

KI am Handgelenk: Das intelligente Armband

Ein hauchdünnes Etwas schmeichelt um mein Handgelenk. Edles Gefühl, es kribbelt leicht. Dieses KI-Armband ist die perfekte Ergänzung zur Optimierung meines Trainings. Endlich bin ich die schwere Uhr los, die geständigerweise vorwiegend der Imagepflege und nur gelegentlich der Zeitorientierung diene. Ein schwäbischer Hemdenmacher hatte mir einstmal vertraulich die linken Ärmel meiner Hemden leicht verkürzt, damit es unten schön herausfunkelte.

Diese Zeiten sind nun vorbei. Mit diesem schwarzmattem Band generiere ich biometrische Daten über mich selbst und nutze sie für meine Vorbereitungs-Workouts. Ich habe mir einiges vorgenommen: Nur noch knapp vier Wochen sind es bis zum Feuerlauf auf glühenden Kohlen beim jährlichen Verbena de San Juan, das wird ein Initiationsritus für Körper, Geist und Seele. Und direkt danach geht es zur Trans Chaco Rally, über Stock und Stein mit dem neuen Elektro-Geländewagen. Für diese Späße will ich fit sein. Mein momentanes Leben ist konsequent ausgerichtet auf physische und mentale Vorbereitung. Ich betreibe ein ausgeklügeltes Programm: Meditation und Visualisierungstechniken, binaurale Beats, schnelle Barfußläufe in Stadtparks und Einkaufszentren sowie montäglich traditionelle private Fußpflege bei einer leidenschaftlichen Influencerin aus dem Followerkreis der amtierenden Miss Grand Paraguay 2024.

Und jetzt noch das KI-Armband. Der Zufall hat es mir in die Hände gespielt. Beim Stopover in Rio de Janeiro kam ich mit einem kolumbianischen Geschäftsmann ins Gespräch, ein ausgewiesener KI-Experte nach

meinem Geschmack. Dieses Armband ist ein seltener und voll funktionsfähiger Prototyp eines Produkts, das aus strategischen Gründen noch unter dem Radar gehalten wird. Nach dem dritten Whisky konnte ich es ihm im Tausch gegen meine Omega Speedmaster abgewinnen. Das Armband ist ein technologischer Tausendsassa. Nicht nur Blutdruckwerte nimmt es auf, sondern es liefert auf Knopfdruck auch intimste Körperdaten. Online lässt sich das alles auswerten und zur Selbstoptimierung nutzen. Für jemanden wie mich der perfekte Booster für Coaching und Training.

Ich drücke auf den Knopf unter dem einzigen Leuchtpunkt, und das Bändle überträgt massenweise Big Data drahtlos auf mein Tablet. Rein damit in meine bevorzugte KI! Darin habe ich einen persönlichen Assistenten aufgesetzt, der mich in vielen Lebensfragen berät und in der Spur hält – für jemanden wie mich ein perfektes Entscheidungsunterstützungssystem. Ich lade die Rohdaten hoch und bitte um Analyse und Handlungsempfehlungen für die Wettkampfvorbereitungen, inklusive Körperpflege und Ernährung. Es ist sensationell – das Wissen der besten Ärzte und Coaches in einer App.

Die Ergebnisse kommen schubweise, ich kann sie mitlesen. Der Blutdruck sei soweit ok, die wenigen Ausreißer in den Rohdaten tolerabel. Zur Wettkampfvorbereitung empfiehlt die KI mir regelmäßiges Bürsten und Waschen, das halte das Fell sauber und glänzend. Dies sei besonders wichtig vor dem Wettkampf, um einen guten Eindruck zu machen. Und ich solle mir die Hufe regel-

mäßig schneiden und pflegen, um Verletzungen und Infektionen zu vermeiden. Nun, ein Frisörtermin müsste noch reinpassen, vielleicht kann die Influencerin die Haarpflege sogar miterledigen. Nun kommen Ernährungstipps. Ballaststoffreiche Ernährung durch Rauhfutter, hochwertiges Heu und frisches Gras sollten einen großen Teil der Ration ausmachen. Das bekomme ich mit meinem Mixer hin, der generiert Shakes in zwei Minuten. Mit Silage lasse sich der Nährstoffbedarf decken, ohne das Futtervolumen zu erhöhen. Auch das ist einfach, ich lasse die Shakes einfach zwei Tage in der Sonne stehen. Außerdem empfiehlt die KI Probiotika und Pansenpuffer, um Verdauungsprobleme zu vermeiden. Hm. Nun kommt die nächste Überschrift: Flüssigkeit. Die KI rät dazu, zusätzliche Tränken zu installieren, um den Wasserzugang zu erleichtern und Engpässe zu vermeiden. Der abschließende Tipp ist, eventuell über Entwurmung nachdenken.

Ums Handgelenk herum wird es mir gerade etwas schwitzig. Ich streife den Armreif ab. Das Ergebnis macht mich unruhig, ohne dass ich wüsste warum. Kognitive Dissonanz liegt so gar nicht in meinem Wohlfühlbereich. Vielleicht bin ich noch nicht bereit für diese KI. Manchmal mag weniger Information auch besser sein als größtmögliche Transparenz. Dieses Hightech-System richtet sich womöglich doch eher an Profisportler.

Grübelnd gieße ich mir Tereré nach und streife das Armband reflexartig über den polierten Guampabecher aus dem Horn von Comandante, meinem früheren Zuchtbulen. Das Armband blinkt auf.

Über den Autor

Prof. Dr. Karsten Wendland ist Informatiker, Humanwissenschaftler und Technikfolgenabschätzer. Seit 25 Jahren verbindet er Forschung und Lehre mit unternehmerischer Praxis, u.a. als Gründer und Entwickler von Forschungs- und Beratungsinstituten zu menschenzentrierter Technikgestaltung, als Vorstand einer Stiftung, als Projektsteuerer und Begleiter von Digitalisierungsprozessen sowie als Keynote Speaker mit Vorträgen u.a. in der EU und Lateinamerika. Er lehrt an verschiedenen Universitäten und Hochschulen. Seit 2017 ist er Mitglied der AHK Paraguay. Von ihm betreute Studenten aus Deutschland führten ihre Abschlussprojekte bei einem Fruchtsafthersteller und bei einem Rinderzüchter in Paraguay durch. Kontakt: karsten@wendland.de



Kostenloser KI-Workshop „Auswertung meiner Blutdruckdaten mit KI“

Kostenloses Angebot für die Leser von „Die Zeitung“

Online-Workshop „Auswertung meiner Blutdruckdaten mit KI“

Datum/Uhrzeit: 27. Juni 2024 um 11.00 Uhr Paraguay-Zeit/17.00 Uhr deutsche Uhrzeit.

Anmeldung:

DieZeitungPY@outlook.com

Sie erhalten dann umgehend die Einwahldaten.

Text: Karsten Wendland