haben.

Beim Lauftraining sind für die meisten weniger die Anzeigen am Handydisplay wichtig, sondern die Audioinfos. Die Trainings-Apps sind hierzu meist ausgerüstet. Man kann oft einstellen, nach welcher Distanz oder Zeit man per Voice informiert wird. Z.B. über die aktuelle Laufzeit oder/und die Laufzeit des letzten km oder/und die

Durchschnittsgeschwindigkeit ... Besonders gut ist hier (weil man Umfang und Inhalt der Ansagen einstellen kann): Buddy Runner, SportsTracker sowie runtastic (Ansagen in deutsch). Und natürlich Run.GPS Pro.

d) Nur My Tracks, runtastic und Run.GPS sind derzeit deutschsprachig erhältlich.

### **My Tracks**

Natürlich der Klassiker von Google selbst. Insgesamt sehr gut bei den Anzeigen. Leicht umschaltbar zwischen 3 Ansichten: Vollbildkarte (nur Online: Google Maps oder Satellit) – gut lesbare Statistikanzeigen (13!) – Tempo/Höhenskizze . Dennoch noch gut lesbar. Deutschsprachig. Ansagen sind gut verstehbar. Sehr gute Analysemöglichkeiten schon am Handy direkt. Höhen- und Temposkizze. Sehr schön: Es lässt sich direkt jeder km-Abschnitt einzeln analysieren (Durchschnittsgeschw. für Gesamtzeit und für Zeit in Bewegung, gewonnene Höhen, max. Steigung, min./max. Höhe ...)

Problem: Export in Google My Maps und Google Docs funktioniert bei mir nicht, bzw. dort lassen sich zwar Karten von mir auffinden, aber keine Tracks. **(Hat jemand eine Empfehlung oder Lösung für das Problem?)**

Angesichts der Vielzahl der anderen Angebote habe ich deswegen vorläufig die Beschäftigung mit diesem Klassiker-App von Android eingestellt.

### **Endomondo**

war zunächst mein Favorit für die „Trainingstouren“. Zum einen hat Endomondo zwei klare Ansichten für das Display auf Tour: Online-Karte (fast) als Vollbild (Google Maps oder Satellit). Dazu die Statistikansicht, bei der man 4 Anzeigen auswählen kann: Üblich wird sein: Zeit, Distanz, Geschw., Durchschnittsgeschw. Hier wäre zwar auch Platz für mindestens 2 weitere Anzeigen (z.B. Höhengewinn), aber der Platz wird leider für Logo und anderes verschrenkt.

Dabei wäre das Besondere von Endomondo: Es bietet einen Pulsmesser an, der sich über Bluetooth mit dem Handy verbinden lässt, sodass der Puls mit in Anzeige und Analyse eingehen kann. Der Pulsmesser ist teuer (89 Euro) und bei nur 4 Anzeigen wäre ohnehin kein Platz mehr, auch noch Puls und Durchschnittspuls anzuzeigen. - Zudem sind die Ansagen „Workout ...“ grell und schwer verstehbar.

Die Auswertung über [www.endomondo.com/workouts/](http://www.endomondo.com/workouts/) ist gut. Aber im Vergleich zu MyTracks weniger detaillierte Angaben zu den einzelnen Streckenabschnitten (z.B. kein „Höhengewinn“). Ist offenbar eher fürs Laufen auf ebener Strecke gedacht. – Kein Favorit mehr.

### **Buddy Runner**

Beeindruckt mit einfachen Display-Ansichten „Training“ (Anzeigen) / Karte (wie üblich Google Maps oder Satellit) / Verlauf (Track-History) und sehr einfachen, effektiven Einstellungsmöglichkeiten. Gefällt mir gut! Aber kurios und die Kehrseite der schönen Einfachheit: Es gibt keine Speed-Anzeige km/h, sondern nur pace (min/km), also leider nur für Läufer, nicht für Radler geeignet.

Sehr gut: Die Einstellungsmöglichkeiten, wann und was die Audioinfos sagen sollen. (Lustige Computerstimme mit Zahlen in Deutsch, z.B. „acht s-e-c-o-n-d-s“, nicht leicht verständlich.)

Nachteil: Keine Detailanalyse direkt am Handy möglich. (Sagt am Ende nur Gesamtzeit, Distanz und Durchschnittsgeschw. in min/km.)

Größter Vorteil: Die guten Auswertungsmöglichkeiten mit Höhen- und Tempo-Diagrammen per PC am „Dashboard“. Diagramme lassen sich sogar halbwegs gut (noch zu klein) auf einer DIN A4 ausdrucken, was bei keiner anderen Internetseite der Fall ist. Sehr schön: Man kann die Geschwindigkeitsprofile verschiedener Tracks übereinanderlegen, sodass man bei gleichen Strecken einen anschaulichen Vergleich hat. Das alles gibt einen ganz großen Pluspunkt. Aber es scheint leider halt nur fürs Lauftraining gedacht.

### **CardioTrainer**

hat nach einem Update nun sehr gute Display-Ansichten während des Tracks . Schnelle Umschaltmöglichkeit Statistik auf Map+Ministatistik, von dort auf Map-Vollbild (nur Online: Google Maps oder Satellit). Und im Vollbild geht es mit einem Touch auf „Gesamtstrecke sichtbar“. In der Statistik sind auch die Angaben Durchschnitts- und max. Geschwindigkeit und Höhengewinn (freilich in sehr kleiner Schrift). Dazu kann ein Graph mit Geschwindigkeitsdiagramm angezeigt werden.

Ansagen der Grunddaten (Distance, Time, Pace) in Englisch. Deutlich verstehbar, aber etwas langsam.

Schicke Zusatzfunktion: „Stelle eine Playlist zusammen, die mit Start des ‚Workouts‘ abgespielt wird.“

Mankos: Werbefunktionen, die kosten sollen: „Gegen die eigene Zeit laufen“, „Gewicht verlieren“ ... :

Und die (mit einem Zugangscode gesicherte) Auswertungsseite am PC ist im Vergleich zu den meisten anderen Apps äußerst schwach. Es gibt keine Untergliederung der Strecke (nicht mal Detailzeiten pro km), die angezeigte Höhenskizze ist fast wertlos. – Zufall?: Bei einem Test im Wald hatte CardioTrainer GPS-Ausfälle.

Ein Vergleich Buddy Runner vs. Cardio Trainer: [www.androidpit.de/de/android/tests/test/14212/CardioTrainer](http://www.androidpit.de/de/android/tests/test/14212/CardioTrainer). (Freilich veraltet, denn inzwischen sind die bemängelten Anzeigefunktionen beim CardioTrainer sehr gut.)

### **SportyPal**

trennt gut und einfach zwischen 2 Ansichten: die wichtigsten Anzeigen (Zeit, Distanz, Geschw., Durchschnittsgeschw. und Kalorien) + Vollbild-Karte (nur Online: Google Maps oder Satellit). Und schon am Handdisplay kann man sich das Geschwindigkeitsdiagramm anzeigen lassen. Dazu eine simple Audiofunktion. Die Auswertung des „Workout“ im Internet stellt neben der Strecke auf GoogleMap auch Höhen- und Geschwindigkeitsdiagramme her. Freilich wieder ohne Ausdruckmöglichkeit. (Zudem zeigte bei mir beim Zweiten Hochladen des Workout der PC plötzlich nichts mehr an ...)

## runtastic

ist – soweit ich sehe, der (neben My Tracks) einzige brauchbare kostenlose Trainingsbegleiter in deutscher Sprache (in Linz, Österreich entwickelt). Sehr einfach die Umschaltung zwischen den Ansichten mit Touch-Pfeil (welcher freilich nicht immer auf Anhieb funktionierte): 1. Kurz-Statistik+Karte, 2. Karte (nur Online: Google Maps oder Satellit) 3. Statistik (4. Kompass was mir als eigene Haupt-Ansicht überflüssig erscheint - den Kompass hat man ja in fast allen GPS-Apps.)

Eigentlich großartig ist die Idee, neben Nur-Karte und Nur-Statistik eine Ansicht mit Karte und den 4 wichtigsten Anzeigen (Zeit, Distanz, Geschw., Durchschnittsgeschw.) zur Verfügung zu stellen. Aber die Teilkarte unter den 4 Anzeigen ist leider fast unbrauchbar. Sie lässt sich weder bewegen noch zoomen. Und zudem verschwindet „Mein Standort“ meist unter den Zahlen-Anzeigen. Sodass die Kartenanzeige zur Orientierung fast gar nicht hilft. Das Plus der runtastic-Anzeigen ist gleichzeitig auch ihr Minus.

Gut sind aber die Audioinfos zu Laufzeiten etc. (flexibel einstellbar und deutschsprachig).

Und sehr gut sind die Auswertungsmöglichkeiten schon am Handy (mit Detailauswertung z.B. pro km) und im Internet. Freilich kann man wieder weder Strecke noch Höhen- und Geschwindigkeitsskizze ausdrucken. Bei runtastic hatte ich zudem erstmals Probleme mit der Touch-Funktion. Touch auf den Umschalt-Pfeil, auf Löschen etc. funktionierte manchmal gar nicht oder sehr sehr langsam.

## SportsTracker

hat die perfektsten Ansichten. Umschaltung einfach über 3 Touchsymbole am Bildschirmrand oben:

1. Statistiken: gut lesbar; angezeigt wird alles, eher mehr als man braucht; auch Pulswerte (es ist ein Bluetooth-Anschluß des Pulsmessers Zephyr HxM möglich; ca. 100 €).

2. Karte (Vollbild; GoogleMap oder Satellit). Sehr schönes Detail: Über den Pfeil, der den aktuellen Ort angibt, wird immer die aktuelle Geschwindigkeit angezeigt. Beim fertigen Track kann man über Menü auf der Karte Start, Ende, die schnellste und die höchst gelegene Stelle des Tracks anzeigen lassen oder auf ganzen Track gehen. Und sich sogar noch die Tour schnell oder langsam abspielen lassen.

3. Am allerbesten die vielfältigen und klaren, getrennten Diagramme: Geschwindigkeit, Höhe, Puls ...

Dazu flexible Einstellmöglichkeiten des „Voice feedback“: natürlich Englisch, halbwegs verstehbar.

Manko: Man kann die (sehr guten!) Auswertungen nur am Handy ansehen. Bei meinem Hero rutschen die Daten zudem außerhalb des Displays. – Dennoch: mein Favorit bei den einfachen kostenlosen Apps.

Upload auf die Seite Sportstracklife kostet 6.65 €. Ich war angetan und habe gekauft. Im kostenpflichtigen Modus in sportstracklife.com (Achtung: nicht sports-tracker.com!) gab es aber die fast schon erwartete Enttäuschung: auch daraus lassen sich die Auswertungsdiagramme von Touren nicht sinnvoll auf Papier bringen.

## DroidRunner

Eigentlich gute Anzeigen. Umschaltbar aber nur über Menü.

Zwar nette Zusatzfunktion: aktuelles Wetter. Aber keine weiteren Funktionen für Auswertung. Keine Audiofunktion. (Bei der App hatte ich zudem tatsächlich den Eindruck, dass sie übermäßig Batterie saugt.)

In der Art von DroidRunner gibt es weitere englischsprachige Programme. Es wäre aber uferlos, alle aufzuführen. Zumal offenbar ständig neue Entwickler auf den Market gehen.

## Run.GPS

ragt aus der Welt der Sport-Apps absolut heraus. Negativ im Preis, aber positiv in vielen Leistungen.

Die „Pro-Software“ kostet 40 Euro (Es gibt eine Demo-Version für 2 Wochen), eine abgespeckte „Full-Software“ kostet 15 Euro. Beide sind die weitaus ausgereiftesten Apps.

Freilich fällt zuert einmal negativ auf, dass im Gegensatz zu allen genannten „Trainings-Apps“ die Karten von Run.GPS nicht auf den Online-Karten von Google (in der Auswertung lassen sich natürlich Google-Maps, Hybrid etc. verwenden), sondern auf den Karten von OpenStreetMaps basieren. Das bedeutet einen Minuswert, hat aber möglicherweise die Logik, dass die OSM-Karten leichter offline verwendbar sind.

Es würde zu weit führen, die komplexen Funktionen von Run.GPS zu beschreiben. Die verschiedenen Anzeigen und Features sind funktional, aber zum Teil nur sehr umständlich zu erreichen.

Praktisch ist: Man kann sich bei „Pro“ bis zu 15 Displays genau zusammenstellen; z.B. für verschiedene Sportarten, für Training oder Reisen, für kurze oder lange Touren, für steile oder flache Strecken, für routengeführte oder freie Touren ... Gut sind auch die flexibel einstellbaren (freilich langsamen) deutschsprachigen Sprachkommandos, die Analysemöglichkeiten (direktes Hochladen auf die umfangreiche Sportlerseite gps-sport.net – aber auch zu Gpsies.com und OpenStreetMap.org) auf höchstem Profi-Niveau, zudem eine (teure) Anschlussmöglichkeit für den Zephyr-HxM-Pulsmesser über Bluetooth ...

Vor allem aber eine ausgereifte Routenführungsfunktion („nachfahren“) mit sehr variablen Einsatzmöglichkeiten. So kann man sich z.B. zu seiner Sportart Routen in der Umgebung seines Standortes anzeigen lassen (sie werden meist aus GPSies gezogen) und die dann nachfahren. (Bei mir am Stadtrand von Regensburg führen in der Umgebung von 2 km über 20 Radtouren zwischen 10 und 120 km vorbei, ebenso über 20 Mountainbiketouren zwischen 10 und 60 km und 20 Jogging-Vorschläge zwischen 3 und 40 km. Vielleicht werde ich mit dem Programm einige davon bald mal nützen.)

Bei all diesen Funktionen hat das Programm – soweit ich beurteilen kann - auch keinen höheren Batterieverbrauch wie die anderen kleineren Apps.

Eine kurze Beschreibung finden Sie in [www.rungps.net/attach/ReviewsEN/PPC\\_Magazin\\_04\\_07.pdf](http://www.rungps.net/attach/ReviewsEN/PPC_Magazin_04_07.pdf), aber auch diese deutet nur einen kleinen Teil der umfangreichen Features an. Dort ist noch bemängelt, dass

Sprachansagen, Website etc. nur in Englisch sind. Es gibt sie aber längst auch in deutsch.

Ausführliches Handbuch in deutsch: [http://downloads.rungps.net/TrainerUVHandbuch\\_2.3.7.pdf](http://downloads.rungps.net/TrainerUVHandbuch_2.3.7.pdf) (6MB)

Bevor ich zum großen Manko komme, noch die Frage, die eigentlich zu Punkt 1 meines Artikels gehörte (und für mich als Organisator von Rad-, Wander- und Skilanglauf Touren in Osteuropa wichtig ist): Wie ist es mit der Verwendbarkeit für Reisen im Ausland?

Die gute Nachricht: Run.GPS kann (soweit ich sehe, als einzige „Sport-App“) Karten einbinden. Es kann damit auch für längere Rad- und Wandertouren im Ausland genutzt werden, ohne riesige Roaming-Kosten zu verursachen. Die schlechte Nachricht: das Herunterladen von Karten zur Online-Nutzung bei weitem nicht so gut wie mit Oruxmaps + Mobile Atlas Creator.

Kleiner Exkurs (im Detail): Die Anleitung im Handbuch, gemäß der man Rasterkarten als Einzelbilder hochladen soll (also ohne Zoommöglichkeiten), zeigt schon, wie schwierig und umständlich es ist.

Für den Normalbenutzer wird es aber reichen, dass man die OSM-Karten (und OCM und OPM) herunterladen kann. Auch wenn diese (wie die Autoren der Software selbst explizit betonen) noch nicht weltweit ausgearbeitet sind und Fehler enthalten. – Schön für Skifahrer und Radler: Es lassen sich auch OpenPisteMap und OpenCycleMap herunterladen. Und die Radlerkarten sind in den meisten Teilen Mitteleuropas recht brauchbar. (Man kann es mittels <http://www.gravitystorm.co.uk/osm/> z.B. bei den Radstrecken vor der Haustüre testen.)

Dennoch bleiben viele und große Nachteile gegenüber dem Herunterladen mit Oruxmaps-MobileAtlasCreator:

Es können maximal Kartendiagonale von 30 km heruntergeladen werden. Schon für eine größere Radreise kommen hier viele Ladevorgänge und viel Arbeit zusammen. Andererseits *muss* man (außer man ist Technikprofi und kann die Automatik umgehen) die Karten bis zur höchsten Zoomstufe (6-17) herunterladen, was sehr lange dauert und enormen Speicherplatz braucht. Auch wenn man auf SD-Karte herunterladen kann, Speicherkarten mit weniger als 8 MB sind da schnell überfordert. (Ich behelfe mir, indem ich dann nachträglich die unsinnigen kleinen Zoomstufen 6-10 und vor allem die platzraubende 17 lösche.) Dazu unterbricht mein HTC Hero das Herunterladen bei ca. 10 000 Kartenkacheln. (Bei Oruxmaps lassen sich die Karten mit MobileAtlasCreator in beliebiger Größe und beliebigen Zoomstufen über den PC herunterzuladen – 100 000 Kacheln machen da kein Problem – und dann einfach auf die SD-Karte zu kopieren. Und man hat die Größe der kopierten Dateien unter Kontrolle.

Vor Ort bei der Offline-Verwendung der Karten ein weiterer großer Nachteil. Während man bei OruxMaps gleich mit dem Startbildschirm entscheidet, ob Offline- oder Online-Karten, muss man sich bei Run.GPS erst lange durchklicken: *Menü – Konfiguration – Karteneinstellungen - Angezeigte Elemente: dort Online Karten automatisch hochladen auf off stellen*. Da besteht die große Gefahr, dass man versehentlich doch mit Onlinekarten arbeitet und am Ende die große Rechnung vom Mobilfunkbetreiber bekommt.

Man könnte denken, Run.GPS beschränkt sich auf OSM, weil sich die Karten leichter offline einbinden lassen.

Aber wenn man die schlechten Einbindemöglichkeiten sieht, muss man erkennen, dass der Offline-Modus für RunGPS nur eine Nebenrolle spielt. (Was verständlich ist, denn die Software hat ausgereifte Trainingsanalyse als Schwerpunkt und die betreiben fast alle mit ihren Trainingsaktivitäten Zuhause. Und die Trainer der professionellen Leistungssportler, die im Ausland trainieren, besorgen sich wohl ohnehin eine Flatrate im Gastland.)

Schwerwiegender und auch unverständlicher ist ein anderes Manko, das für mich gegen den sofortigen Kauf der App spricht (und das die Entwickler hoffentlich bald korrigieren werden):

Die kleinen Touch-Symbole unten im Display sprechen (jedenfalls auf meinem Hero) oftmals erst nach mehreren Versuchen an. Und leider muss auch die Umschaltung von Statistik zu Map (die man bei Touren und Analyse ständig braucht) über eines dieser kleinen schwerfälligen Symbole und einen weiteren Touch gehen. (Hier machen es z.B. der CardioTrainer oder SportTracker vor, wie es viel einfacher funktionieren könnte.)

Und dann noch dazu am ärgerlichsten: Gleich neben diesem wichtigen kleinen Umschaltknopf links unten ist auch noch das kleine Symbol, das die Trackaufzeichnung stoppt und startet.

Das Dilemma, dass hier während einer anstrengenden Trainingseinheit (bei der man nicht unbedingt nebenbei mit feinmechanischen Finger-Touch-Qualitäten aufwarten will) ständig Fehler passieren, insbesondere die Trackaufzeichnung versehentlich ein- und ausgeschaltet wird, ist also vorprogrammiert.

In [www.rungps.net/wiki/TrainerUVDE](http://www.rungps.net/wiki/TrainerUVDE) wird zwar versprochen: „Kontrolle aller Funktionen über Hardware-Tasten - kein Touchscreen erforderlich“. Aber wie es bei meinem HTC-Hero möglich sein soll, mit Hardwaretasten zwischen den Ansichten umzuschalten, konnte ich nicht herausfinden und lässt sich wohl auch nicht herausfinden.

Also, liebe Entwickler, schafft noch eine einfache Umschaltmöglichkeit zwischen den Ansichten, dann kann ich Euer App jedem technikfreundlichen Sportler nur wärmstens empfehlen.

Was dann aber immer noch zur idealen Brauchbarkeit fehlt, sind die Ausdrucksmöglichkeiten der Karten und Diagramme des analysierten Tracks für Nicht-GPSler. Wann wird es endlich möglich sein, eine Höhenprofil-Grafik schnell und sinnvoll auf DIN A4 auszudrucken? Ich habe den Eindruck, ein Appell an die genialen Entwickler von Run.GPS (der hiermit geschehe!) könnte dazu am meisten helfen.

(Mein Ideal wäre, dass man ein Höhenprofil – z.B. mit Einstellung: „seitenangepasst“ oder nach Vorgaben, z.B. X-Achse: 1 km = 1 cm; auf Y-Achse: 100 hm = 1 cm – die Höhenprofile von 3 Skitouren mit 20 bis 25 km auf einer DIN A4-quer untereinander setzen und somit exakt vergleichen kann, ohne z.B. auf der Berghütte ständig auf das kleine Handy-Display starren zu müssen. Und dass man in ähnlicher Weise eine 80km-Radtour in 3 Zeilen auf DIN A4-quer bringt. Hat jemand dafür Tipps?)

Es gibt übrigens auch eine kostenlose Software [Run.GPS lite](#). Sie gibt aber nur eine kleine Einführung in die umfangreichen Features. Und das ist schon deren Haupt-Stärke. Sie hat z.B. nicht mal ein Display mit Kartenvollbild. Auch keine Sprachkommandos ... Man kann die gelaufenen Tracks zwar ebenfalls auf [gps-sport.net](http://gps-sport.net) hochladen, bekommt aber nur Statistiken angezeigt, keine Höhendigramme etc. Insofern sind denn alle anderen aufgeführten kostenlosen Apps besser. Aber zum Einüben, bevor man die Profi-Software kauft, vielleicht doch eine gute Sache.

## **FAZIT:**

Zwischen dem Anspruch einer guten App, um bei ganztägigen Radtouren im Ausland (also mit Offline-Karten) die Strecken aufzuzeichnen oder sogar vorher hochgeladene Strecken nachzufahren und dem Anspruch, beim einstündigen Lauf- oder Radtraining Zuhause über den Trainingsablauf informiert zu werden und danach die Trainingseinheiten vergleichen und analysieren zu können, sind natürlich große Unterschiede.

Aber es gibt durchaus Überschneidungen bei diesen Aktivitäten. Auch bei den Radreisen würde ich gerne mit lesbaren Anzeigen am Display informiert werden, welches meine aktuelle Geschwindigkeit ist, wie weit die zurückgelegte Strecke ... Und umgekehrt würde ich bei meinem Radtraining gerne auch verschiedene Strecken neu erkunden und es wäre also nützlich, wenn mich mein Android-Handy dann eine schon erkundete Rad-Trainingsstrecke nochmals nachführen könnte oder ich die Strecke Freunden so weitergeben könnte, dass sie mittels ihres Android-Handys die Strecken ebenfalls nachfahren könnten. Und vor allem: wenn sie kein entsprechendes Handy haben (was immer noch bei den meisten der Fall ist – zum Glück;-), möchte ich ihnen einen Ausdruck der Strecke und des Höhenprofils geben können.

Es wäre meines Erachtens also sehr sinnvoll, ein App zu entwickeln, das beide Bedürfnisse berücksichtigt. Es bleibt dies aber eine Aufgabe für die Zukunft.

Es gibt sehr viele Apps für die Aufzeichnung und Analyse von Trainings-Aktivitäten mit wirklich guten Funktionen, insbesondere was das nachträgliche Ansehen der Tour betrifft. Bei fast allen kann man einstellen, dass z.B. jeder km-Abschnitt (oder 5-km-Abschnitt) analysiert wird nach Geschwindigkeit, Höhengewinn ... Aber „irgendein Feature fehlt immer“ schreibt Zonk76 in android-hilfe. Was fehlt, ist sicher subjektiv verschieden, aber der Satz stimmt auch für mich. Neben den oben in 2a-d aufgeführten Mängeln haben alle leider irgendein eigenes Manko. Manchmal sind es mangelhafte Anzeigen, manchmal eine mangelhafte Umschaltfunktion zwischen den Ansichten, manchmal das fehlende Höhenprofil bei der Auswertung ... Und was bei allen fehlt (mit kleiner Ausnahme: BuddyRunner und ?vielleicht MyTracks?): es gibt keine vernünftige Umsetzung der Auswertungen für den Drucker. Hier hoffe ich, dass zumindest das kostenpflichtige Run.GPS weiterentwickelt.

Als einzige kommen OruxMaps und GPS.Run Pro dem Ideal eines guten Radler-, Wander-, Langlauf-, Tourengeher-, Kanu- und Lauf-Begleiters nahe. Beide haben so viele geniale Funktionen. Die erwähnten, die noch fehlen, wären demgegenüber vermutlich leichter nachzurüsten.

Wie versprochen, hier noch (nicht unbedingt repräsentative) Werte hinsichtlich GPS-Empfang und Batterieverbrauch der verschiedenen Apps. . Bei einer 15 km Radtour (Regensburg – Oberndorf) habe ich einen Vergleichs-Crashtest gemacht, bei dem 6 Tracker parallel liefen.

Der Batterieverbrauch war: MyTracks 12 %, RunGPS 12 %, Endomondo 12 %, Runtastic 12 %, BuddyRunner 9 %, CardioTrainer 9 % (34 % Rest, vor allem Display, obwohl kaum eingeschaltet.)

Mit GPS-Empfang hatte nur CardioTrainer Probleme bei mehreren Wald- und Felsenabschnitten. Wo die anderen Tracker zwischen 14,8 und 15,2 km gemessen haben, hatte CardioTrainer nur 13,5 gemessen. (Dies kann aber auch an den Crash-Bedingungen gelegen haben.)

## **Nach aktuellem Stand (September 2010) also die Empfehlungen:**

**OruxMaps** ist die Hauptempfehlung, jedenfalls für alle Aktiv-Reisende, die ihr Android-Handy beim Wandern, Radeln, Tourengehen etc. nützen wollen und mal vorgegebene Routen nachfahren oder nachgehen wollen. Und insbesondere für Auslands-Reisende, die Roaming-Gebühren sparen wollen. Sie können relativ einfach vielfältige gute Karten ihres Reisegebietes im Vorfeld der Reise runterladen. Letzteres kann auch das einfachere **RMaps**, das aber weniger Funktionsumfang hat.

**GPS-Run -Pro** oder **-Full** für alle Sportler, die sich die 40 € oder 15 € leisten wollen und gerne ihre Trainingsaktivitäten ansehen, professionell analysieren, mit Freunden vergleichen wollen ...

Man muss sich aber offenbar (noch?) mit der Beschränkung auf OSM- Karten (bzw. OCM, OPM) abfinden. GPS-Run Pro kann zudem nur die einzige Empfehlung für technikfreundlichen Sportler (Läufer, Radfahrer, Skifahrer) sein, die auch im Ausland ohne enorme Roaminggebühren Ihre Aktivitäten aufzeichnen und analysieren wollen. (Was aber viel Vorarbeit beim hier sehr aufwendigen Karten-Laden voraussetzt.)

Wer kein Geld ausgeben will und nur Zuhause seine Trainingstouren aufzeichnen will (ohne Route nachfahren etc.) und auch keine absolut professionelle Nacharbeitung braucht, dem empfehle ich **SportsTracker**. Er bietet sehr gute Anzeigen und Funktionen. (Freilich kostet hier Upload für Nachbereitung am PC.)

Gut und zudem die einzig deutschsprachigen Gratis-Apps: **MyTracks** und **runtastic**.

Nicht schlecht sind aber auch **CardioTrainer** und **Sportypal** und

(leider nur für Läufer) **Buddy Runner** (bestes „Dashboard“) und **Endomondo**.

Die Gratis-Apps sind halt Geschmacksache und sollten einfach ausprobiert werden.

Mit meinem HTC Hero hat es jedenfalls großen Spaß gemacht.

**PS:**

Falls ich gute Apps vergessen haben sollte, würde ich mich über Eure Rückmeldung freuen. Und natürlich auch über jedes andere Feedback.