



# Apple/iOS: Anleitung zur Verknüpfung mit Apple Health

## Kilometer aus anderen Apps übertragen

Du kannst deine Radkilometer aus gängigen Tracking-Apps und Sportuhren (Garmin Connect, Strava, Google Fit, Samsung Health, Apple Health oder Polar etc.) in die Österreich radelt App übertragen. Hierfür benötigst du eine Verbindung zwischen den Tracking-Apps mit [Apple Health](#).

Die Österreich radelt App kann sich nur über [Apple Health](#) mit anderen Tracking-Apps oder Sportuhren verbinden. Das bedeutet: Wenn du deine geradelten Kilometer z.B. aus Strava übertragen möchtest, muss diese App mit Apple Health verknüpft sein. Es handelt sich dabei um eine einseitige Schnittstelle – Österreich radelt gibt keine Daten an Apple Health weiter.

Damit deine mit einer Tracking-App aufgezeichneten Radkilometer automatisch in der Österreich radelt App erscheinen, musst du also zwei Verbindungen herstellen:

1. Tracking-App → Apple Health
2. Apple Health → Österreich radelt

## Voraussetzungen

- die Österreich radelt App (neueste Version)
- [Apple Health](#) (meist bereits vorinstalliert auf iOS Geräten)
- eine Tracking-App oder Sportuhr (z.B. Garmin Connect oder Strava)

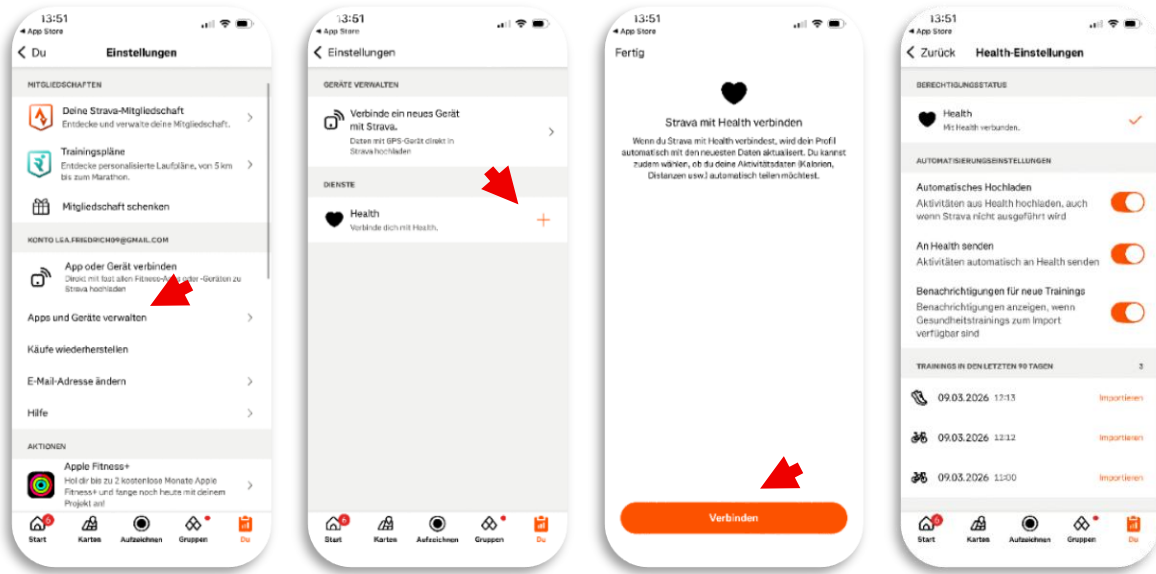
## Schritt-für-Schritt Anleitung

### Schritt 1: Apple Health installieren

Lade [Apple Health](#) im App Store herunter (meist bereits vorinstalliert auf iOS Geräten).

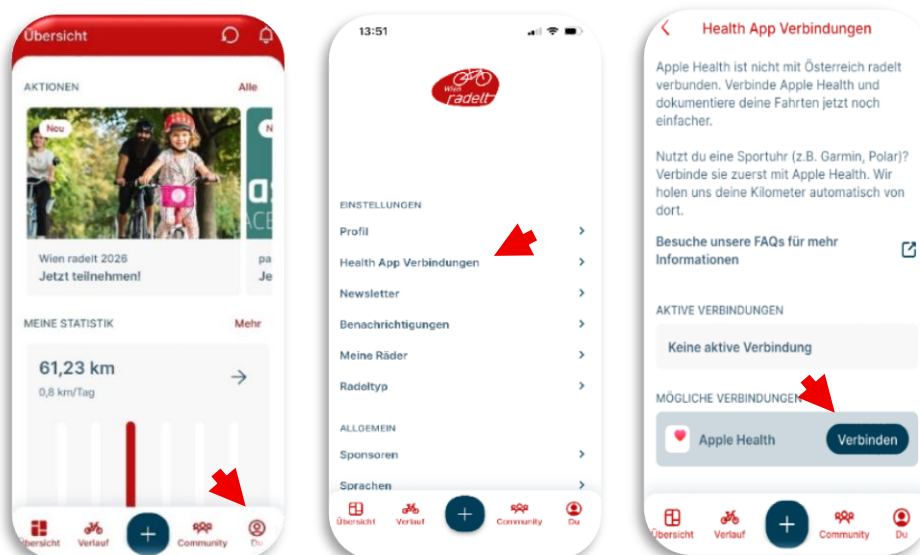
### Schritt 2: Tracking-App mit Apple Health verbinden

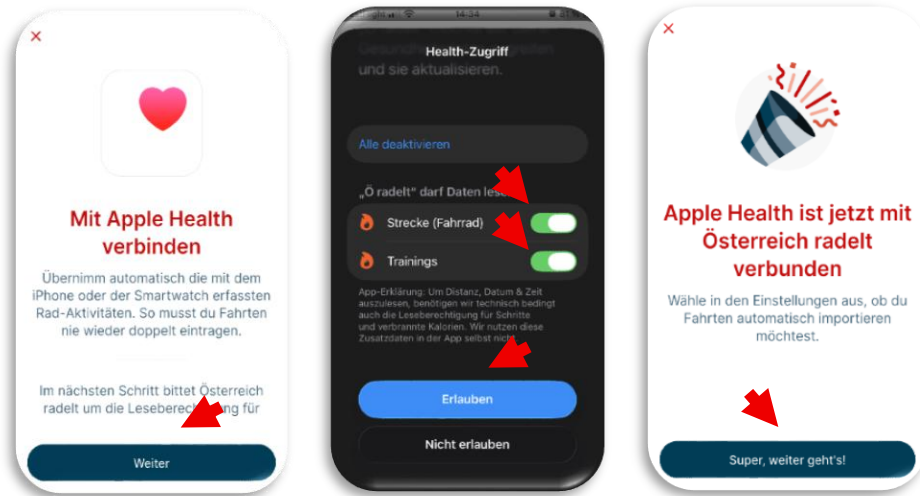
- Öffne deine Tracking-App (hier z.B. Strava)
- Gehe auf „Apps und Geräte verwalten“ → „Health“ → „Verbinden“ und aktiviere alle Zugriffe



### Schritt 3: Österreich radelt mit Apple Health verbinden

- Öffne die Österreich radelt App
- Gehe unten rechts auf „Du“ (Profil)
- Wähle „Health App Verbindungen“ → „Verbinden“ und klicke auf „Weiter“
- Erlaube alle Zugriffe (Strecke (Fahrrad) & Trainings) und bestätige mit „Erlauben“

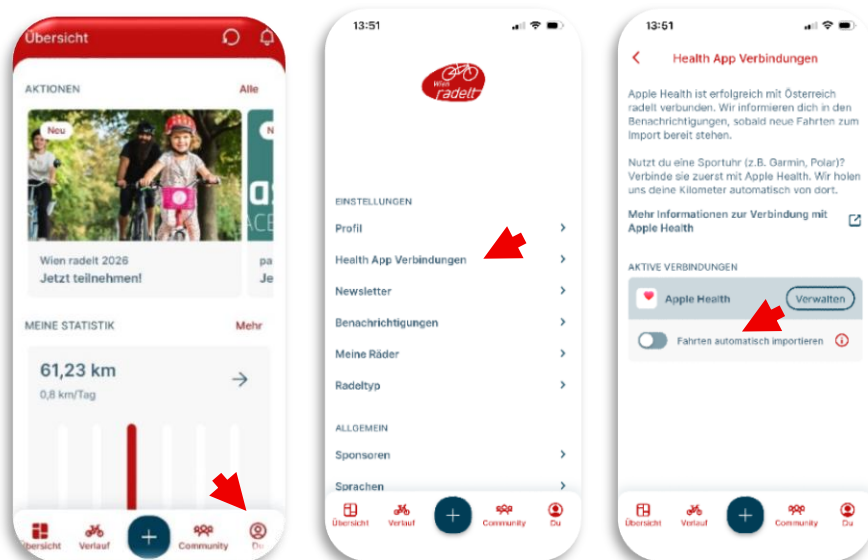




#### Schritt 4: Automatische oder manuelle Kilometer-Übertragungen auswählen

Du kannst wählen, ob du deine Kilometer von deiner Tracking-App automatisch übertragen möchtest oder manuell (einzelne Fahrten):

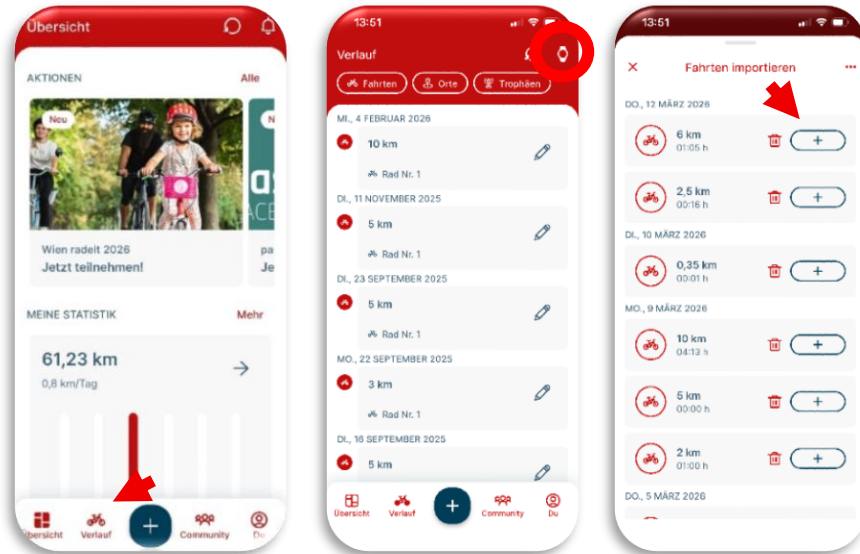
- Öffne die Österreich radelt App
- Gehe unten rechts auf „Du“ (Profil)
- Wähle „Health App Verbindungen“
- Entscheide, ob du eine automatische oder manuelle Übertragung nutzen möchtest  
 👉 Empfehlung: automatisch importieren



Automatische Übertragung: Wir empfehlen, Fahrten automatisch zu importieren. Deine Fahrten werden im Hintergrund von selbst in die Österreich radelt-App übernommen – du musst nichts weiter tun.

Manuelle Übertragung: Bei der manuellen Übertragung werden deine Fahrten zwar im Hintergrund erkannt und synchronisiert, aber nicht automatisch in Österreich radelt übernommen. Wenn du nur einzelne Fahrten übertragen möchtest:

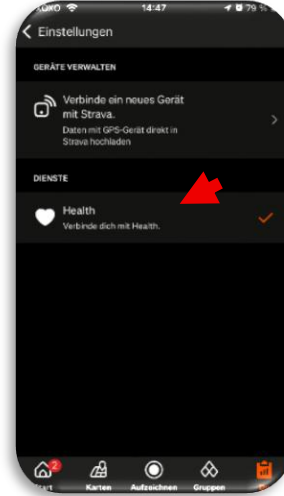
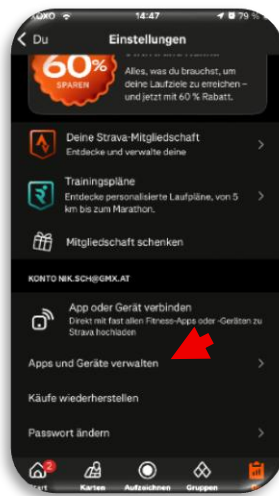
- Öffne den Verlauf in der Österreich radelt App
- Tippe oben rechts auf das Uhr-Symbol (Dieses Symbol erscheint **nur** wenn die Fahrten **nicht automatisch** übertragen werden)
- Wähle die gewünschten Fahrten aus und füge sie per Plus hinzu



Sobald alles verbunden ist, werden deine in Tracking-Apps aufgezeichneten Radkilometer automatisch in der Österreich radelt App übernommen. 🚲

### Schritt 5: Einstellungen gegebenenfalls in bspw. Strava prüfen

- Öffne Strava
- Gehe zu deinem Profil („Du“)
- Öffne die Einstellungen (Zahnrad)
- Wähle „Apps und Geräte verwalten“
- Aktiviere ggf. „Health“



**Jetzt bist du startklar – also rauf aufs Rad und los geht's!** 

Bei Fragen wende dich an die Betreuerteams deines Bundeslandes:

Wien: [wien@radelt.at](mailto:wien@radelt.at)

Niederösterreich: [niederoesterreich@radelt.at](mailto:niederoesterreich@radelt.at)

Oberösterreich: [ooe@radelt.at](mailto:ooe@radelt.at)

Burgenland: [burgenland@radelt.at](mailto:burgenland@radelt.at)

Salzburg: [salzburg@radelt.at](mailto:salzburg@radelt.at)

Steiermark: [steiermark@radelt.at](mailto:steiermark@radelt.at)

Kärnten: [kaernten@radelt.at](mailto:kaernten@radelt.at)

Tirol: [tirol@radelt.at](mailto:tirol@radelt.at)

Vorarlberg: [vorarlberg@radelt.at](mailto:vorarlberg@radelt.at)