

Sport & Wandern

Benutzerhandbuch

Jeffrey-Apps | 19. Oktober 2026 | Android smartphone & tablet

© 2026 Jeffrey Haimé

1. Über die App

Sport & Wandern ist eine Android-App, mit der du Spaziergänge und Läufe aufzeichnen, Routen speichern und erneut ablaufen sowie einen Intervalltimer für dein Training nutzen kannst.

Aktivitätsdaten werden lokal auf deinem Gerät gespeichert. Für Routen und Karten werden Standortdienste benötigt; die Kartenanzeige kann eine Internetverbindung erfordern.

2. Erste Schritte

Öffne die App und wähle auf dem Startbildschirm eine Aktivität aus.

Erlaube den Standortzugriff, wenn Android danach fragt und du einen Spaziergang oder Lauf aufzeichnen möchtest. Aktiviere die Standortdienste deines Geräts.

Mit Zurück gelangst du zum vorherigen Bildschirm. Die Anordnung der Schaltflächen kann je nach Bildschirmgröße abweichen.

3. Gehen und Laufen

Starte den Geh- oder Laufracker auf dem Startbildschirm. Er zeigt Strecke, verstrichene Zeit, Tempo und deine Route auf einer Karte an.

Warte vor dem Start auf eine ausreichend genaue Standortbestimmung und nimm dein Smartphone mit.

Beende die Aufzeichnung nach der Aktivität und nutze die angebotene Speicherfunktion. Prüfe anschließend deine gespeicherten Routen.

4. Routen speichern und erneut folgen

Öffne die gespeicherten Wanderrouen, um frühere Aufzeichnungen zu finden.

Wähle eine gespeicherte Route aus, um sie anzusehen oder erneut zu folgen. Die Routenführung kann dich warnen, wenn du von der Route abweichst.

Lass die Standortdienste aktiviert und achte stets auf deine Umgebung. Die App ersetzt keine Verkehrsschilder und keine sichere Orientierung.

5. Intervalltimer

Öffne den Intervalltimer für Kraft- oder Fitnesstraining. Stelle die verfügbaren Belastungs- und Ruheintervalle ein und starte den Timer.

Steuere das Training über die großen Bedienelemente. Sprachausgaben können beispielsweise den Beginn einer Ruhephase ankündigen.

Falls du nichts hörst, überprüfe die Medienlautstärke und die Android-Einstellungen für die Sprachausgabe.

6. Sprachen und Sprachausgabe

Die App unterstützt Niederländisch, Englisch, Spanisch und Deutsch. Es gibt keine eigene Sprachauswahl in der App: Die erste unterstützte Sprache aus der Android-Sprachenliste wird verwendet. Andernfalls wird Englisch genutzt.

Ändere die Reihenfolge bei Bedarf unter Android Einstellungen > Allgemeine Verwaltung > Sprache (die Bezeichnungen können abweichen). Starte die App neu, falls die Änderung nicht sofort erscheint.

Gesprochene Hinweise folgen der App-Sprache. Für deutsche Sprachausgabe muss eine deutsche Text-zu-Sprache-Stimme auf dem Gerät installiert sein.

7. Probleme beheben

Keine Route auf der Karte? Überprüfe Standortberechtigung, Standortdienste und gegebenenfalls die Internetverbindung für die Karte.

Strecke bleibt bei null? Geh ins Freie, um besseren GPS-Empfang zu erhalten, und prüfe, ob die Aufzeichnung gestartet wurde.

Keine Sprachausgabe? Prüfe die Lautstärke und die installierten Android-Sprachstimmen.

Falsche Sprache? Prüfe die Reihenfolge der Android-Systemsprachen und starte die App neu.

8. Daten und Hinweise

Aktivitäten und Routen werden lokal gespeichert. Deinstalliere die App nicht und lösche keine App-Daten, ohne vorher zu prüfen, ob du deine Aufzeichnungen behalten möchtest.

Dieses Handbuch beschreibt bestätigte Funktionen. Genaue Beschriftungen und Bedienelemente können je nach App-Version und Gerät abweichen.