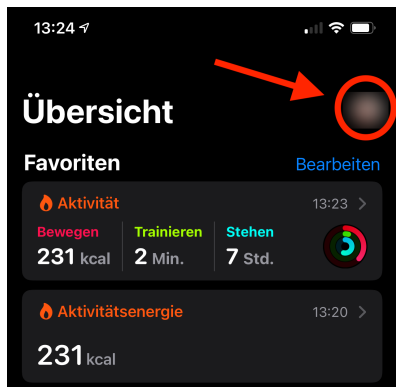


Health-Daten exportieren

Die kompletten Health-App-Daten lassen sich einfach vom iPhone exportieren.

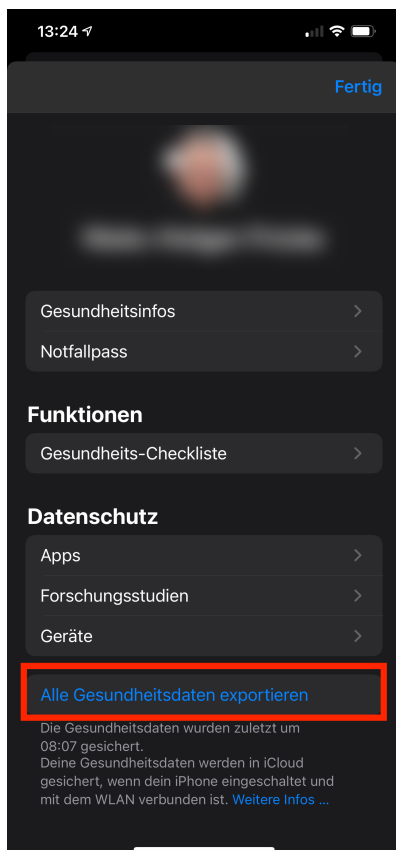
1. Health-App starten

2. Das Profil öffnen:

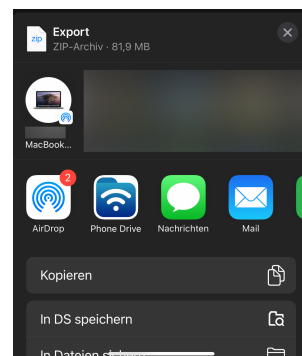
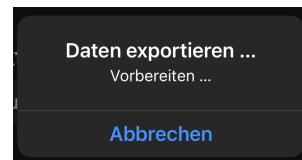
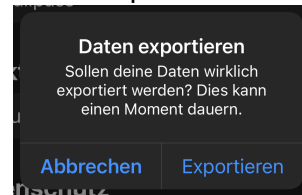


3. „Alle Gesundheitsdaten exportieren“ auswählen:

4.

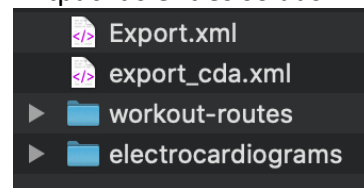


5. Daten exportieren:

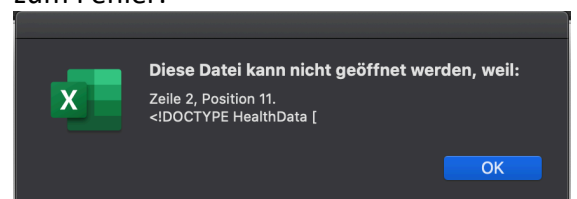


6. Exportiert wird eine Datei „Export.zip“. Bei mir ist sie aktuell ca. 80 MB groß, Daten von ca. 6 Jahren. Entpackt sind es 2,1 GB !!!

Entpackt sieht es so aus:

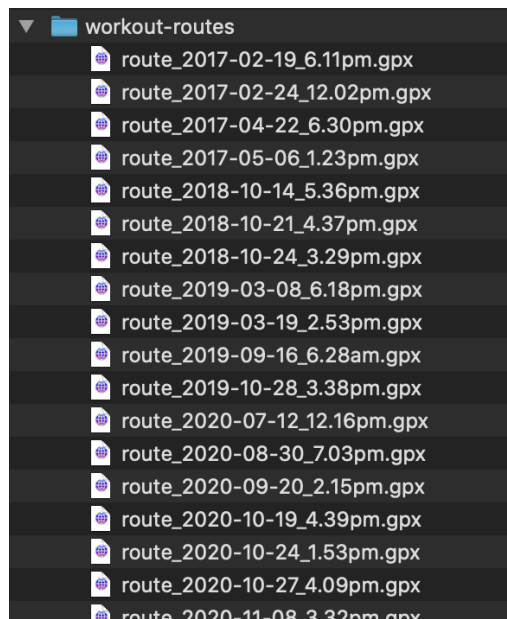


Die Datei Export.xml enthält die Gesundheitsdaten. Man kann sie mit Excel öffnen können, führt bei mir aber zum Fehler:



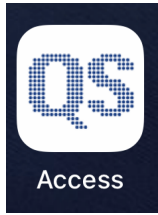
Um dennoch die Gesundheitsdaten verarbeiten zu können, gibt zwei andere Wege, siehe Beschreibung zu den Apps „QS-Access“ und „CSV“.

7. Der Ordner „workout-routes“ enthält alle GPS-Tracks:



Sie können mit den üblichen Programmen genutzt werden.

Health-Daten mit der „QS-Access“-App exportieren



Die App ist kostenlos.

1. App starten und gewünschte Werte selektieren und „Create Table“ anklicken:

Select Measurements

Columns

Riboflavin

☐

>

Saturated Fat

☐

>

Selenium

☐

>

Sodium

☐

>

Steps

☒

>

Sugar

☐

>

Thiamin

☐

>

Total Fat

☐

>

Vitamin A

☐

>

Vitamin B12

☐

>

Vitamin B6

☐

>

Vitamin C

☐

>

Vitamin D

☐

>

Vitamin E

☐

>

Create Table

2. Datentabelle wird erstellt:

13:29

Collecting data...

Steps

Build Table

3. Daten exportieren:

Done	Health Data	
29-Aug-2015 00:00	30-Aug-2015 00:00	2202.0
30-Aug-2015 00:00	31-Aug-2015 00:00	3407.0
31-Aug-2015 00:00	01-Sep-2015 00:00	3247.0
01-Sep-2015 00:00	02-Sep-2015 00:00	3091.0
02-Sep-2015 00:00	03-Sep-2015 00:00	4091.0
03-Sep-2015 00:00	04-Sep-2015 00:00	7499.0
04-Sep-2015 00:00	05-Sep-2015 00:00	10146.0
05-Sep-2015 00:00	06-Sep-2015 00:00	11117.0
06-Sep-2015 00:00	07-Sep-2015 00:00	1562.0
07-Sep-2015 00:00	08-Sep-2015 00:00	3781.0
08-Sep-2015 00:00	09-Sep-2015 00:00	3742.0
09-Sep-2015 00:00	10-Sep-2015 00:00	5249.0
10-Sep-2015 00:00	11-Sep-2015 00:00	7112.0
11-Sep-2015 00:00	12-Sep-2015 00:00	3390.0
12-Sep-2015 00:00	13-Sep-2015 00:00	4691.0
13-Sep-2015 00:00	14-Sep-2015 00:00	7278.0
14-Sep-2015 00:00	15-Sep-2015 00:00	5139.0
15-Sep-2015 00:00	16-Sep-2015 00:00	5787.0
16-Sep-2015 00:00	17-Sep-2015 00:00	4892.0
17-Sep-2015 00:00	18-Sep-2015 00:00	3553.0
18-Sep-2015 00:00	19-Sep-2015 00:00	5895.0
19-Sep-2015 00:00	20-Sep-2015 00:00	3521.0
20-Sep-2015 00:00	21-Sep-2015 00:00	10772.0
21-Sep-2015 00:00	22-Sep-2015 00:00	3804.0

4. Gewünschte Methode auswählen:

Health Data

Text Document · 97 KB

AirDrop

Messages

Mail

Feedly

Copy

Print

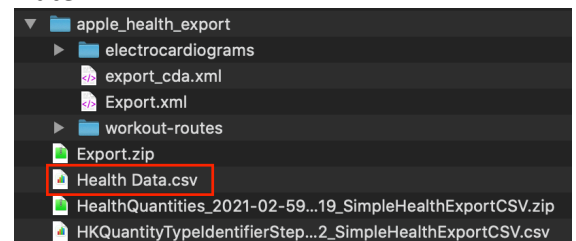
Save to DS

Save to Files

PDF erzeugen

Edit Actions...

5. Erscheint als „Health Data.csv“-Datei:

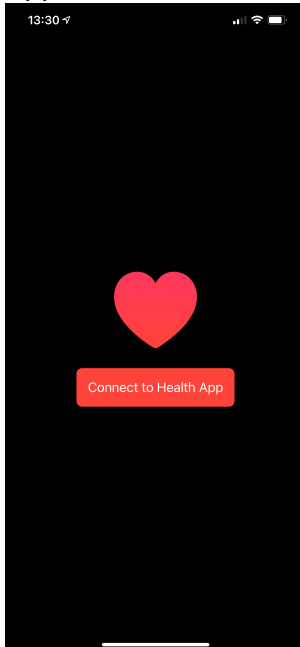


Health-Daten mit der „CSV“-App exportieren



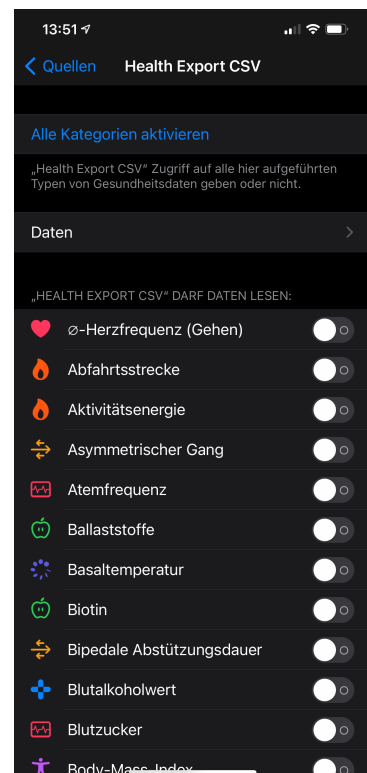
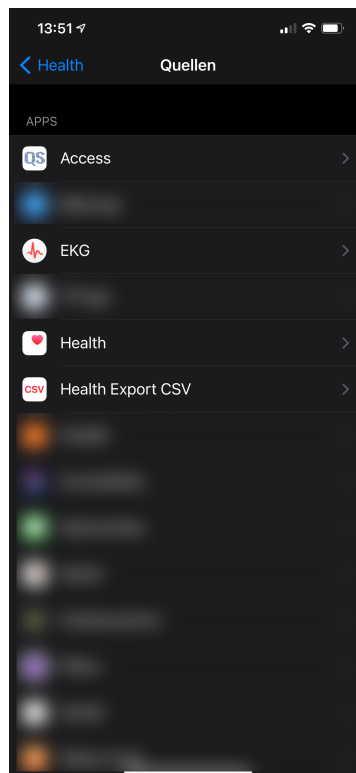
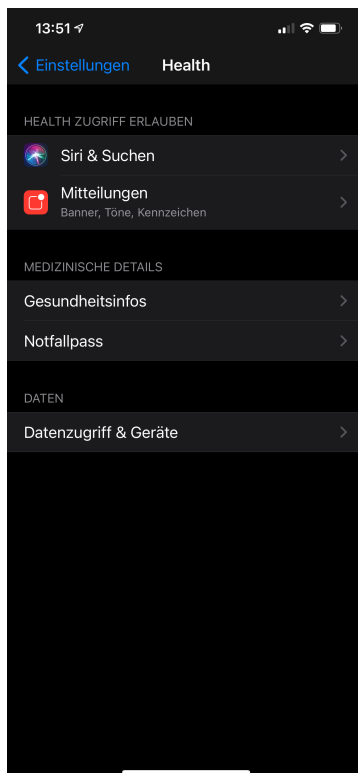
Die App ist kostenlos.

1. App starten:

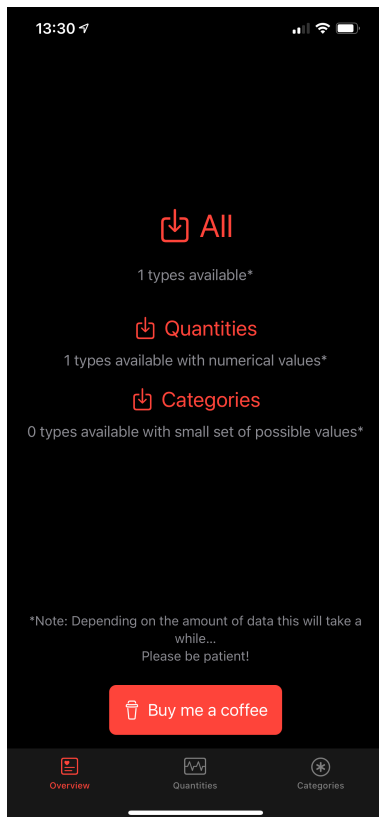


Hinweis: Eigentlich geht es mit Punkt 3 weiter, aber man vorher bzw. beim ersten App-Start in den Einstellungen die gewünschten Werte auswählen.

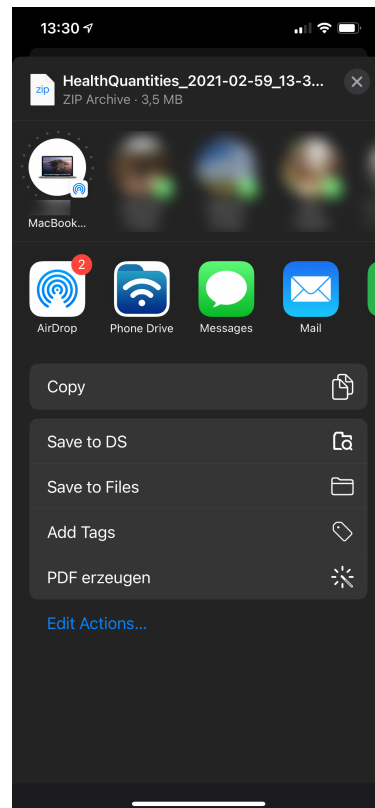
2. Welche Werte exportiert werden sollen, wird in den iOS-Einstellungen für die Health-App festgelegt:



3. Daten exportieren:



4. Gewünschte Methode auswählen:



5. Wird als ZIP-Datei exportiert, entpackt ist es eine CSV-Datei:

