



01 Die Ausgangslage

Der menschliche Körper hat sich nach evolutionären Entwicklungen als ideal zum Laufen, Gehen und Rennen entfaltet. Doch statt immer auf den Beinen zu sein, sitzen wir durchschnittlich 9,3 Stunden täglich. Das ist fast zwei Stunden länger als wir uns im Schnitt zu schlafen erlauben. Eine Vielzahl der Studien beweisen: wer länger sitzt stirbt früher. Und in der verbleibenden Lebenszeit quälen uns diverse Muskel- und Skelett-Erkrankungen, Rücken- und Verspannungsschmerz. Die einfache Lösung: mehr Bewegung, Sport, Stretching und Entspannungsübungen in den Alltag einbauen. Oftmals leichter gesagt als getan, neben einem vollen Terminkalender, sozialen Verpflichtungen, individuellen gesundheitlichen Problemen, dem Menstruationszyklus, einer schwankenden Schlafqualität und das Organisieren und Zubereiten von gesundem und ausgewogenem Essen.

02 Die Aufgabe

Konzipiere und gestalte eine Applikation, die mithilfe eines KI Assistenten bei einem Alltagsproblem hilft.

03 Das Ziel

Individuell zusammengestellte Stretching-, Workout-, Entspannungs- und Aktivitäts-Pläne, die zum Bewegen anregen und den persönlichen Terminkalender, die aktuelle Stimmung, das eigene Skill Level, den Gesundheitszustand, Auswirkungen des Zyklus und die Schlafqualität mit einbeziehen.

04 Die Zielgruppe

Menschen, die gesünder und glücklicher leben möchten.

05 Die Persona



Anita ist 31 Jahre alt und wohnt mit zwei weiteren Frauen und Kater Pablo in einer WG in Düsseldorf. Sie arbeitet beim Jugendamt und fährt jeden Tag mit dem Rad zur Arbeit. Als sie klein war wollte sie Rennfahrerin werden, hat dann aber schnell gemerkt, dass das nichts für sie wäre. Heute möchte sie kein Auto besitzen, da sie mit den Öffentlichen und dem Fahrrad mobil ist. In ihrer Freizeit macht sie gerne Spiele- und Dinner-Abende mit ihrer Freundesgruppe, gärtnergärt in im Schrebergarten ihrer Tante und liest gerne. Ihre Lieblingsmusikerinnen sind Lana Del Rey, Taylor Swift und Miley Cyrus. Die Serie Friends schaut sie in Dauerschleife, immer Abends ein paar Folgen, so nebenher. Lebensmittel kauft sie manchmal zum Teil auf dem Wochenmarkt, den Rest beim Discounter oder Supermarkt. Mit ihren Mitbewohnerinnen besucht sie gerne Flohmärkte, ansonsten kauft sie ihre Kleidung größtenteils bei Vinted.

06 Die Marken im Umfeld

Diogenes



Marshall



Vinted



REWE

Pflanzen
Köller®

Ihr Gärtner seit 1818

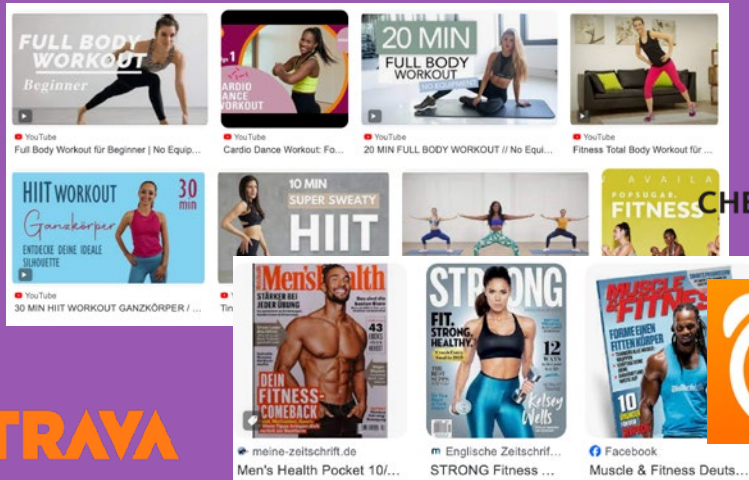
Dove **dm** NETFLIX

07 Die Wettbewerber

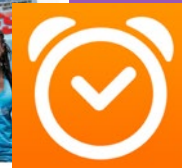
Direkt:



STRAVA



CHEFKOCH.DE



Indirekt:

- soziale Netzwerke (Instagram, Facebook, TikTok)
- Streamingdienste & Fernsehsendungen
- Procrastination
- Arbeit, Studium, Schule
- Sitz-Hobbies

CREATIVE BRIEF

08 Die Situationsmetapher

Nachdem du aus dem Büro nach Hause kamst möchtest du dir den langersehnten Erkältungstee aufsetzen, um das schmerzhafte brennen im Hals zu lindern. Eigentlich hättest du auf deinen Körper hören und das Bett hüten sollen. Das wäre auch die Gelegenheit gewesen endlich etwas Schlaf nachzuholen. Du setzt den Teekessel auf, öffnest die Fenster zum Lüften und beginnst die Waschmaschine zu befüllen, da sich die Schmutzwäsche in der Ecke bereits länger stapelt als du zugeben würdest. Bevor du den Start-Knopf drücken kannst klingelt es an der Tür. Die Nachbarin fragt nach einem Ei für ihren Kuchen. Du leihst es ihr und hörst ihr eine Weile zu, möchtest sie aber nicht in die Diele bitten, da du schon eine Weile nicht mehr zum Aufräumen kamst. Nachdem sie gegangen ist startest du endlich die Waschmaschine und merkst, dass du vergessen hast den Herd einzuschalten. Dann beginnst das Geschirr in der Spüle zu säubern, denn ohne Tasse wird es nichts mit dem Tee. Aber welche Sorte soll es überhaupt sein? Du grübelst über die Wirkungen der verschiedenen Kräutertees nach, als das Telefon klingelt. Deine Schwester ist dran und möchte sich mit dir verabreden, um die nächste Familienfeier mit dir planen. Mit dem Hörer am Ohr krakelst du im Kalender und quetschst den Termin zwischen den Jour Fix und die etlichen Meetings. Am Ende des Telefonats wird dir Tee aus frischem Ingwer empfohlen. Da du keinen Ingwer da hast, bist du nun zwar auch nicht schlauer, aber während du erschöpft die Wand anstarrst und in dir leises Unbehagen über eine flink heranrückende Deadline aufkommt, die dir dein Vorgesetzter gestellt hat, flattert ein Spatz durch dein Fenster und bremst panisch gerade noch so vor dem Kühlschrank ab, während die Waschmaschine piepsend beginnt einen Error zu melden. Nicht weniger aufgescheucht als der verirrte Vogel flatterst du, auf der Suche nach einem Tuch, mit dem du den Vogel vorsichtig und stressfrei einfangen willst, von A nach B durch die Wohnung. Schließlich fischst du ein Geschirrtuch vom Wäschehaufen, während der mittlerweile zerzauste Vogel versucht sich vor dir hinter deinem Schuhregal zu verstecken. Nach einer doch nicht so stressfreien Verfolgungsjagd, viel gutem Zureden von deiner Seite und zwei bis drei vereitelten Attacken gegen dich von seiner Seite, sitzt der Vogel bewegungslos unter dem Geschirrtuch. Schweißgebadet und außer Atem gelingt es dir den Vogel vom Balkon aus in die Freiheit zu entlassen. Zurück in der Wohnung denkst du über die Absurdität dieser Situation nach, als sich ein unangenehmes Pfeifen mehr und mehr in deine Gedanken bohrt. Der Teekessel. Der Tee, den du längst hattest trinken wollen. Die Küche voller Wasserdampf. Du kramst einen Beutel Salbei-Tee aus dem Regal und gießt dir eine frische heiße Tasse auf. Seufzend stellst du die dampfende Tasse auf den Couchtisch, schließlich muss der Salbei erstmal gut durchziehen, und wirfst dich aufs Sofa. Du beobachtest den Wasserdampf, der von der Tasse aufsteigt und sich schwabernd mit der Umgebung vermischt. Dass dir die Augen zufallen merkst du schon nicht mehr. Während du wie durch einen Trichter immer weiter in einen fiebrigen Traum rutschst, zieht dein Salbeitee durch und kühlt nach und nach aus.

09 Die Kernbotschaft

Beachte was dir gut tut.

10 Der Slogan

it's worthwhile

11 Die Reaktion

Nutzer*innen empfehlen die App an andere weiter

Nutzer*innen teilen ihre Erfahrungen und Erfolge mit der App auf ihren sozialen Plattformen

12 Der Reason Why

Durch die Applikation wird bei Nutzer*innen das Bewusstsein für die Wichtigkeit von Bewegung im Alltag gestärkt. Das Einbinden von verschiedenen Bewegungsformen wird für Nutzende selbstverständlich.

13 Die Anmutungskriterien

beruhigend

entschleunigend

empfindsam

motivierend

13 Die Anmutungskriterien

beruhigend = Farben

entschleunigend = Layout

empfindsam = Typografie

motivierend = Bildsprache

15 Moodboard



15 Moodboard



CREATIVE BRIEF

15 Die Vorgaben

Verwendung einer KI

16 Die Medien

Smartphone und One Pager

16 Der Zeitplan

Phase 1

Creative Brief, Main Idea, Konzeption, Look and Feel

Phase 2

Grobkonzeption

Phase 3

Feinkonzeption

Phase 4

Umsetzung

Phase 5

Feedback



18 Namensliste

Ease, Pepp, Timi, Mindy, Bliss, Blizz

Timi, Timey, Mindy, Slolo, Ease, Flexi, Flow, Mat, Matty, Aura, Auri, Toni, Bubbly, Bouncy, Pepp, Zippy, MindLess, MindEase, FlexiFlow, Chilly, EasyPeasy, Spark, Sync

FitFusion	ZenFlex	InnerEase	Cove
FlexiFit	MindfulMotion	CalmCraft	Soothe
BodyBalance Pro	FlexiLife	SelfSoothe	Core
ZenMotion	BodyBliss	WellnessWave	InnerCalm
ActiveFlow	StretchSphere	NourishNest	Oasis
FlexiZen	ZenTensity	JoyJourney	Bliss
FitQuest	ActiveHarmony	Tranquil	EarthyElevate
MindfulMoves	FlexiFocus	Haven	Quili
Flexify	FitSpirit	FlowGuide	Nest
StretchSpot	Mind	CalmCore	Serene
ToneTrax	StretchEase	Blissful	Wander
ZenSculpt	ZenActive	SoulSerenade	Laxa
FlexiFlow	FlexiPulse	NourishNook	Breathe
FitMind Fusion	BodyBalance	Joy	Flexi
BodyZen	ActiveAura	Harmony	Sync
MindBody	Stretch	SoulSpark	Blizzy
FlexiForm	FitFlare	Journey	
Soul	Zen	PeacePath	

19 User Journey

Awareness	Durch Erzählungen von Anderen, über Soziale Medien oder über die aktive Suche nach einer App, die hilft Bewegung, Aktivitäten und Entspannung in den Alltag einzubauen, wird Blizz gefunden
Consideration	Bewertungen zur App werden durchgelesen, es wird sicher gegangen, dass keine Kosten anfallen oder welche, bevor die App gedownloadet wird
Purchase	Die App wird im App Store heruntergeladen
Engagement	Man ist gestresst, saß 9h am Schreibtisch und kommt mit einem verspannten Nacken nach Hause. Bliss schlägt Streching- und Meditationsübungen vor, die ins verfügbare Zeitfenster passen
Renewal	Man ist froh Blizz zu haben und ruft sie regelmäßig zur Hilfe, außerdem erzählt man allen Freund*innen von Blizz



vorher: Alltagsprobleme, Stress, keine Bewegung

