



Benutzerhandbuch

Ein vollständiger Leitfaden zu jeder Funktion und jeder Schaltfläche

Version 2.0.0.
R&D Technology SRL — Belgien
Ausgabe September 2026

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
1. Willkommen bei RideComposer	5
Eine Philosophie: 100 % lokal	5
Die 4 Bildschirme der Anwendung	5
2. Installation, Testphase und Lizenz	6
2.1 Die Anwendung installieren	6
2.2 Die kostenlose 10-tägige Testphase	6
2.3 Das Lizenzfenster	6
2.4 Ihre Lizenz aktivieren	6
2.5 Den Plan wechseln	7
2.6 Auf einen anderen Computer umziehen	7
2.7 Die Anwendung aktualisieren	7
3. Die Oberfläche auf einen Blick	8
Die Seitenleiste (links)	8
Die Unterrichtsmethoden	8
4. Die Music Library	9
4.1 Die Schaltflächen der Kopfzeile	9
4.2 Suche und Filtern	9
4.3 Der Ordnerbaum	9
4.4 Die Track-Tabelle	9
4.5 Aktionen pro Track und Mehrfachauswahl	10
4.6 Der Mini-Player	10
4.7 Automatische Analyse (BPM, Power, Dauer)	10
4.8 MixMeister-Import	11
4.9 Die Bibliothek bereinigen	11
4.10 Tempo: das der Datei und das, was RideComposer berechnet	11
5. Unterrichtsmethoden, Ride-Typen und Theorie	12
5.1 Die fünf Unterrichtsmethoden	12
5.2 Den Ride-Typ vor dem Komponieren wählen	12
5.3 Was jede Zone erwartet	12
5.4 Abweichungen werden gemeldet, nie blockiert	13
5.5 Wo RideComposer die Techniken platziert	13
6. Der Ride Builder	14
6.1 Auswahl der Unterrichtsmethode	14
6.2 Die Schaltflächen der Kopfzeile	14
6.3 Die Info-Leiste des Rides	14
6.4 Die 4 Unterrichtszonen	14
6.5 Die Tracks innerhalb einer Zone	15
6.6 Quick Ride — automatische Erstellung	15
6.7 Ride exportieren / importieren (Pro)	15

6.8 Die Anzeige „● Unsaved“	16
6.9 Einen Track für eine Zone finden	16
6.10 Einen Kurs in Meine Rides wiederfinden.....	16
7. Der Track Editor	17
7.1 Die Wiedergabesteuerung.....	17
7.2 Das BeatMix-Panel	17
7.3 Die Wellenformen (aktuell / nächster)	17
7.4 Mehrere Loops.....	18
7.5 BPM-Korrektur für den nächsten Track.....	18
7.6 Unterrichtsmerkungen	18
7.7 Techniksymbole nach Unterrichtsmethode	18
7.8 Die freie Notiz	19
7.9 Die Tempokurve 🕒	19
7.10 Die Ride-Chips.....	20
8. Coach Mode	21
8.1 Die Kopfzeile.....	21
8.2 Das Ansagen-Banner	21
8.3 Das Panel des aktuellen Tracks.....	21
8.4 Das Panel „Next“	21
8.5 Die Marker-Leiste	21
8.6 Freihändig.....	21
9. Pro+-Funktionen: externe Bildschirme & Fernbedienung.....	22
9.1 Coach Mode auf einem externen Bildschirm (HDMI).....	22
9.2 Video Mode.....	22
9.3 Fernbedienung.....	22
10. Die Audio-Engine, einfach erklärt.....	23
Beat-genaue Übergänge	23
Beat-zu-Beat-Ausrichtung.....	23
Effektive Dauer (nie über Stille mixen)	23
Tempoänderung bei gleichbleibender Tonhöhe.....	23
11. Die Pläne: Solo, Pro, Pro+	24
Preise	24
12. LYRA — neue Tracks finden.....	25
12.1 Wofür LYRA da ist	25
12.2 So funktioniert es	25
12.3 Der Power-Farbcode	25
12.4 Was LYRA nicht ist.....	25
12.5 Von LYRA zu Ihrem Ride	26
13. Ihre Rides auf Telefon oder Tablet.....	27
13.1 Einen Ride online sichern.....	27
13.2 Einen Ride auf dem Telefon abspielen	27

13.3 Einen Ride mitnehmen — ohne Netz abspielen	27
13.4 Was Sie wissen sollten	27
14. Tipps & gute Praxis	28

1. Willkommen bei RideComposer

RideComposer ist die Software zur Kursgestaltung für Indoor-Cycling-Instruktoren (Spinning®, Schwinn Cycling®, Globe Cycling®, BICA). Sie verwandelt IHRE Musikbibliothek in strukturierte Einheiten, mit automatisch gemixten, beat-genauen Übergängen und einem Coach Mode, der Sie durch den Kurs führt.

Eine Philosophie: 100 % lokal

RideComposer streamt und hostet niemals Musik: Sie verwenden Ihre eigenen Audiodateien von Ihrer eigenen Festplatte. Die unmittelbaren Folgen: keine Tantiemen, keine Senderechte und voller Betrieb auch ohne Internetverbindung (nur die Lizenzprüfung benötigt das Netz).

Die 4 Bildschirme der Anwendung

Bildschirm	Aufgabe
 Music Library	Ihre Bibliothek verwalten: Import, automatische BPM- und Power-Analyse, Suche und Filtern.
 Ride Builder	Einen Kurs in 4 Unterrichtszonen aufbauen, von Hand oder automatisch (Quick Ride).
 Track Editor	Jeden Track fein abstimmen: Mixpunkt, Lautstärke, Tempokurve, Loops, Unterrichtsanmerkungen.
 Coach Mode	Den Kurs live leiten: Timer, Ansagen, Wellenform — freihändig.

💡 Am unteren Rand jedes Bildschirms können Sie über den Mini-Player jeden beliebigen Track anhören. In der Seitenleiste warnt Sie ein roter Punkt „● Unsaved“, sobald eine Änderung noch nicht gespeichert ist.

💡 Sie suchen Ideen für Tracks? Zu RideComposer gehört LYRA, ein kostenloses Web-Tool (lyra.ridecomposer.com), um neue Titel für Ihre Rides zu entdecken. Siehe Kapitel 12.

2. Installation, Testphase und Lizenz

RideComposer wird auf einem Windows-Computer installiert und arbeitet danach offline: Ihre Musik bleibt auf Ihrer Festplatte, und nichts wird gestreamt. Nur zwei Dinge benötigen eine Internetverbindung — die Prüfung Ihrer Lizenz und die Ankündigung von Updates.

2.1 Die Anwendung installieren

Laden Sie das Installationsprogramm von ridecomposer.com herunter und doppelklicken Sie darauf. Die Installation fügt RideComposer zum Startmenü hinzu, legt eine Desktop-Verknüpfung an und installiert eine übliche Deinstallationsroutine. Es ist keine Einrichtung nötig: Beim ersten Start ist die Anwendung einsatzbereit.

2.2 Die kostenlose 10-tägige Testphase

Jeder Plan beginnt mit einer kostenlosen 10-tägigen Testphase, ohne Kreditkarte. In diesem Zeitraum ist die Anwendung vollständig: Sie können Ihre Bibliothek analysieren, Rides aufbauen und sie im Coach Mode abspielen. Die Zahl der verbleibenden Tage wird im Lizenzfenster angezeigt.

Wenn die Testphase endet, wird nichts gelöscht: Ihre analysierte Bibliothek, Ihre Rides, Ihre Tempokurven und Ihre Anmerkungen bleiben alle erhalten. Nur der Zugang ist gesperrt, bis eine Lizenz aktiviert wird.

2.3 Das Lizenzfenster

Es ist die Übersicht Ihres Abonnements. Sie können es auf zwei Wegen öffnen: über die Schaltfläche „ Software upgrade“ unten in der Seitenleiste oder mit einem Klick auf die Versionsnummer unter dem Logo. Nach Ablauf der Testphase öffnet es sich außerdem von selbst — und nur in diesem Fall lässt es sich nicht mehr schließen, bis ein gültiger Schlüssel eingegeben wurde.

Element	Funktion	Plan
Statusleiste	„  Trial — X day(s) remaining“ während der Testphase, „  Trial period expired“ nach deren Ablauf, „ ☒ License active“ gefolgt von Ihrem Plan, sobald die Lizenz aktiviert ist.	Alle
Schlüsselfeld	Hier fügen Sie den Lizenzschlüssel ein, den Sie nach dem Kauf per E-Mail erhalten haben.	Alle
☒ Activate my license	Prüft den Schlüssel online, speichert ihn auf diesem Computer und startet die Anwendung dann mit Ihrem Plan neu.	Alle
 Buy on ridecomposer.com	Öffnet die Preisseite der Website in Ihrem Browser.	Alle

2.4 Ihre Lizenz aktivieren

Nach Ihrem Kauf erhalten Sie einen Lizenzschlüssel per E-Mail. Öffnen Sie das Lizenzfenster, fügen Sie den Schlüssel in das Feld ein und klicken Sie dann auf „☒ Activate my license“. Der Schlüssel wird beim Zahlungsdienst geprüft, danach startet die Anwendung neu: Ihr Plan ist aktiv.

Erscheint die Meldung „Invalid key or already used“, gibt es zwei wahrscheinliche Ursachen: Der Schlüssel wurde unvollständig kopiert (ein einziges fehlendes Leerzeichen oder Zeichen genügt), oder er ist bereits auf einem anderen Computer aktiviert.

💡 Ihr aktueller Plan wird jederzeit unter dem Logo angezeigt, neben der Versionsnummer — zum Beispiel „V 2.0.0 — Pro“.

2.5 Den Plan wechseln

Über die Schaltfläche „ Software upgrade“ wechseln Sie auch unterwegs den Plan. Besorgen Sie sich einen Schlüssel für den gewünschten Plan, öffnen Sie das Lizenzfenster und fügen Sie ihn ein: Er ersetzt den vorherigen, und die Anwendung startet mit den Funktionen des neuen Plans neu. Es muss nichts neu installiert werden, und Sie verlieren weder Ihre Rides noch Ihre Bibliothek.

2.6 Auf einen anderen Computer umziehen

Eine Lizenz gilt jeweils für einen Rechner. Um sie auf einen neuen Computer zu übertragen, schreiben Sie an den Support: Die Übertragung ist kostenlos und erfolgt auf Anfrage.

2.7 Die Anwendung aktualisieren

RideComposer aktualisiert sich niemals selbst: Es kann sich also nichts mitten im Kurs installieren. Wenn eine neuere Version vorliegt, erscheint oben im Fenster ein grünes Banner mit der verfügbaren Versionsnummer und einer Zusammenfassung der Neuerungen.

- „ Download“ öffnet den Download in Ihrem Browser: Sie installieren das Update, wann es Ihnen passt.
- „Later“ blendet das Banner nur für diese Version aus — eine noch neuere Version meldet sich erneut.

3. Die Oberfläche auf einen Blick

Die Seitenleiste (links)

Immer sichtbar, vereint sie:

- Das Logo und die Versionsnummer („V 2.0.0“), gefolgt von Ihrem Plan (Solo / Pro / Pro+).
- Die 4 Navigationsschaltflächen, um von einem Bildschirm zum anderen zu wechseln.
- Zwei Zähler: Anzahl der Tracks in der Bibliothek und Anzahl der gespeicherten Rides.
- Die Anzeige „● Unsaved“, die rot blinkt, wenn das aktuelle Ride ungespeicherte Änderungen hat.
- Das Panel „INTENSITY“, das das Leistungsprofil des aktuellen Rides Zone für Zone darstellt. Es bleibt leer, bis ein analysierter Track hinzugefügt wurde.
- Die Schaltfläche „ Software upgrade“, die das Lizenzfenster öffnet (siehe §2.3).
- Die Auswahl der Oberflächensprache, unten in der Seitenleiste. RideComposer folgt beim ersten Start der Sprache von Windows und bietet neun Sprachen an; Ihre Wahl ist nie endgültig und lässt sich jederzeit ändern. Das Vokabular der Lehrmethoden (Seated Flat, Jumps, Fartlek...) bleibt auf Englisch, wie in den Handbüchern.

Die Unterrichtsmethoden

RideComposer unterstützt fünf Unterrichtsmethoden: Spinning®, Globe Cycling®, Schwinn®, BICA und Free Ride. Die aktive Unterrichtsmethode bestimmt, welche Techniksymbole für Ihre Anmerkungen zur Verfügung stehen, welche Ride-Typen angeboten werden und welche Konsistenzprüfungen für Ihr Ride gelten. Kapitel 5 ist ihnen vollständig gewidmet.

4. Die Music Library

Das ist der Ausgangspunkt: Hier importieren und organisieren Sie all Ihre Tracks. RideComposer analysiert jede Datei automatisch (BPM, Power, Dauer).

4.1 Die Schaltflächen der Kopfzeile

Schaltfläche	Funktion	Plan
 Ordner	Blendet den Baum der Quellordner links neben der Liste ein oder aus.	Alle
 Dateien hinzufügen	Öffnet ein Fenster, um eine oder mehrere Audiodateien zum Hinzufügen auszuwählen.	Alle
 Ordner einlesen	Durchsucht einen ganzen Ordner (samt Unterordnern) und importiert jede gefundene Audiodatei unter Beibehaltung der Baumstruktur.	Alle
Refresh	Geht die bereits angemeldeten Musikordner erneut durch: Was auf der Festplatte hinzugekommen ist, wandert in die Bibliothek; was verschwunden ist, wird als fehlend markiert — nie automatisch gelöscht.	Alle
 Bibliothek aufräumen	Analysiert die Tracks (BPM, Power, Dauer) und bietet dann an, die nicht lesbaren zu entfernen. Dateien werden niemals von der Festplatte gelöscht.	Alle
BPM neu berechnen	Führt die Tempoerkennung mit der aktuellen Analyse-Engine erneut aus, und zwar für die gerade angezeigten Tracks (die gefilterte Liste, wenn ein Filtern aktiv ist, sonst die gesamte Bibliothek). Manuell eingegebene BPM-Werte und MixMeister-Importe bleiben erhalten. Ein zweiter Klick stoppt den Vorgang.	Alle
 MixMeister Import	Importiert ein MixMeister-Projekt (.mmp): übernimmt die BPM-Werte und die Marker. Siehe §4.8.	Pro / Pro+

4.2 Suche und Filtern

-  Search: Live-Filtern nach Titel oder Interpret. Das Kreuz × löscht die Suche.
- BPM (min–max): behält nur die Tracks im gewählten Tempobereich.
- Duration (min–max): filtert nach Länge, in Minuten.
-  Power (min–max): filtert nach musikalischer Intensität (Skala von 1 bis 20).
- Schnellzonen:  Warm (1–7),  Moderate (8–12),  Intense (13–16),  Peak (17–20).
- Filtern / Zurücksetzen: alle Filtern anwenden oder zurücksetzen.

4.3 Der Ordnerbaum

Über „ Ordner“ eingeblendet, listet er Ihre Quellordner samt Anzahl der Tracks je Ordner auf. Ein Klick filtert die Liste auf diesen Ordner; mit einem Rechtsklick können Sie ihn öffnen oder aus der Bibliothek entfernen (ohne die Festplatte anzurühren).

4.4 Die Track-Tabelle

Spalte	Inhalt
☒	Kontrollkästchen (Mehrfachauswahl). Das Kästchen in der Kopfzeile wählt alles gerade Angezeigte aus bzw. ab.
#	Zeilennummer.
Title	Titel und Interpret des Tracks. Ein Track, dessen Datei fehlt, erscheint ausgegraut.
Date added	Datum, an dem der Track zur Bibliothek hinzugefügt wurde.
Folder	Quellordner.
BPM	Erkanntes Tempo (oder manuell korrigiert).
RPM	Entsprechende Trittfrequenz ($\text{BPM} \div 2$ oberhalb von 120 BPM).
Power	Musikalische Intensität (Balken + Wert 1–20), farblich nach Zone codiert.
Duration	Länge des Tracks.
Actions	Schaltflächen je Zeile (siehe §4.5).

💡 Klicken Sie auf einen Spaltenkopf (Title, BPM, Power, Duration...), um die Liste zu sortieren; ein weiterer Klick kehrt die Reihenfolge um.

4.5 Aktionen pro Track und Mehrfachauswahl

Schaltfläche	Funktion
▶ (Listen)	Spielt den Track im Mini-Player ab.
+ (Zum Ride hinzufügen)	Fügt den Track einer Zone des aktuellen Rides hinzu (Zonenauswahl).
(Edit)	Öffnet den Track im Track Editor.
(Remove)	Entfernt den Track aus der Bibliothek (mit Bestätigung; die Datei bleibt auf der Festplatte).

Sobald mindestens ein Track angehakt ist, erscheinen unten zwei Sammelaktionen: „+ Zum Ride hinzufügen“ und „ Delete“.

4.6 Der Mini-Player

Eine feste Leiste am unteren Bildschirmrand, mit der Sie einen Track vor dem Komponieren anhören. Sie enthält: Titel + Metadaten (BPM, RPM, Dauer), die Schaltflächen / / / , eine anklickbare Fortschrittsleiste (um im Track zu springen), einen Lautstärkeregler und ein Kreuz zum Schließen. Die Schaltflächen Previous/Next durchlaufen die aktuell gefilterte Liste.

4.7 Automatische Analyse (BPM, Power, Dauer)

Bei jedem Import oder Scan analysiert RideComposer jeden Track, ohne dass die Anwendung einfriert:

- BPM: Tempoerkennung durch Analyse des Beats (Bass/Kick). Das Ergebnis wird in einen realistischen Bereich zurückgeführt (60–180 BPM).
- Power (1–20): eine Schätzung der Intensität (Bassenergie, Dynamik, rhythmische Dichte).
- Duration: die tatsächliche Länge des Tracks.

Die Power-Zonen und ihre Farben:

Zone	Bereich	Farbe	Typische Verwendung
Warm	1–7	Grün	Warm-up, Erholung, langsamer Dance.
Moderate	8–12	Orange	Ausdauer, Grundlagenarbeit.
Intense	13–16	Rot	Anhaltende Belastungen, Anstiege, kurze Sprints.
Peak	17–20	Pink	Intensitätsspitzen, Sprints bis ans Limit.

💡 Ein erkannter BPM-Wert lässt sich von Hand korrigieren (ein manueller BPM hat immer Vorrang). Nützlich bei komplexen Tracks, bei denen die Erkennung die Oktave verwechselt.

4.8 MixMeister-Import

Der MixMeister-Import (.mmp), den Plänen Pro und Pro+ vorbehalten, greift die Arbeit aus Ihren alten Mixes auf: Er entnimmt den BPM-Wert jedes Tracks und wandelt die orangefarbenen Marker in Anmerkungen um. Ein Fenster bittet Sie danach, den Ordner mit Ihren MP3s anzugeben — RideComposer verknüpft sie automatisch über den Dateinamen. Importierte Tracks werden in einem Ordner „MMX“ zusammengefasst und geschützt: Die Bibliotheksbereinigung entfernt sie nie.

4.9 Die Bibliothek bereinigen

„🧹 Bibliothek aufräumen“ analysiert zunächst die noch nicht verarbeiteten Tracks, erkennt dann die tatsächlich nicht lesbaren (beschädigte Dateien, nicht unterstützte Formate wie .wma) und bietet an, sie zu entfernen. Die Audiodateien auf Ihrer Festplatte werden nie gelöscht, und MixMeister-Importe bleiben stets erhalten.

4.10 Tempo: das der Datei und das, was RideComposer berechnet

Viele Audiodateien tragen ihr Tempo bereits in sich, vom Studio, vom Vertrieb oder von einem professionellen Analysewerkzeug in den Tag geschrieben. Wenn dieser Wert vorhanden ist, hat er Vorrang: Er ist mehr wert als jede Berechnung.

Die Schaltfläche „🔍 File BPM“ in der Bibliothek geht Ihre Tracks durch, zählt die mit Tag, zeigt Ihnen, wie viele vom berechneten Tempo abweichen — und schreibt erst dann, wenn Sie zustimmen. Nie umgekehrt. Das Lesen decodiert das Audio nicht: Es liest nur den Dateikopf, was selbst bei einer großen Bibliothek fast augenblicklich geht.

Für Tracks ohne Tag berechnet RideComposer das Tempo, indem es die Musik anhört. Diese Berechnung wurde verfeinert: gemessen an Tracks, deren Tempo unabhängig bekannt war und die nicht zur Abstimmung gedient hatten, liegt sie in fast neun von zehn Fällen richtig.

💡 **Ein manuell eingegebener BPM-Wert hat immer Vorrang, sowohl vor dem Tag als auch vor der Berechnung. Sie haben das letzte Wort.**

Schließlich verarbeitet die gebündelte Neuanalyse („BPM neu berechnen“) nun mehrere Tracks gleichzeitig. Bei einer Bibliothek mit mehreren tausend Titeln dauert der Vorgang etwa dreimal kürzer als zuvor.

5. Unterrichtsmethoden, Ride-Typen und Theorie

Ein Indoor-Cycling-Kurs wird nicht zufällig zusammengestellt: Jede Unterrichtsmethode hat ihre Theorie, ihre Techniken und ihre Ride-Typen. RideComposer kennt diese Theorien und nutzt sie, um Ihnen zu helfen — indem es vorschlägt und Abweichungen meldet, aber niemals, indem es Ihnen im Weg steht.

5.1 Die fünf Unterrichtsmethoden

Unterrichtsmethode	Was sie mitbringt	Für wen
Spinning®	Die Theorie und die Techniken von Spinning®, mit ihren Ride-Typen.	Zertifizierte Instruktoren
Globe Cycling®	Die 8 Techniken von Globe Cycling® und ihre Ride-Typen.	Zertifizierte Instruktoren
Schwinn®	Die Theorie und die Notation von Schwinn Cycling®.	Zertifizierte Instruktoren
BICA	Die 8 Techniken von Globe Cycling® plus die beiden BICA-eigenen Beugungen.	Zertifizierte Instruktoren
Free Ride	Ein einziger, sehr freizügiger Ride-Typ, ohne Markentheorie — aber mit denselben Konsistenz- und Sicherheitsprüfungen.	Alle, ohne Zertifizierung

Free Ride entstand aus einer einfachen Feststellung: Viele Indoor-Cycling-Instruktoren sind nicht zertifiziert und kennen die Theorie keiner Markenmethode. Sie zu zwingen, eine davon zu wählen, wäre unaufrichtig. Free Ride öffnet die Tür ohne Vortäuschung: keine aufgezwungene Theorie, aber die Leitplanken für Konsistenz und Sicherheit bleiben aktiv.

💡 „Free Ride“ bedeutet in der Spinning®-Theorie nichts: Diesen Ride-Typ gibt es dort nicht. Es ist eine eigenständige Unterrichtsmethode innerhalb von RideComposer, kein Ride-Typ, der einer anderen Methode angehängt wurde.

5.2 Den Ride-Typ vor dem Komponieren wählen

Ein Ride zu erstellen beginnt nun mit zwei Entscheidungen: der Unterrichtsmethode und dann dem Ride-Typ. Das ist keine Formalität — dadurch weiß RideComposer, was Ihr Kurs erreichen soll, und kann Ihnen anschließend helfen.

Das Prinzip lautet: Sie passen die Musik dem Kurs an, nicht den Kurs der Musik. Ohne angegebenen Ride-Typ kann die Anwendung nichts prüfen und lässt Sie mit Ihrer Bibliothek allein.

Der Ride-Typ wird mit dem Ride gespeichert und beim Öffnen wiederhergestellt. Wenn Sie überhaupt keinen Rahmen wollen, wählen Sie Free Ride: dafür ist er da.

5.3 Was jede Zone erwartet

Sobald der Ride-Typ gewählt ist, kündigt jede Zone des Ride Builder an, was sie erwartet: die noch zu füllende Dauer, den empfohlenen Trittfrequenzbereich und den Intensitätsbereich. So wissen Sie, wonach Sie suchen müssen, bevor Sie einen Track hineinlegen, statt es hinterher zu merken.

💡 Das sind Vorschläge, nie Verbote. Sie behalten die Verantwortung für Ihr Ride und können jederzeit hineinlegen, was Sie möchten.

5.4 Abweichungen werden gemeldet, nie blockiert

Wenn ein Track aus dem Rahmen des Ride-Typs fällt — Trittfrequenz zu hoch, Intensität zu niedrig für die Zone, in die Sie ihn legen —, kennzeichnet RideComposer ihn mit einem  und einem Hinweis, der die Abweichung erklärt. Der Track bleibt dort, wo Sie ihn hingelegt haben.

Dasselbe gilt für die Techniken: Platzieren Sie eine Technik, die der Ride-Typ dort nicht erwartet, wird sie trotzdem gesetzt, eine Meldung erklärt, warum sie herausfällt, und ein Marker bleibt sichtbar. Freie Notizen werden nie geprüft.

 **Eine Warnung ist kein Fehler. Sie ist eine Meinung, und Ihre Erfahrung darf sie überstimmen — Sie kennen Ihren Raum, RideComposer kennt die Theorie.**

5.5 Wo RideComposer die Techniken platziert

Wenn Quick Ride oder der Track Editor eine Technik vorschlagen, folgt diese Platzierung genauen Regeln. Wer sie kennt, kann einen Vorschlag beurteilen und ihn bewusst verschieben.

- **Auf dem musikalischen Impuls** — eine Technik wird in dem Moment angesagt, in dem der Track umschlägt (die Drums setzen ein, der Drop), nie auf dem Energiehöhepunkt, der mitten in den Refrain fällt. Ausgerichtet wird auf die 8er-Phrase.
- **Ein Seated Flat bei 0:10 im Warm-up** — alle sitzen bereits auf dem Rad; das Symbol ist ein visueller Hinweis und lässt Zeit, sich einzufinden.
- **Ein Track ohne Wendepunkt erhält nur eine Ansage** — direkt am Anfang gesetzt. Die Zahl der Ansagen ist kein Qualitätsmaß: Eine genügt, wenn die Musik nichts anderes verlangt.
- **Stehen erfordert 32 Beats** — vier Phrasen. Wenn die Musik sie nicht trägt, wird nichts vorgeschlagen: den Raum aufstehen zu lassen, nur um ihn gleich wieder hinzusetzen, ist der Fehler, den es zu vermeiden gilt.
- **Sprints sind Spezialtechniken** — die einzigen, die nicht im selben Augenblick greifen: Sie werden über die Zeit aufgebaut. Das Symbol markiert den Moment, in dem Sie aufstehen, um alles zu geben; der Aufbau liegt bei Ihnen. Nie vor der Kurshälfte, mindestens 60 Sekunden auseinander und höchstens zwei pro Kurs.

 **All das ist nur ein Vorschlag. Sie verschieben jedes Symbol im Track Editor, indem Sie eine Zeit wie 1:23 oder in Sekunden eingeben.**

6. Der Ride Builder

Hier komponieren Sie einen Kurs (ein „Ride“), gegliedert in 4 Unterrichtszonen.

6.1 Auswahl der Unterrichtsmethode

Die Schaltflächen Spinning® / Globe Cycling® / Schwinn® / BICA / Free Ride wählen die Unterrichtsmethode des Kurses. Sie bestimmt, welche Techniksymbole im Track Editor verfügbar sind und welche Profile Quick Ride anbietet.

6.2 Die Schaltflächen der Kopfzeile

Schaltfläche	Funktion	Plan
 Meine Rides	Zeigt die Liste Ihrer gespeicherten Rides mit Lehrmethode und Kursart sowie Filtern zum Wiederfinden (öffnen, offline kopieren, exportieren, löschen).	Alle
 Import ride	Importiert ein exportiertes Ride (aus einem Ordner oder von einem USB-Stick).	Pro / Pro+
 New Ride	Erstellt ein neues, leeres Ride.	Alle
 Quick Ride	Erzeugt in wenigen Sekunden automatisch einen kompletten Kurs (siehe §6.6).	Alle
 Save	Speichert das aktuelle Ride (mit seinen Mixpunkten, Lautstärken, Loops und Tempokurven).	Alle
 Drucken	Speichert die Trackliste des Rides als PDF — nach Zone, mit BPM, RPM, Leistung und Dauer. Gedacht zum Weitergeben an Teilnehmende oder Auszubildende, die fragen, was gelaufen ist.	Alle
 Ride leeren	Leert den Ride Builder vollständig: Tracks, Anmerkungen, Name und Kurstyp. Der gespeicherte Ride bleibt unberührt, bis Sie erneut speichern.	Alle

Diese drei Aktionen — Meine Rides, Ride importieren und Drucken — sind in einem einzigen Rides-Menü der Kopfleiste zusammengefasst.

💡 Im Plan Solo ist die Bibliothek auf 10 gespeicherte Rides begrenzt, und die Export-/Importfunktionen sind ausgeblendet.

6.3 Die Info-Leiste des Rides

Sie zeigt den Namen des Rides (bearbeitbar) und, live: ⌚ Gesamtdauer, 🎵 Anzahl der Tracks und 🏃 durchschnittliche BPM.

6.4 Die 4 Unterrichtszonen

Zone	Farbe	Aufgabe
Warm Up	Orange	Progressives Aufwärmen (empfohlene Trittfrequenz 85–100 RPM).

Zone	Farbe	Aufgabe
Main / Ride Body	Rot	Der Hauptteil des Kurses: die zentrale Belastung, gemäß dem gewählten Profil.
Cool Down	Blau	Herunterfahren, Erholung.
Stretching	Grün	Dehnen, sehr niedrige Intensität.

6.5 Die Tracks innerhalb einer Zone

Jeder Track erscheint als Zeile, mit: einem Ziehgriff (::), einer Nummer, Titel und Interpret, einem BPM-Badge, der Dauer, einem Power-Badge sowie Schaltflächen zum Bearbeiten (✎) und Entfernen (✕). Sie ordnen alles per Drag & Drop neu, innerhalb einer Zone oder von einer Zone in eine andere — und Sie können einen Track auch direkt aus der Bibliothek hereinziehen.

💡 Liegt im Warm-up die Trittfrequenz (RPM) eines Tracks außerhalb des Bereichs 85–100, erscheint eine Warnung ⚠, um Sie darauf hinzuweisen.

Schaltfläche 🔄 — einen Track ersetzen. In jeder Zeile bietet diese Schaltfläche an, den Track gegen einen anderen mit vergleichbarer Power und Trittfrequenz und ähnlicher Länge zu tauschen. Ein kleines Menü lässt Sie die Quelle wählen (die gesamte Bibliothek oder einen bestimmten Ordner) und zeigt, wie viele passende Tracks gefunden wurden; bereits im Ride enthaltene Tracks werden ausgeschlossen. Der Austausch erfolgt an Ort und Stelle, in derselben Zone und an derselben Position — und Sie können so oft würfeln, wie Sie möchten.

💡 Das 🔄 verwendet dieselben Kriterien wie Quick Ride: Es ist der schnellste Weg, einen Track zu ersetzen, mit dem Sie nicht zufrieden sind, ohne die Balance des Kurses zu stören.

6.6 Quick Ride — automatische Erstellung

Quick Ride baut mit einem Klick einen kompletten Kurs. Sie wählen:

- Die Musikquelle: die gesamte Bibliothek oder einen bestimmten Ordner (für ein stimmiges Thema).
- Die Dauer: 55, 90 oder 120 Min. (die zusätzliche Zeit geht in den Hauptteil des Kurses; Warm-up, Erholung und Dehnen bleiben gleich).
- Ein Unterrichtsprofil: Recovery, Endurance, Resistance, Interval, Race Day... jeweils mit seiner Herzfrequenzzone, seinem Schwierigkeitsgrad und seinem Intensitätsmuster (gleichmäßig, ansteigend, in Intervallen...).

RideComposer füllt anschließend jede Zone mit Tracks, die nach Power und Trittfrequenz passen, und zeigt Ihnen vor der Bestätigung eine Vorschau (Intensitätskurve, Dauer, Anzahl der Tracks).

6.7 Ride exportieren / importieren (Pro)

Der Export erzeugt ein portables Paket (einen Ordner „RideComposer_<Name>“) mit der Beschreibung des Rides und einer Kopie der Audiotracks — samt Anmerkungen, Mixpunkten, Lautstärken, Loops und Tempokurven. So können Sie einen kompletten Kurs auf einem USB-Stick mitnehmen und ihn auf einem anderen PC wieder importieren. Beim Import erkennt RideComposer Duplikate und verknüpft die Dateien automatisch neu.

6.8 Die Anzeige „● Unsaved“

Dieser rote Punkt in der Seitenleiste leuchtet auf, sobald das Ride von seiner zuletzt gespeicherten Fassung abweicht (Track hinzugefügt/entfernt, Mixpunkt, Lautstärkeverlauf, Loop, Tempokurve...). Er erlischt nach einem Speichern, einem Laden oder dem Anlegen eines neuen Rides.

6.9 Einen Track für eine Zone finden

Das ist die direkte Fortsetzung des Prinzips „die Musik dem Kurs anpassen“. Aus einer Zone des Ride Builder heraus bitten Sie RideComposer, Ihnen in Ihrer Bibliothek die Tracks zu zeigen, die zu dieser Zone passen — gefiltert nach dem, was sie ohnehin ankündigt: ihrem Trittfrequenzbereich, ihrem Intensitätsbereich und der noch zu füllenden Dauer.

Statt Tausende Titel durchzugehen und dann zu erfahren, dass dieser nicht passt, sehen Sie nur, was dem Bedarf der Zone entspricht, die Sie gerade füllen. BPM- und Intensitätsfilter, die Sie in der Bibliothek gesetzt hatten, werden dabei gelöscht: Allein die Zone entscheidet, was passt — ein vergessener Filter kann also nicht heimlich einen Teil Ihrer Titel verbergen.

6.10 Einen Kurs in Meine Rides wiederfinden

Jeder gespeicherte Kurs trägt seine Lehrmethode und seine Kursart als farbige Kennzeichnung. Zwei Filterreihen lassen Sie schnell die Kurse einer Lehrmethode und danach einer bestimmten Energiezone finden — angeboten werden die Zonen der gewählten Lehrmethode (Recovery, Endurance, Resistance / Strength, Interval, Race Day bei Spinning®; Recovery, Foothills, Highland, Summit, Redline, Interval, Fartlek bei Globe Cycling® und BICA; Low aerobic, Aerobic, High aerobic, Anaerobic bei Schwinn®), und nur jene, zu denen Sie tatsächlich Kurse haben. Kurse, die vor der Einführung der Kursart erstellt wurden, sowie aus MixMeister importierte Kurse zeigen „nicht zugeordnet“. So ordnen Sie sie zu: Kurs öffnen, Lehrmethode und CLASS TYPE wählen, dann speichern.

7. Der Track Editor

Der Track Editor stimmt jeden Track fein ab: Mixpunkt, Lautstärke, Tempo, Loops und Unterrichtsanmerkungen. Er zeigt den aktuellen und den nächsten Track nebeneinander.

7.1 Die Wiedergabesteuerung

Schaltfläche	Funktion
⏮ Rewind	Springt zurück an den Anfang des Tracks.
▶ / ⏸ Play / Pause	Startet oder pausiert die Wiedergabe (Vorschau des Übergangs).
■ Stop	Stoppt und kehrt an den Anfang zurück.
🔁 Loop	Schaltet den Loop-Modus ein: Loops auf der Wellenform setzen (siehe §7.4).
⌚ Tempo	Schaltet die Bearbeitung der Tempokurve ein (siehe §7.9).
2× / 4× / 6× / 8×	Anzahl der Wiederholungen für den nächsten Loop, den Sie setzen.
Time	Wiedergabeposition / Gesamtdauer.
🔊 Volume	Gesamtlautstärke der Wiedergabe.

💡 Loop-Modus (🔁) und Tempo-Modus (⌚) schließen sich gegenseitig aus: Schalten Sie den einen ein, geht der andere aus.

7.2 Das BeatMix-Panel

Es legt fest, wie zwei Tracks beim Übergang aufeinandertreffen. Der Selektor „Ziel-BPM“ wählt das Tempo, auf das sie sich einrasten:

Modus	Wirkung
Avg. A+B	Zielt auf den Mittelwert der beiden Tempi — ein ausgewogener Übergang (Standard).
Lock BPM A	Bleibt beim Tempo des aktuellen Tracks; der nächste richtet sich danach.
Native BPM B	Übernimmt das native Tempo des nächsten Tracks; der aktuelle richtet sich danach.
Custom	Sie geben das Zieltempo frei ein.

Der Schalter „EQ-Tausch“ wendet während des Crossfades einen Entzerrungstausch an (die Bässe des ausklingenden Tracks werden schrittweise abgesenkt) und sorgt so für sauberere Übergänge, besonders zwischen weit auseinanderliegenden Tempi. Ein Badge fasst die aktive Konfiguration zusammen.

7.3 Die Wellenformen (aktuell / nächster)

- Klick auf die Wellenform: setzt den Abspielkopf an diese Stelle (Seek).
- Die „Mix Zone“: ein Rechteck, das den Übergangspunkt markiert. Sie können es ziehen, um den Mix woanders zu setzen; es rastet automatisch am nächstgelegenen Taktanfang ein. Ein Doppelklick stellt die automatische Platzierung wieder her.

- Die Zoomleiste (– / Regler / + / ⌂): von x1 bis x20, für die Detailarbeit. Der Zoom ändert nicht die Dauer, nur die Darstellung.
- Anmerkungsmarker: kleine farbige Punkte auf der Zeitleiste (siehe §7.6).

7.4 Mehrere Loops

Sobald der Modus  aktiv ist, ziehen Sie über die Wellenform, um einen Bereich zu definieren (IN- und OUT-Punkte): Er wird so oft wiederholt wie gewählt (2×, 4×, 6×, 8×). Sie können mehrere Loops pro Track setzen, die Marker anpassen und sie wieder entfernen. Die durch die Wiederholungen hinzugefügte Zeit fließt in die Gesamtdauer des Kurses ein, und die Loops werden im Coach Mode automatisch abgespielt (freihändig).

7.5 BPM-Korrektur für den nächsten Track

Unter der Wellenform des nächsten Tracks können Sie dessen Tempo korrigieren: Der erkannte BPM-Wert wird angezeigt, in einem Feld geben Sie einen manuellen Wert ein, die Schaltfläche „÷2“ behebt verdoppelte Erkennungen, und „Übernehmen“ bestätigt. Die entsprechende Trittfrequenz in RPM aktualisiert sich live.

7.6 Unterrichtsanmerkungen

Sie zeigen im richtigen Moment die Ansage, die Sie geben sollen (Position, Technik, Belastung). Wählen Sie zuerst die Unterrichtsmethode (Spinning® / Globe® / Schwinn® / BICA / HR Zones), dann klicken Sie auf ein Symbol: Die Anmerkung wird an der aktuellen Position gesetzt. Über die Liste am unteren Rand des Panels ändern Sie die Zeit, wechseln die Technik oder löschen eine Anmerkung.

7.7 Techniksymbbole nach Unterrichtsmethode

Spinning®

Technik	Bedeutung
Seated Flat	Sitzend, flache Straße — gleichmäßige Trittfrequenz.
Standing Flat	Stehend, flache Straße — erhöhte Leistung.
Seated Climb	Anstieg im Sitzen — hoher Widerstand.
Standing Climb	Anstieg im Stehen — maximale Belastung.
Jumps	Wechsel zwischen Sitzen und Stehen.
Running on a Hill	Schnelles Laufen am Anstieg.
Jumps on a Hill	Jumps im Sitzen/Stehen am Anstieg.
Sprints on a Flat	Sprint auf flacher Straße.
Sprints on a Hill	Sprint am Anstieg.

Globe Cycling®

Abk.	Bedeutung
PA	Sitzend auf der Flachen (Plat Assis)
PD	Stehend auf der Flachen (Plat Debout)
MA	Anstieg im Sitzen (Montée Assise)
MD	Anstieg im Stehen (Montée Debout)

Abk.	Bedeutung
RU	Laufen (Running)
Co	Kombination / Jumps
SP	Sprint auf der Flachen (Sprint Plat)
SM	Sprint am Berg (Sprint Montagne)

Schwinn®

Abk.	Bedeutung
SF	Sitzend auf der Flachen
StF	Stehend auf der Flachen
CF	Kombination auf der Flachen
SC	Anstieg im Sitzen
StC	Anstieg im Stehen
CH	Kombination am Berg
SpF	Sprint auf der Flachen
SpH	Sprint am Berg

BICA

BICA übernimmt die 8 Techniken von Globe Cycling® und fügt zwei eigene Bewegungen hinzu:

Abk.	Bedeutung
FA	Beugung im Sitzen (Flexion Assise — BICA-spezifisch)
FD	Beugung im Stehen (Flexion Debout — BICA-spezifisch)

HR Zones (Herzfrequenz)

Unabhängig von der Unterrichtsmethode verfügbar, reichen die HR-Zonen (60 %, 65 %, 70 %, 75 %, 80 %, 85 %, 90 %, 92 %) von Grün (Erholung) bis Rot (VO₂max / Sprint). Ansagen zur Atmung (O₂) und zur Flüssigkeitszufuhr (H₂O) sowie Intensitätsmodifikatoren (+ / –) vervollständigen die Palette.

7.8 Die freie Notiz

Die Schaltfläche „ Note (free text)“, in jeder Unterrichtsmethode verfügbar, fügt eine eigene schriftliche Ansage hinzu (z. B. „Atmen!“, „Bereitmachen für den Übergang“). Der Text wird per Doppelklick in der Liste bearbeitet.

7.9 Die Tempokurve

Die Tempokurve ändert die Geschwindigkeit eines Tracks um bis zu ±50 %, ohne die Stimmen zu verändern (die Tonhöhe bleibt erhalten). Schalten Sie sie mit  ein, dann: Klick = Knoten hinzufügen, Ziehen = verschieben, Rechtsklick = entfernen. An jedem Knoten wird der reale BPM-Wert angezeigt, mit Magnet auf ganzen BPM-Werten, und die Pfeile ↑/↓ ändern ihn um ±1 BPM. Die Kurve wird mit dem Ride gespeichert und im Coach Mode abgespielt.

💡 Die Tempokurve ist in ALLEN Plänen verfügbar (Solo, Pro und Pro+).

7.10 Die Ride-Chips

Am unteren Rand des Editors listet die Leiste „Tracks in the active ride“ die Tracks des Kurses auf. Ein Klick wechselt die Bearbeitung zum gewählten Track.

8. Coach Mode

Der Coach Mode ist Ihre Übersicht während des Kurses: groß, gut lesbar und darauf ausgelegt, ohne Absteigen vom Rad bedient zu werden. Er ist in jedem Plan verfügbar (auf dem PC-Bildschirm).

8.1 Die Kopfzeile

Element	Funktion
Ride-Name + Unterrichtsmethode	Eine Erinnerung an den laufenden Kurs.
Verstrichen (grün)	Seit dem Start verstrichene Zeit.
Remaining	Verbleibende Zeit.
⏮ PreV	Vorheriger Track (oder Anfang des Tracks bei > 3 s).
▶ / ⏸ Play / Pause	Startet oder pausiert den Kurs.
■ Stop	Stoppt und kehrt an den Anfang des Rides zurück.
⏭ Next	Nächster Track.
🔊 Volume	Lautstärke des Kurses.

8.2 Das Ansagen-Banner

Ein riesiges oranges Band zeigt die kommende Ansage 5 Sekunden vor jedem Marker, mit einer Animation, die ins Auge fällt — so verpassen Sie nie einen Wechsel.

8.3 Das Panel des aktuellen Tracks

Es zeigt Nummer und Name des Tracks in großer Schrift, seine BPM, eine große Wellenform (mit Abspielkopf, Anmerkungsmarkern, Loop-Bereichen und Zoom) und darunter die Ansagen des Tracks als Chips (Zeit + Symbol).

8.4 Das Panel „Next“

Rechts kündigt es den nächsten Track an (Name, BPM) und, wo sinnvoll, den Countdown bis zum Übergang. Am Ende des Kurses steht dort „— End of ride —“.

8.5 Die Marker-Leiste

Am unteren Bildschirmrand zeigt sie die aktive Ansage in großer Schrift (Zeit + Technik) und die darauffolgende — eine klare Referenz, auch aus der Distanz während der Belastung lesbar.

8.6 Freihändig

Im Coach Mode läuft alles von selbst: Ansagen erscheinen im richtigen Moment, Loops wiederholen sich automatisch, und die Tempokurve wird angewendet. Sie müssen nur noch treten und unterrichten.

9. Pro+-Funktionen: externe Bildschirme & Fernbedienung

Diese Funktionen, dem Plan Pro+ vorbehalten, machen RideComposer zu einem echten Studio-Werkzeug.

9.1 Coach Mode auf einem externen Bildschirm (HDMI)

Die Schaltfläche  dupliziert den Coach Mode auf einen zweiten Bildschirm (Fernseher oder Beamer): Die Teilnehmer sehen die Ansagen in großer Schrift, während Sie die Kontrolle an Ihrem PC behalten. Wird kein externer Bildschirm erkannt, erscheint die Anzeige auf dem Hauptbildschirm (zum Testen). Der gespiegelte Bildschirm ist schreibgeschützt und bleibt durchgehend synchron.

9.2 Video Mode

Die Schaltfläche  spielt ein Video (MP4, WebM...) auf dem externen Bildschirm ab, von Anfang bis Ende synchron zu Ihrem Kurs. Ideal für eine immersive Kulisse (Straße, Landschaft) im Takt der Musik.

9.3 Fernbedienung

Mit einer kleinen Bluetooth-Fernbedienung (übliche Medientasten) steuern Sie den Coach Mode, ohne den Bildschirm zu berühren:

Taste	Aktion
▶ Play/Pause	Startet oder pausiert den Kurs.
▶▶ Next	Nächster Track.
◀◀ Previous	Vorheriger Track / Anfang des Tracks.
🔊 + / -	Lautstärke des Kurses (± 5 %).

10. Die Audio-Engine, einfach erklärt

Was RideComposer auszeichnet, ist die Art, wie es Tracks verbindet wie ein DJ — nicht wie eine simple Playlist.

Beat-genaue Übergänge

Kurz vor dem Ende eines Tracks startet RideComposer ein Crossfade in den nächsten, ausgelöst exakt auf einem Beat der Musik (nie mitten in einer Note). Die Blende ist „equal-power“: Der ausklingende Track geht herunter, während der einsetzende heraufkommt, ohne wahrnehmbaren Pegelabfall.

Beat-zu-Beat-Ausrichtung

Vor der Blende sucht die Anwendung den ersten Taktanfang des einsetzenden Tracks und legt ihn präzise auf einen Beat des ausklingenden: Beide klingen sofort synchron.

Effektive Dauer (nie über Stille mixen)

RideComposer erkennt das tatsächliche hörbare Ende eines Tracks (und ignoriert dabei nachlaufende Stille oder Fade-outs) und setzt den Übergang vor diese Stille — so bleibt der Mix musikalisch.

Tempoänderung bei gleichbleibender Tonhöhe

Wenn Sie eine Tempokurve zeichnen, geschieht das Beschleunigen oder Verlangsamen ohne Klangverzerrung (keine „Micky-Maus-Stimme“), dank hochwertigem Time-Stretching.

11. Die Pläne: Solo, Pro, Pro+

RideComposer gibt es in drei Plänen, mit einer kostenlosen 10-tägigen Testphase (ohne Kreditkarte) zum Ausprobieren.

Funktion	Solo	Pro	Pro+
Lokale Bibliothek + automatische Analyse (BPM, Power, Dauer)	✓	✓	✓
Ride Builder + Quick Ride	✓	✓	✓
Track Editor (Anmerkungen, Mixpunkt, Lautstärke)	✓	✓	✓
Tempokurve (Tonhöhe bleibt erhalten)	✓	✓	✓
Mehrere Loops	✓	✓	✓
Coach Mode (auf dem PC-Bildschirm)	✓	✓	✓
Anzahl gespeicherter Rides	max. 10	Unbegrenzt	Unbegrenzt
Ride exportieren / importieren (USB)	—	✓	✓
Rides online sichern (Cloud)	—	max. 10	max. 10
Coach-Player auf Telefon und Tablet	—	✓	✓
MixMeister-Import (.mmp)	—	✓	✓
Coach Mode auf einem externen Bildschirm (HDMI)	—	—	✓
Video Mode (externer Bildschirm)	—	—	✓
Fernbedienung	—	—	✓

Preise

Plan	Monatlich	Jährlich
Solo	€9.90	€99
Pro	€19.99	€199
Pro+	€24.99	€249

💡 Die jährliche Abrechnung entspricht 2 Monaten gratis. Jeder Plan beginnt mit einer kostenlosen 10-tägigen Testphase.

12. LYRA — neue Tracks finden

LYRA ist ein kostenloses, öffentliches Web-Tool unter lyra.ridecomposer.com, das RideComposer vorgelagert ergänzt: Es hilft Ihnen, neue Tracks für Ihre Rides zu entdecken. Während RideComposer den Kurs aus der Musik baut, die Sie bereits besitzen, hilft LYRA Ihnen, die Musik zu finden. Nichts zu installieren: Es läuft in Ihrem Browser — auf Computer, Tablet oder Smartphone — auf Französisch wie auf Englisch.

12.1 Wofür LYRA da ist

Sie starten bei einem Interpreten, der in Ihren Kursen gut funktioniert; LYRA zeigt Ihnen eine Karte verwandter Interpreten, Sie hören Ausschnitte, sehen auf einen Blick die Intensität jedes Tracks und stellen eine Auswahlliste zusammen, die Ihnen per E-Mail zugeschickt wird.

- Neue Interpreten und Tracks entdecken, nah an denen, die für Sie bereits funktionieren.
- Die Intensität sofort einschätzen: Jeder Track zeigt seine Power-Spitze (1 bis 20), im selben Farbcode wie RideComposer.
- Eine Auswahlliste erstellen und per E-Mail erhalten (oder kopieren / als CSV exportieren).
- Kostenlos und ohne Installation, zweisprachig Französisch / Englisch.

12.2 So funktioniert es

In wenigen Schritten:

- Rufen Sie lyra.ridecomposer.com in einem beliebigen Browser auf.
- Suchen Sie nach einem Interpreten, den Sie im Kurs gern spielen.
- Erkunden Sie die „Konstellation“ ähnlicher Interpreten: Klick auf einen Interpreten öffnet ihn, Doppelklick erweitert die Karte.
- Hören Sie die 30-Sekunden-Ausschnitte: Jeder Track zeigt bereits seine Power-Spitze (Warm / Moderate / Intense / Peak).
- Fügen Sie die passenden Tracks Ihrer Auswahlliste hinzu; Sie können sie kommentieren und neu ordnen.
- Erhalten Sie Ihre Auswahlliste per E-Mail, oder kopieren Sie sie / laden Sie eine CSV-Datei herunter.

12.3 Der Power-Farbcode

LYRA verwendet exakt denselben Power-Farbcode wie RideComposer, in vier Stufen: Warm (grün), Moderate (orange), Intense (rot) und Peak (pink). Was Sie in LYRA erkennen, spricht damit dieselbe Sprache wie Ihre Zonen im Ride Builder und im Coach Mode.

12.4 Was LYRA nicht ist

LYRA inspiriert und sortiert vor; es bleibt ehrlich in Bezug auf seine Grenzen:

- Es ist kein vollwertiger Player: Sie hören 30-Sekunden-Ausschnitte, keine ganzen Tracks.
- Es ist keine Download-Quelle: LYRA stellt keine Dateien bereit. Sie beziehen die Tracks über Ihre üblichen Kanäle und importieren sie dann in RideComposer.
- Die angezeigte Power ist eine Schätzung auf Basis des 30-Sekunden-Ausschnitts: Sie gibt einen sehr guten Anhaltspunkt, ist aber nicht identisch mit dem Wert, den RideComposer aus der vollständigen Datei berechnet.

12.5 Von LYRA zu Ihrem Ride

Der vollständige Weg: Sie entdecken in LYRA, besorgen sich Ihre Tracks, importieren sie in RideComposer und bauen dann Ihr Ride (automatische Analyse, Unterrichtszonen, Coach Mode). LYRA spart Ihnen Zeit im Vorfeld; RideComposer erledigt den Rest.

13. Ihre Rides auf Telefon oder Tablet

Bisher lebte Ihr Ride auf dem Computer, der ihn komponiert hatte. Ab Version 2.0.0 kann er Ihnen in den Saal folgen: Sichern Sie ihn in der Anwendung online und spielen Sie ihn dann auf Ihrem Telefon oder Tablet ab — mit genau derselben Anzeige wie im Coach Mode. In den Tarifen Pro und Pro+ enthalten.

13.1 Einen Ride online sichern

Öffnen Sie den Ride und wählen Sie Rides → In der Cloud sichern. RideComposer rendert den fertigen Mix — mit Übergängen, Lautstärkeverläufen, Schleifen und Tempokurven — und sendet ihn zusammen mit dem Stundenverlauf in Ihren persönlichen Bereich: Titel, Wellenformen, Techniken und Marker. Das Rendern dauert einige Minuten; ein Fortschrittsschleier zeigt Ihnen, wo es steht.

Sie können bis zu 10 Rides online behalten. Darüber hinaus bittet Sie die Anwendung, zuerst einen zu entfernen. Ihre Rides gehören nur Ihnen: Niemand sonst hat Zugriff darauf, und sie werden nie mit einem anderen Nutzer geteilt.

13.2 Einen Ride auf dem Telefon abspielen

Öffnen Sie auf Ihrem Telefon oder Tablet coach.ridecomposer.com und melden Sie sich mit demselben Konto an. Ihre Rides erscheinen mit Lehrmethode, Dauer und Titelanzahl. Tippen Sie einen an, und Sie finden genau die Coach-Mode-Anzeige: Wellenform, laufender Titel, BPM, Energiezone, nächster Titel, Techniken und Marker mit ihren Piktogrammen.

Aus einem App-Store ist nichts zu installieren: Es ist eine Webseite. Legen Sie sie auf Ihren Startbildschirm, und sie verhält sich wie eine Anwendung, im Vollbild. Der Bildschirm bleibt während der Wiedergabe an, damit ein Tablet auf dem Lenker nicht mitten in der Stunde dunkel wird.

13.3 Einen Ride mitnehmen — ohne Netz abspielen

Das ist der Punkt, auf den es im Saal ankommt. Tippen Sie auf die Schaltfläche ↓ eines Rides, und er wird auf das Gerät geladen. Die Schaltfläche wird zu einem grünen ✓. Von da an läuft dieser Ride ganz ohne Netz: kein WLAN, keine mobilen Daten.

Laden Sie Ihre Rides zu Hause herunter, am Vorabend. 45 MB zu laden, während sich Ihre Stunde auf die Räder setzt, ist eine Wette, die man einmal verliert — und einmal gewinnt.

Um einen Ride vom Gerät zu entfernen, tippen Sie auf sein ✓ und bestätigen. Die Online-Kopie bleibt unberührt. Beim Abmelden werden alle heruntergeladenen Rides entfernt, damit ein geteiltes Gerät Ihre Stunden nicht behält.

13.4 Was Sie wissen sollten

Ein vor Version 2.0.0 gesendeter Ride hat keinen Stundenverlauf: Die Musik läuft, aber ohne Titel und Anmerkungen. Senden Sie ihn erneut aus der Anwendung, um die vollständige Anzeige zu erhalten.

Ein auf Ihr Gerät geholter Ride läuft weiter, auch wenn Sie ihn danach aus der Cloud löschen — genau das macht die Wiedergabe ohne Netz verlässlich.

14. Tipps & gute Praxis

- Nutzen Sie „Ordner einlesen“ statt „Dateien hinzufügen“, um schnell zu importieren und dabei Ihre Ordnerstruktur zu erhalten.
- Kombinieren Sie Suche + BPM + Power, um in Sekunden den perfekten Track zu finden.
- Für einen stimmigen Kurs lassen Sie Quick Ride auf einem thematischen Ordner laufen (z. B. „Latin“, „90s“).
- Prüfen Sie die Trittfrequenz (RPM) im Warm-up: Die Warnung  kennzeichnet Tracks außerhalb des Bereichs 85–100.
- Lassen Sie sich im Coach Mode führen: Ansagen, Loops und Tempo laufen alle automatisch.
- Spielen Sie vor einem wichtigen Kurs einmal ein komplettes Ride durch: Die Analysen liegen dann im Cache, und die Übergänge sind im warmgelaufenen Zustand am besten.
- Exportieren Sie Ihre Rides auf einen USB-Stick (Pro), um sie auf jedem PC mit RideComposer abzuspielen.

RideComposer — Benutzerhandbuch · V 2.0.0 · R&D Technology SRL · © 2026. Dieses Dokument kann sich zusammen mit der Anwendung ändern.