

Alles, was CicloStudio für Sie übernimmt

Ein Leitfaden für Instruktor:en: was die Plattform Ihnen abnimmt und was sie Ihnen dafür in die Hand gibt.



DIE AUFGABE

Worauf Ihre Qualifikation Sie vorbereitet

Eine Stunde, die Freude macht

Jeder Fahrer geht mit einem großartigen Erlebnis nach Hause.

Ein sicherer Raum

Einstellung, Technik und Intensität – für alle im Blick behalten.

Ein wirklich inklusiver Kurs

Jedes Niveau, jede Voraussetzung, in derselben Einheit.

Anerkannte Indoor-Cycling-Qualifikationen decken jeden Teil dieser Aufgabe ab.



WAS SIE NICHT ABDECKT

Nichts davon betrifft die Technik

Leistungs- und Metrikdaten

FTP, Watt, Zonen – nicht Teil des Lehrplans.

Bildschirme und Verbindungen

Räder koppeln, Displays steuern,
Verbindungsabbrüche beheben.

Vernetzte Cycling-Systeme

Profile, Bestenlisten, Live-Daten während des Kurses.

Keine Indoor-Cycling-Qualifikation deckt das ab. Das war nie ihre Aufgabe.

COL%

Kcal

W/kg

COL Classification	vs Class	RPM	HR	Zone
1  Alison	+5%	93	♥ 93	
2  Clementine	+3%	90	♥ 89	
3  Alexander	+2%	87	♥ 86	
4  Bobby	Level	85	♥ 90	
5  Carla	Level	85	♥ 91	
6  Dan	Level	80	♥ 92	
7  Alex	Level	85	♥ 88	
8  Ali	-1%	85	♥ 87	
9  Benjamin	-3%	80	♥ 90	
10  Ben	-5%	85	♥ 87	

UND TROTZDEM

Licht, Großbildschirme und vernetzte Räder: Weltklasse

Doch alles landet bei Ihnen

Den Bildschirm bedienen. Das Licht steuern. Die Räder verbunden halten. Die Musik einsetzen – und dabei unterrichten.



Gamepad



Laptop



Lichtpult



Aux-Kabel

Enorme Verantwortung für den Instruktor – zusätzlich zu einer großartigen Stunde.

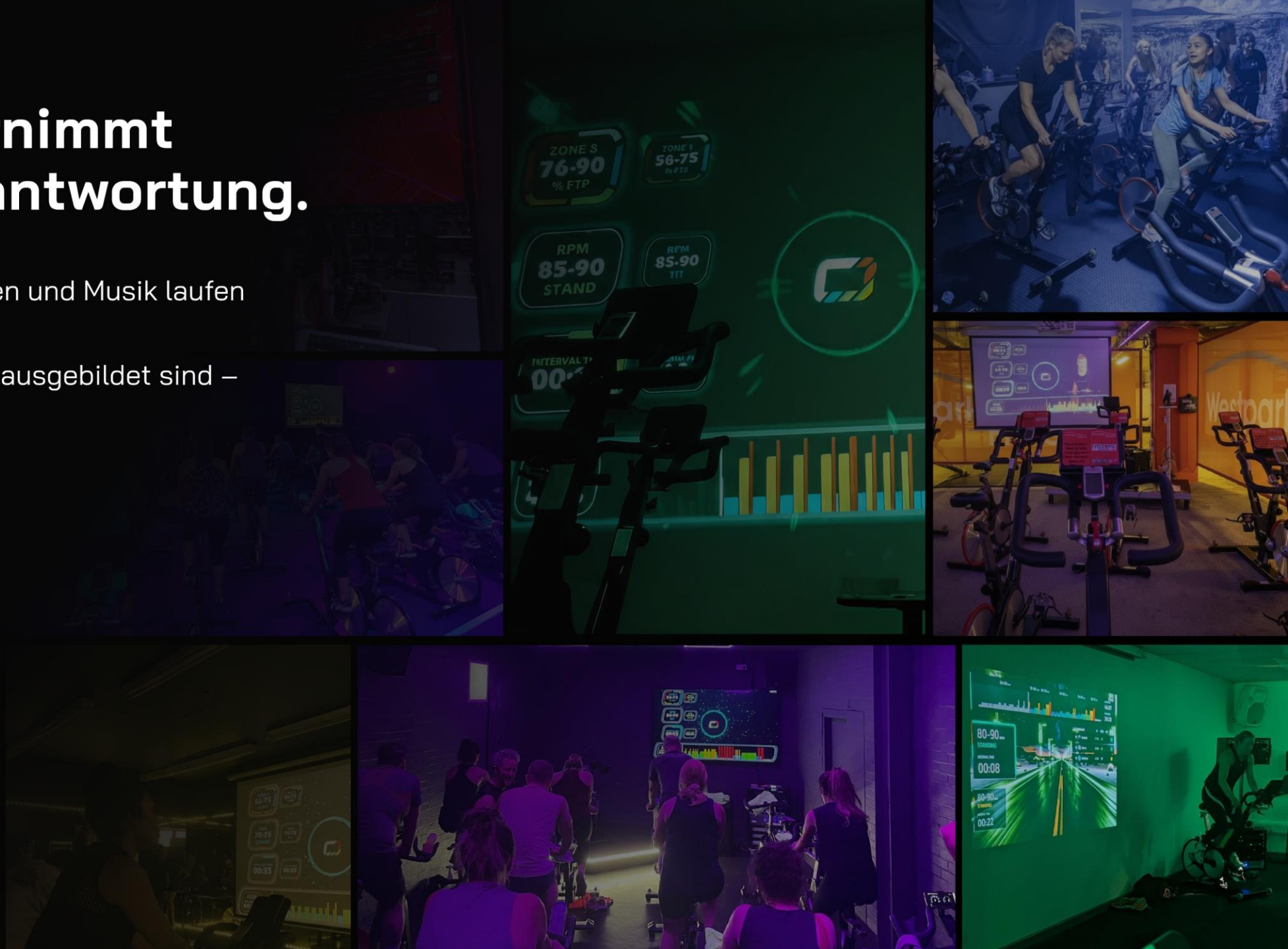


BIS JETZT

Ciclo übernimmt diese Verantwortung.

Bildschirm, Licht, Daten und Musik laufen von selbst.

Sie tun das, wofür Sie ausgebildet sind – den Raum anleiten.



Der ganze Kurs, für alle sichtbar

Die Anzeige

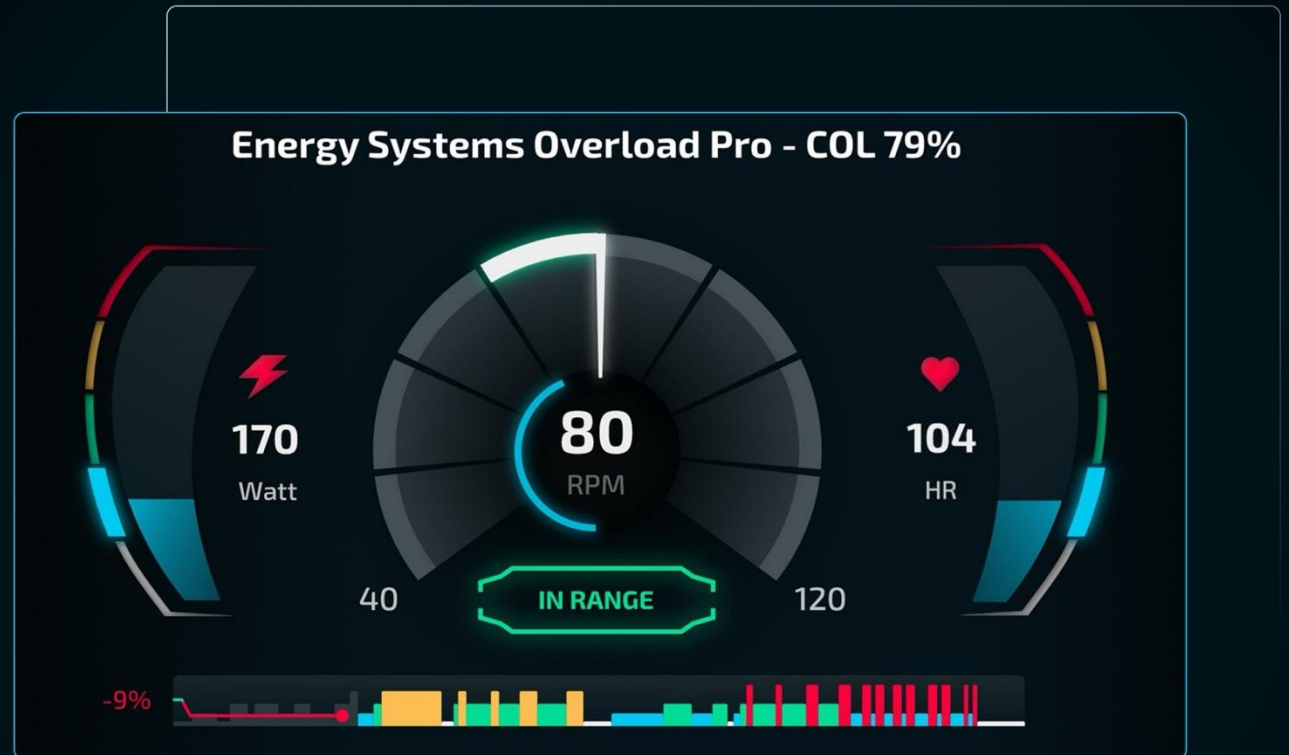
Zone, RPM-Bereich, sitzend oder stehend, Restzeit.

Das Kursprofil

Der ganze Kurs im Überblick – was war, was kommt.

Die Szenerie

Pro Kurs eine Welt wählen. Sieben stehen zur Auswahl.



Die Studiowoche an einem Ort

Das Team aufbauen

Jeder Instruktor einmal eingeladen. Keine Gebühr pro Platz.

Zugriffsrechte

Auswählen, Planen, Erstellen, Hochladen, Lernen, Abrechnung, Admin.

In mehreren Studios unterrichten

Ein Konto. Jedes Studio legt fest, was Sie dort dürfen.

Tragen Sie sich als Instruktor in den Kurs ein – das schaltet Ihre Steuerung frei.

Virtual Live Freestyle

Week Playlist: Full Week 1 Repeat every week

< > Aug 31 - Sep 06, 2026

Select all	Monday	Today	Wednesday	Thursday	Friday
	31	01 Tuesday	02	03	04
11:00 AM	Jumps & Sprints - COL 74% 11:00 AM - 11:45 AM	Seek & Destroy - COL 73% 11:00 AM - 11:47 AM	Dark Chaos - COL 69% 11:00 AM - 11:31 AM	Hot HiIT Party - COL 89% 11:00 AM - 11:29 AM	The Quick Calorie Kill 11:00 AM - 11:32 AM
12:00 PM	Berserka 77 lite - COL 65% 12:00 PM - 12:45 PM	Ride to Recovery 30 - COL 61% 12:00 PM - 12:33 PM	Follow Me Pro - COL 74% 12:00 PM - 12:47 PM	Icarus Pro - COL 75% 12:00 PM - 12:33 PM	Supercharged Tempo 12:00 PM - 12:47 PM
1:00 PM	Anaerobic to Aerobic & Repeat - 1:00 PM - 1:48 PM	The Equalizer Pro - COL 81% 1:00 PM - 1:50 PM	Power, Switch, Rinse & Repeat - 1:00 PM - 1:48 PM	Ace the Pace - COL 72% 1:00 PM - 1:34 PM	45m Medium Intensity 1:00 PM - 1:45 PM
2:00 PM	Supercharged Tempo - COL 81% 2:00 PM - 2:47 PM	Anaerobic to Aerobic & Repeat - 2:00 PM - 2:48 PM	Ace the Pace Pro - COL 72% 2:00 PM - 2:34 PM	High Roller Pro - COL 90% 2:00 PM - 2:51 PM	Icarus - COL 75% 2:00 PM - 2:33 PM
3:15 PM	Cadence is King - COL 74% 3:00 PM - 3:45 PM	45m Medium Intensity Live Class 3:00 PM - 3:45 PM	Space & Time - COL 61% 3:00 PM - 3:47 PM	The VO2 Kick 30 - COL 80% 3:00 PM - 3:32 PM	Ride Climb & Recover 3:00 PM - 3:46 PM
4:00 PM	The VO2 Kick 30 - COL 80% 4:00 PM - 4:32 PM	A Real HiIT Mix - COL 82% 4:00 PM - 4:48 PM	Anaerobic to Aerobic & Repeat - 4:00 PM - 4:48 PM	30' Neuromuscular Sprints - COL 4:00 PM - 4:36 PM	Mellow Yellows - COL 68% 4:00 PM - 4:30 PM
5:00 PM	PowerDrop - COL 77% 5:00 PM - 5:48 PM	The Quick Calorie Killer - COL 81% 5:00 PM - 5:32 PM	Icarus - COL 75% 5:00 PM - 5:33 PM	Space & Time - COL 61% 5:00 PM - 5:47 PM	Shockwave - COL 68% 5:00 PM - 5:34 PM
6:00 PM	Ride Climb & Recover - COL 73% 6:00 PM - 6:46 PM	Tale of Two Climbs - COL 74% 6:00 PM - 6:45 PM	Mellow Yellows - COL 72% 6:00 PM - 6:30 PM	The Quick Calorie Killer - COL 81% 6:00 PM - 6:32 PM	Dance Trance Climb 6:00 PM - 6:46 PM

DIE KURSWAHL

Die Bibliothek – und was Sie daraus wählen

Vorprofilierter Kurse

Aufgebaut, getimt, auf die Musik abgestimmt. Reinkommen und unterrichten.

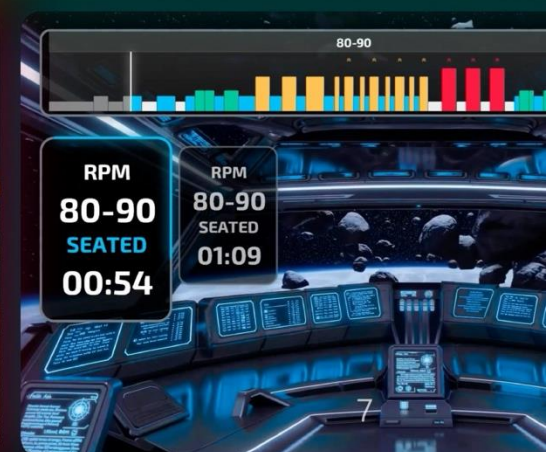
Freestyle-Kurse im Rhythmus

Kein Profil. Sie geben jede Zone und jede RPM live vor.

COL% ist der Schwierigkeitsgrad

65–72 % ist eine leichte Einheit. Ab 80 % wird es Hochleistung.

Tragen Sie sich als Instruktor in den Kurs ein – das schaltet Ihre Steuerung frei.



VOR DEM START

Starten, wenn der Raum bereit ist

Vernetzter Warteraum

Sehen Sie vor Beginn, wer verbunden und auf dem Rad ist.

Den Kurs verzögern

Den Start um bis zu fünf Minuten verschieben. Ein Tippen.

Niemand startet im Rückstand

Intervalle vor dem Beitritt zählen gegen das COL% des Fahrers.

The session will start in
00:02:56



DELAY CLASS



2 MINS



CONFIRM

Les P

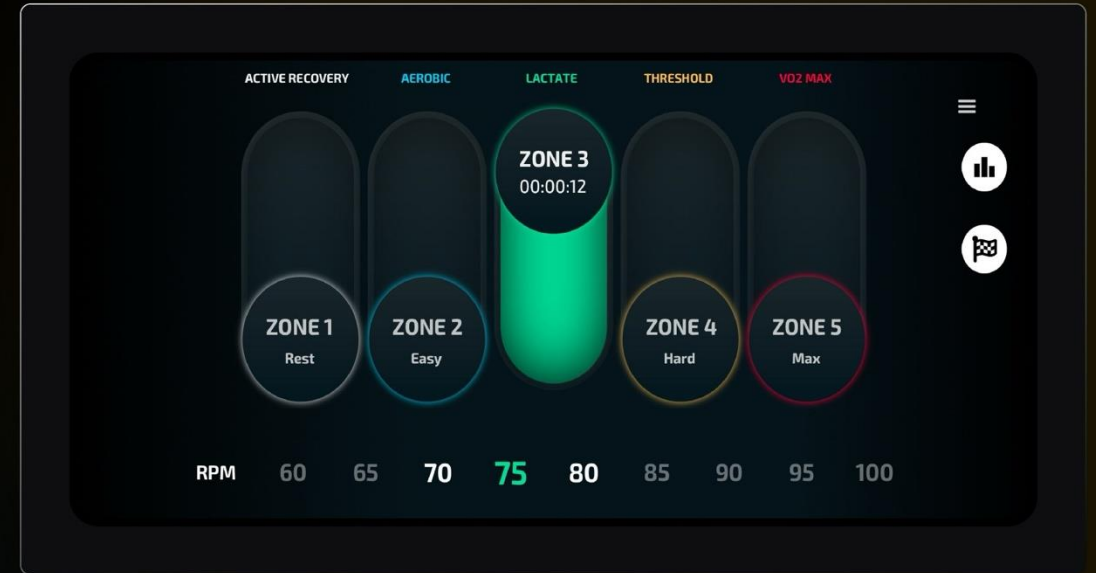
67%

Alles, was Sie brauchen, in einer Hand



Proflierter Kurs

Die Metrik wechseln. Eine Challenge für mehr Schwung starten.



Freestyle-Kurs

Zone umschalten, RPM antippen. Die Anzeigen ändern sich sofort.

Bauen Sie die Stunde, die Sie im Kopf haben

Ihre Musik oder unsere

Eigene Tracks importieren oder aus der lizenzierten Ciclo-Bibliothek wählen.

Playmix mit Auto-Crossfade

Tracks blenden automatisch ineinander. Zone, Position und RPM festlegen.

Einmal speichern, immer unterrichten

Beschreibung und Instruktor-Infos ergänzen. Beliebig oft wiederholen.

Unbegrenztes Erstellen für jeden Instruktor. Die Spotify-Integration kommt.



Kein Test. Nie wieder.

Pflicht in der ersten Stunde

Jeder neue Fahrer wird während einer ganz normalen Einheit erfasst.

Danach in jeder Stunde optional

Fahrer schalten ihn ein, wann immer sie neu prüfen möchten.

Das Leistungsprofil bleibt ehrlich

Ein genauer FTP, ohne je eine Stunde dafür zu opfern.

Neuer empfohlener FTP



Um auf Kurs für deine CicloZone-Trainingsziele zu bleiben, empfehlen wir dir, deinen FTP-Wert auf 334 zu erhöhen.

Free-Ride 15 Mar 2025

🚴 BodyBike 🏠 Polar JohnW1
🕒 9 min

Berserka 77 - COL 75% 15 Mar 2025

🚴 BodyBike
🕒 9 min COL 74%

Der Raum wechselt die Farbe zur Zone

Vollständig automatisch

Nichts anzusagen, nichts zu bedienen. Es folgt dem Kurs.

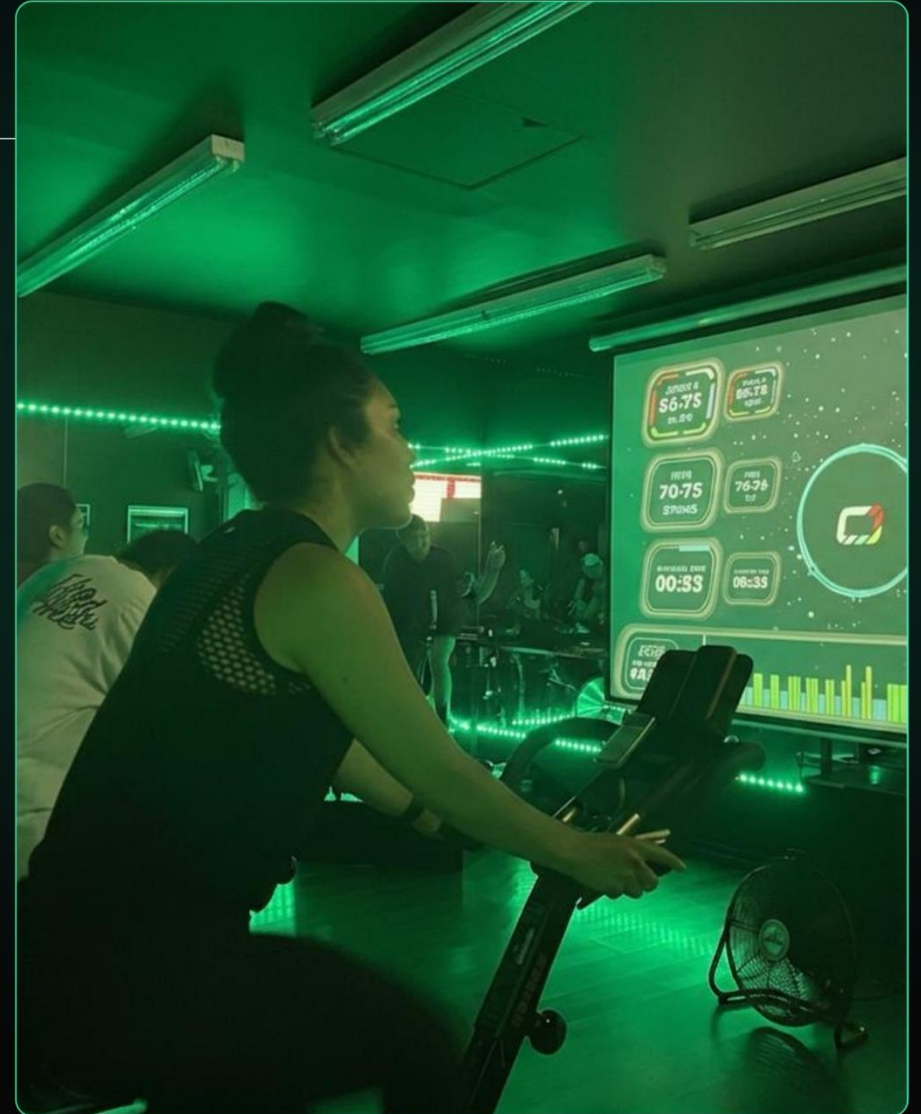
Zonenfarbe im ganzen Studio

Dieselbe Farbe, die Ihre Fahrer auf ihrer Anzeige sehen.

Volle Immersion

Fahrer spüren das Intervall, bevor sie nach unten schauen.

Automatisch in Studios mit installiertem DMX-Licht-Add-on.



*Automatisch in Studios mit installiertem DMX-Licht-Add-on.

WORAUF ES HINAUSLÄUFT

Sie unterrichten. Ciclo macht den Rest.

Bildschirm, Licht, Daten, Musik – automatisch.
Ihre Aufgabe ist die, für die Sie ausgebildet sind.

Kontakt:

hello@ciclozone.com

