



Runtastic: aplicação de apoio a treinos desportivos para smartphone disponível em português (promoção até 31-07-2012)

Para marcar o lançamento da Runtastic GmbH (Áustria) no sector da Saúde e Fitness em Portugal com a aplicação para smartphones «**runtastic GPS Treinador para corridas e exercícios**» (gratuito) em português, serão sorteados 5 códigos promocionais para utilizar as funções da versão PRO.

O Runtastic é uma aplicação para registar os dados das suas práticas desportivas. Clicando no botão “Início”, esta aplicação começa a medir a duração, distância percorrida, velocidade, ritmo, maior e menor altitude do percurso e até as calorias queimadas. O GPS marca os seus percursos no mapa. Além disso, esta *app* permite guardar os dados dos seus treinos no seu perfil na página da Runtastic (<http://www.runtastic.com>) e partilhá-los com os seus amigos através do Twitter ou do Facebook.

Esta *app* inclui uma lista com mais de 30 tipos de atividades, tais como corrida, ciclismo, caminhada, patinagem e até artes marciais. As funções oferecidas podem ser adaptadas tanto para os verdadeiros atletas como para os praticantes amadores.

Da próxima vez, quando sair para praticar desporto, não se esqueça de levar o seu *smartphone*! Divirta-se no seu percurso, registre os dados do seu treino e partilhe o seu entusiasmo por estar em forma com seus amigos!

Para celebrar a estreia desta aplicação, a Runtastic está a oferecer códigos promocionais aos utilizadores de Portugal.

Oferta de 5 códigos promocionais (serão disponibilizadas as funções da versão paga do aplicativo)

*a promoção começa a 01-07-2012 (0:00 hora portuguesa) e vai até 31-07-2012 (23:59 hora portuguesa).

Durante este período, registre-se no site <http://www.runtastic.com> ou diretamente através da aplicação e envie os seus treinos ao site, via Facebook ou via Twitter. A promoção é válida apenas para residentes em Portugal. Os vencedores serão contactados diretamente por email.

RUNTASTIC PRO & GPS COACH
Cálculo automático de distância, tempo, velocidade, passo, caloria consumida, altitude, batimento cardíaco, ...

DIÁRIO DE TREINO & ESTATÍSTICAS
Estatísticas detalhadas das suas atividades desportivas

E MUITAS OUTRAS FUNCIONALIDADES
Visualização satélite, Zonas de batimento cardíaco, Gráficos, Competições, Bússola, Intervalo de treino

Características do 「runtastic GPS Treinador para corridas e exercícios」 (gratuito):

- Mapa dos seus treinos em tempo real com o GPS interno;
- Monitoriza o seu progresso (tempo, distância, velocidade, ritmo, calorias, altitude, etc.);
- Treino diário e métricas;
- Estatísticas semanais, mensais e anuais;
- Mapeamento: mapa detalhado ao vivo e histórico de mapas das sessões anteriores (Google maps);
- Painel de configurações: exhibe as suas estatísticas preferidas;
- Gráficos: veja gráficos com informações de altitude, ritmo e velocidade;
- Análise de desempenho com divisão de tempo;
- Escolha de objetivos e metas por tempo e/ou distância;
- Cálculo preciso de ganho e perda de elevação;
- Treinos com entrada manual: adicione os treinos na passadeira, spinning e levantamento de pesos, etc;
- Modo paisagem;
- Partilhe o seu progresso no Facebook e no Twitter.

Características adicionais do 「runtastic PRO GPS Treinador para corridas e exercícios」 (4,99€)

- Feedback de voz durante os treinos: feedback para cada quilómetro ou intervalo de tempo que você desejar;
- Acompanhamento ao vivo: mostre aos seus amigos onde está a treinar;
- iPod integrado: escolha as suas músicas preferidas durante o treino;
- Powersong: reprodução da sua Powersong para se motivar;
- Apoio: receba o apoio dos seus amigos durante as suas atividades;
- Treino com intervalo e coaching: melhore o seu desempenho aumentando gradualmente o seu treino;
- Informação de frequência cardíaca;
- Competições: pode competir com os seus próprios dados ou com os seus amigos;
- Campos de tabela para cada quilómetro;
- Objetivo de calorias: defina o seu objetivo de calorias para queimar e utilize o feedback para atingí-lo;
- Objetivo de ritmo: define o seu objetivo de ritmo preferido;
- Geotagging: tire fotos durante os seus treinos que serão guardadas na página de internet no mapa do percurso;
- Tempo e temperatura: receba a informação atual do tempo que será guardada automaticamente depois dos treinos;
- Previsão do nascer e do pôr-do-sol;
- Sem publicidade.

iTunes link

「runtastic GPS Treinador para corridas e exercícios」 (gratuito)

<http://www.runtastic.com/apps/iphone/runtastic/lite>

「runtastic PRO GPS Treinador para corridas e exercícios」 (4,99€)

<http://www.runtastic.com/apps/iphone/runtastic/pro>

Android

「runtastic」 (gratuito)

<http://www.runtastic.com/apps/android/runtastic/lite>

「runtastic PRO」 (3,99€)

<http://www.runtastic.com/apps/android/runtastic/pro>