



## O CO CHODZI?

Komenda Hufca ZHP Pabianice, napisała projekt w konkursie odLOTTOwa jazda z OSHEE, na kwotę 180 000 zł na poprawę infrastruktury sportowo-rekreacyjnej w Małeczku (nowy basen, plac zabaw, boisko do piłki nożnej, boisko do piłki siatkowej oraz 4 wiaty programowe). Udało nam się przejść I etap czyli dostać się do 50 projektów, które biorą udział w dalszej rywalizacji.

Jednak bez Was nie uda się tego wygrać. II etap polega na przejechaniu jak największej ilości kilometrów od 03 lipca 00:00:01 do 15 września 23:59:59, tylko na terenie Polski.

## JAK ZACZAĆ POMAGAĆ?

Przede wszystkim należy założyć swoje konto Endomondo. Wchodzimy na stronę: <https://www.endomondo.com/> i klikamy zarejestruj się. Rejestracji możemy dokonać poprzez e-maila lub konto Facebook lub Google+.

Gdy już założymy konto, logujemy się na nie, a następnie przechodzimy w poniższy link:

<https://www.endomondo.com/teams/33637100> i klikamy na przycisk **DOŁĄCZ**.

Gdy już się poprawnie zapiszesz, Twój ekran powinien wyglądać tak:



Jak zdobywać kilometry? Możemy to robić na dwa sposoby:

- poprzez aplikację w telefonie lub
- poprzez inne urządzenia z GPS-em, np. zegarki sportowe.

Poniżej opisano oba sposoby.

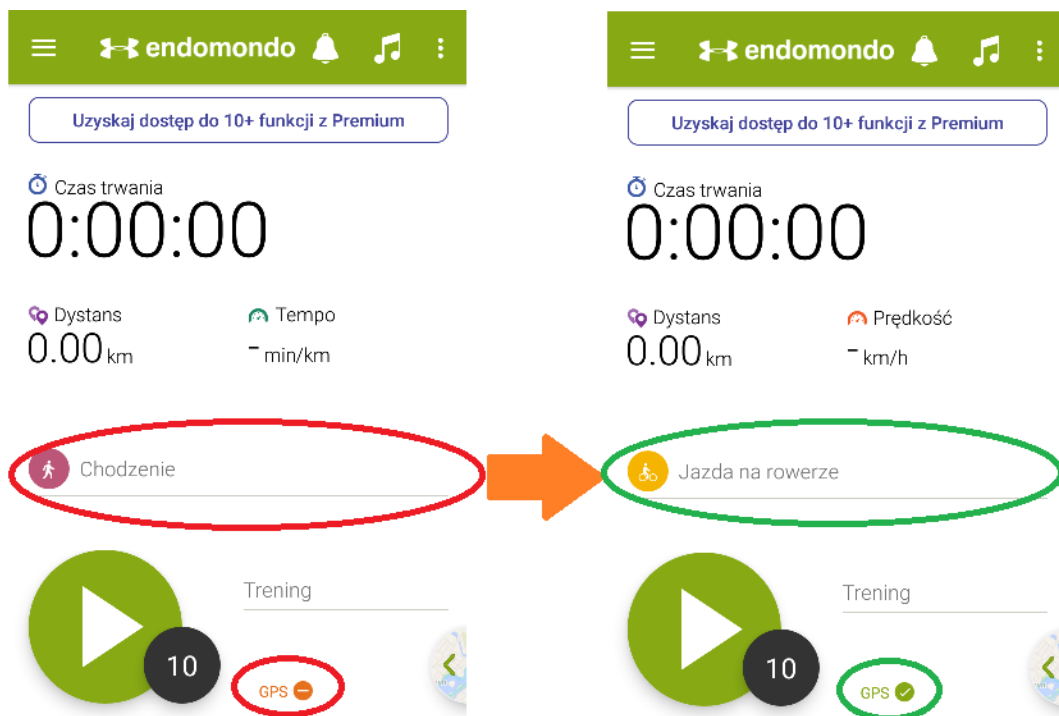


## ZDOBYWANIE KILOMETRÓW POPRZECZ APLIKACJĘ

Aplikacja jest dostępna na trzy platformy: Android, IOS (Apple) oraz Windows Phone. Można ją pobrać bezpośrednio ze sklepu lub poprzez link: <https://www.endomondo.com/features>

Pobieranie aplikacji jest darmowe. Po zainstalowaniu aplikacji, uruchamiamy ją i logujemy się tymi samymi danymi co na stronie endomondo.com. Na stronie głównej aplikacji zmieniamy trening na jedną z trzech poniższych aktywności:

- Jazda na rowerze,
- Kolarstwo,
- Kolarstwo górskie.



Uwaga! Kolarstwo stacjonarne (treningi w domu) niestety nie wliczają się do rywalizacji.

Należy również pamiętać, aby uruchomić w telefonie sygnał GPS, ponieważ jest on niezbędny do poprawnego działania aplikacji.

Gdy już wszystko będzie ustawione, klikamy na zielony przycisk Play i aplikacja zacznie liczyć przejechany dystans i czas.

Po uruchomieniu aplikacji możemy ją zapauzować (przycisk II) np. jeśli robimy postój. Następnie możemy uruchomić dalsze naliczanie kilometrów poprzez ponowne kliknięcie zielonego przycisk Play lub zakończyć trening klikając na czerwony kwadrat.

Po zakończonym treningu wyświetlą się jego statystyki.

**BRAWO! Właśnie przybliżyłeś się do naszej wspólnej wygranej!**

## ZDOBYWANIE KILOMETRÓW POPRZECZ NP. ZEGAREK SPORTOWY

Endomondo pozwala wgrać treningi również z innych urządzeń, np. zegarków Garmin czy liczników rowerowych z GPS. Akceptowane formaty, to: .gpx, .tcx oraz .fit. Aby zdobyć taki plik należy podłączyć swoje urządzenie do komputera, a następnie zgrać plik na dysk.

Aby dodać trening wchodzimy na stronę endomondo.com i na pasku w górnej belce klikamy **DODAJ TRENING**, a następnie wybieramy opcję „import z pliku”, wybieramy plik i wgrujemy go na stronę. Po dodaniu pliku należy sprawdzić czy jest wybrana odpowiednia kategoria treningu – jedna z trzech: Jazda na rowerze, Kolarstwo lub Kolarstwo górskie. Jeśli nie, możemy to zmienić ręcznie klikając na edycję treningu. To tyle!

## JAKIE SĄ AKTUALNE WYNIKI? JAK NAM IDZIE?

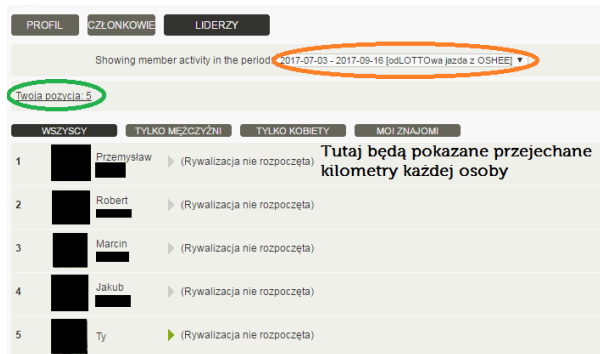
Rywalizacja jest aktualizowana w czasie rzeczywistym, czyli jeśli skończysz trening, zostanie on od razu policzony. Aktualne wyniki rywalizacji można śledzić pod adresem:

<https://www.endomondo.com/challenges/33637139>

Dodatkowo dostępne są statystyki pokazujące, kto ile przejechał w naszym wspólnym TEAMIE. Możesz np. zachęcić do pomocy kogoś ze znajomych i rodziny. Wtedy będziecie mogli wzajemnie się motywować i sprawdzać Wasze wyniki! A może jakiś mały zakład o to, kto będzie lepszy? ☺

Wyniki osobowe naszego TEAMU możecie sprawdzić pod adresem:

<https://www.endomondo.com/teams/33637100/leaderboard>



**TO WSZYSTKO!**

Wsiadaj na rower jadąc do pracy, na spotkanie ze znajomymi czy w wolnym czasie na przejażdżkę po okolicy.

**„Niewiele dane od wielu, daje bardzo wiele” – dlatego każdy kilometr się liczy!**



opracowanie: Piotr Cieśla