Installation et Enregistrement de Strava

La procédure d'installation suivante est documentée pour les smartphones Android. Les utilisateurs d'iPhone devraient pouvoir suivre la même procédure adaptée à leur terminal.

Lancez Google Play Store pour installer l'application Strava. Après installation, ouvrez l'application.

10:30 🐴 🕒			🖙 🗟 💷 87%	Î.										
\leftarrow				Q	:									
Strava GPS – Suivi cyclisme, running et natation Strava Inc. Achats via Papeliate														
Désin	staller		Ouvrir		D									
Noter cetto Donnez votre a	e applica	ation ateurs												
	☆													
Rédiger un a	vis													
Coordonne	ées du d	éveloppe	eur	~										
Rejoindre	le progra	mme bê	ta											
Essayez de n avant leur son commentaire	ouvelles fo rtie officiell s au dévelo	nctionnalité e et envoye oppeur.	ės ez vos	0										
Rejoindre E	In savoir p	lus												
À propos o	de l'appli			\rightarrow										

Identifiez-vous par le moyen de votre choix. Le plus fréquemment choisi sera probablement l'identification par e-mail. Entrez votre adresse mail, choisissez un mot de passe et connectez-vous.



Complétez votre profil avec vos données personnelles et pressez « suivant » une fois fait.

10:42 👌 🖨 🖬	ତେ ବିମ୍ୟା 82% 🗎
Créez votre	e profil
Le profil répertorie vo de vous trouver sur S mais vous pouvez mo moment dans vos pa	s activités et permet à vos amis trava. Il est public par défaut, difier cette option à tout ramètres de confidentialité.
Prénom]
]
Nom	
Date de naissance	0
Sexe	0
	Suitant

Encore quelques écrans de configuration :



Choisissez les réponses aux questions en fonction de vos préférences. Les options cochées minimisent les échanges avec l'application mais à chacun ses choix. L'inscription à l'abonnement est payante. Ce n'est pas du tout nécessaire de s'abonner pour le challenge. Ceux qui l'ont fait par erreur peuvent se rétracter à condition de ne pas traîner.

Ce n'est pas encore tout à fait fini mais presque...



Votre **Strava** est maintenant installé.

Voir plus bas pour la suite...



Utilisation de Strava pour capturer vos Km.

Lancez l'application **Strava** sur votre téléphone. Sélectionnez votre espace et l'enregistrement des activités avec cette application puis appuyez sur «Profil».



Lors de la première utilisation, configurez l'application pour fonctionner en unités métriques. Pour cela, appuyez sur l'engrenage de la page de profil puis sur « Affichage ». Changez les unités de mesure et l'unité de température en fonction de vos préférences. Pour terminer, appuyez sur la flèche de retour pour revenir à l'écran d'accueil.

10:20 🗢 🗢 🖨 🔳	∞ ≋ 88%∎	10:21 🗢 🕶 🖷	co 🖘 "II 88% 🖿	10:21 🗢 🗢 🖨 🔳	co S 88% 🖿	10-21 © O G I •	©o 🖘 ,i 88% 🛢
Profil	\$ •	← Paramètres		← ····		← Affict ige	
Ega Régis Michel		Compte		Unités de mesure Impériales		Unités de mesure Métriques	
Abonnements Abonnés				Température Fahrenheit		Température Celsius	
0 0	Modifier le profil	Restaurer les achats		Onglessesenaut		Onglet par défaut	
O Votre profil est rer	mpli à 80 %	Lier d'autres services		Hux d'activite		Hux d'activite	
Finalisez votre profil et définis e-mail	ssez vos paramètres	Changer de mot de passe					
Continuer		Changer d'adresse e-mail					
36 D	- <u>*</u> *	Préférences					
Cette semaine Distance Temps Dénivelé positif O mi Oh O pi		Image mise en avant par d L'image standard (carte ou ph en avant de vos activités dan Photo	éfaut oto) qui représentera la mise s le flux.				
12 dernières semaines	0 mi	Ordre d'apparition dans le Changez l'ordre dans lequel v dans votre flux.	flux os activités apparaissent				
		Beacon					
JAN FÉV	MAR	Intégrations de partenaires	3				
Filux Explorer Enregistrer	Profil Entrainement	Affichage					

Vous y êtes !

Au départ de l'activité, pressez « Enregistrer » puis « DEMARRER » pour garder la trace GPS de votre parcours.

10:45 🐴 🖨 🔳	ବ୍ଦେ ଲିଲା 81%	10:15 🔿 🔒 🔳	ତ୍ୟେ <table-cell> ବିନ</table-cell>	.il 90% 🗎
Flux	<i>8</i>	Paramètres	Course à pied	Fermer
ABONNEMENTS	vous		SIGNAL GPS ACQUIS	Japan
			Candifrais	Spri
Commencer Pour commencer, nous a étapes qui vous permett Strava.	avons répertorié quelques ront de tirer le maximum de		e	
Connectez une m ordinateur	ontre GPS ou un		e di	École communale 6 e Nalinnes-Centre 6
Enregistrez vos ad application	ctivités à l'aide de cette	Rue des Noyer	Real Provider	References
A Découvrez ce que	e font vos amis		de la Dime	Sapori di Massimo
Abonnez-vous à S	Strava	Google	Tizi Ouzou	
En savoir plus sur Strava	la confidentialité s +	<u> </u>		(මූ)
Flux Explorer Enr	egistrer Profil Entraînement		DÉMARRER	

Pendant l'activité, Strava vous informera de la distance parcourue et du temps passé depuis le départ.



A la fin de l'activité, pressez sur le gros bouton rouge. **Strava** affichera votre carte GPS et vous proposera de « REPRENDRE » l'activité en cas de pause ou de « TERMINER » si vous avez fini.

Si vous avez terminé, vous pourrez ajouter un titre, des commentaires, une photo,... pour documenter votre activité. Toutes ces informations sont optionnelles. Seul le type d'activité est important à configurer si la description ne correspond pas.

Il ne reste plus qu'à presser « ENREGISTRER » pour que votre activité soit enregistrée sur votre compte pour être visible par l'application du Challenge.

10:37 🗢 🖸 🖨 🔳 🌻	🖙 🛇 कि 🖬 8	86% 🖹 1	10:38 🗢 🔿 🖨 🔳 🌻	CT 7	a.⊪ 86%∎	10:40 🗢 🖸 🖨 📱 🌻	ବ୍ଦେ ବିଲା 85% 🗖
aramètres C	Course à pied	Masquer	- Sauvegarder l'	activité	ENREGISTRER	← Sauvegarder	l'activité ENREGISTRER
	Condifrais Spri ARRÊTÉ	~	Nommez votre sortie	course à pi	ed	Nommez votre sorti	ie course à pied
			Ajouter une photo)		Ajouter une ph	oto
			Course à pied			Course à pied	-
			Sélectionner un type		Ť	Natation	-
	0		Aiouter une description			Randonnée	
	École de Na	e communale	FORT RESSENTI			Marche	
		alluelles Q	u'avez-vous ressenti lors	de cette act	vité ?	Ski alpin	
Rue des Noyers		BuedesC	Facile M	lodéré	Effort maximal	Ski de randonnée	naximal
ogle	1	M	asquer les détails			Patin à glace	
0:01:59	DISTANC	E (Km)	Qu'est-ce que l'Effort resser	nti ?		Snowboard	
ALLURE MOYENNE (/km	υ		L'Effort ressenti traduit la dif entraînement. Ajoutez cette	ficulté ressenti fonctionnalité	e pendant votre a vos activités	Raquettes	/otre tés
-:	1:5	59	L'Effort ressenti peut rempla cardiaque avec les fonction	e entrainement icer les donnée nalités d'abonn	sur votre corps. s de fréquence ement, afin que	Ski nordique	orps. ance que
ĉ. (1	(<u>(ල</u>)	vous puissiez mieux compre condition physique au fil du	endre l'évolution temps.	n de votre	Canoë	
REPRE		() () ()	ONTRÔLES DE LA CONFIDENTIALI	т		Kayak	
		Q	ui peut voir : tout le mo	onde		Kitesurf	

Voir plus bas pour la suite...



Inscription d'un participant au Challenge 2.0

Suivez le lien <u>https://prod.chronorace.be/virtualchallenge/1000Bornes/Challenge1000Bornes.aspx?</u> <u>chal=38&lng=FR&fbclid=IwAR1wPW5sLZsEatklu_imBwwSJkTTsUIrqji-0z2eCFOcrUL_5Jyu6s5R9l4</u>

Faites une recherche sur « Courir »



...et sélectionnez COURIR POUR MIEUX VIVRE. Cliquez sur « SOUTENIR ».

Cliquez sur « Je m'inscris »

Activit	is G	Google Chrome	9:36	1 4	🕫 🍫 🖇	14.1kb/s 4 3.44k	b/s 🕇 🐨 📢 +🖺 100 % ▼						
	M Rés	tésu 🔞 Chro 🔕 Chro 🥵 (20+ 📝 CAT 🔤 Gool 🚾 Roci 🔤 roch 🕨 Axia 🔕 Pref 📼 IVAR 📼 BES 🕨 TEST 🔡 Cl	nal 🔯 Chro 🔯 Chro 🚺 Mes 🧯	🖻 lean 🛛 🚺 Lean 🖙 (20+	🗦 J'me 🚺 St	ra 🚺 C × 🕇 +	· · • 8						
	\leftrightarrow \rightarrow	→ C 🏠 🕯 prod.chronorace.be/VirtualChallenge/1000Bornes/SoutienClub.aspx?chal=38&eventId=1188112508252308&Ing=FR&c=1753	Ahash=d53y9Wut8niSpGpTcronmgQ1_xq	g 🕸 🕁	0 % 🗆 🖣	🔶 🐔 🖬 🥖	🕴 🤌 📴 🔒 🗯 🎒 E						
	🖿 Goo	oogle 🖿 Info 🖿 Cloud 🖿 Fournisseurs 🖿 Bank\$ 🖿 Photos 🖿 Videos 🖿 Recettes 🖿 Ubuntu 🖿 Menu 🖿 Voya	ges 🖿 Torrents 🖿 WordPress	🖿 1/16 🖿 Musique 🖿	Noel 🖿 Tmp	Linux	» 🗎 🖿 Autres favoris						
	=	CHRONORACE					^ ^						
*	*	Accueil > Ligue Francophone Belge des Sports d'Entreprises et de Loisirs > COURIR POUR MIEUX VIVRE											
छ													
- 00		Distance totale parcourue Participants Membres actifs (min 50) Dons *											
		0.00 🕅 🕺 0 🕺 0.00	€										
0													
		COURIR POUR MIEUX VIVRE	Résultats				TOUT LE MONDE						
			Ci-dessous, les participations actuelles.										
			Par email, vous recevrez 1 lien personnel vous permettant de voir vos prestations détaillées et de lier votre inscription à votre compte Strava.										
*			a voice compre strava.										
~		C Har And				Recherche							
		Contractions											
>		Comptabilization des Im	Nom, prenom	Localite	Activites	Distance	Temps						
			4 BINON Clémence	Nalinnes									
æ		page personnelle vous permettant de lier votre inscription à Strava.	BRAKEL Stephan	Nalinnes									
			A BRAUN-SANO Romain										
$\overline{\circ}$		PLUS DINFOS?	A DANDOIS Olivier	Jamioulx									
			A DECUYPER Anaelle	Nalinnes									
			DEFOURNY Anne	Jamioulx									
		je mitoeno	& B.DELBART										
			4 DUPONT Justine	Ham-Sur-Heure									
		Adeps	4 EGA Regis	Ham-Sur-Heure									

Remplissez les données générales

Activite	és 🎯	Google Chrome 🔻			mar 23 mar 09:37		1 👯 🍫 🕴	6.02kb/s ↓ 3.60kb/s † 🏾 🐨 ♠) 🗐 100 % ▼
	M Rési	🛛 🔟 Chro 🔟 Chro 🕐 (20+ 🗹 CAT 🛛 🔤 Goo) 💆	🛛 Roci 🔤 roch 💶 Axi	a 🙆 Pref 📼 IVAR 📼 BES 🛛	💶 TESI 📴 Chal 🚺	Chro 🔯 Chro 🚹 Mes 🛛 🌀 lean	関 Lear 🌍 (20+ 🗦 J'mc 🚺	Stra: 🕕 C × 🕂 🔹 🗢 🖉 😣
	$\leftarrow \ \rightarrow$	C 🟠 🔒 prod.chronorace.be/registration/Registratio	onForm.aspx?id=1190655128	774015&formId=1188112508252309	&eventId=11881125082	52308&v=3&lng=FR&t=946DA488DD&l	hash=9a 🕸 🏠 🚺 🍪 🔝	🗣 🗇 🗉 🛤 🄌 🅖 📴 🗳 🏘 E
	Goog	gle 🖿 Info 🖿 Cloud 🖿 Fournisseurs 🖿 Bank\$	Photos 🖿 Videos	🖿 Recettes 🖿 Ubuntu 🖿 M	Aenu 🖿 Voyages 🖿	Torrents 🖿 WordPress 🖿 1/1	16 🖿 Musique 🖿 Noel 🖿 Tmp	Linux » Autres favoris
		CHRONORACE						
** **	A	Challenge 1000 bornes – J Belgique, 18/04/2021, BEL	'me bouge poເ	ur mon club V2!			Pré	-inscriptions jusqu'au: 18/04/2021 23:59
ž		VISA 🤹 😂 📰 🖹			-			
•								and the
		J'me bouge pour mon club !						-
		·		•	4	5	6	7
?		Saisie des données Remplissez les données suivantes et appo	ant'.	постриот карие	Jaisie des donnees	valuation des comm	ees romen	r dien ien k
۲		Données générales / Contact a	dministratif		N	otre club de coeur		
 ∞ 		Nom			Vot	re fédération ue Francophone Belge des Sports d'E	Entreprises et de Loisirs	
		Prénom			CO	n de votre club URIR POUR MIEUX VIVRE		
		Masculin			·	Don		
		Date de naissance (jj/mm/aaaa)			iii L fr	a participation est gratuite. Néanmoli ais bancaires/administratifs seront déc	ins, vous pouvez effectuer 1 don qui si duis)	era reversé au club de votre coeur (5% de

Dans la case Don, sélectionnez « Non ». Sauf si vous voulez verser de l'argent au club... A vous de voir....:-))

mar 23 mar	09:39			1	¥ 🇳	\$	4.95kb/s	18.1kb/s	1 👻 🕸	100 % 🔻
r 📼 BES" 📴 TEST 📝	Chal 🚺 Chrc 🚺	Chrc 🚺 Mes 🛛	🌀 lean 🛛 🚺 Lea	ar 😭 (20+	🛛 渊 J'm	e 🔤 Stra	• 🛈 c :	×	• –	• 😣
12508252309&eventId=11	88112508252308&v=3	&lng=FR&t=946DA4	488DD&hash=9a	. © ☆	0 %		چ 📀		é 📴 😐	* 🛞 E
buntu 🖿 Menu 🖿 Vo	yages 🖿 Torrents	WordPress	🖿 1/16 🖿 M	lusique 🖿	Noel	Tmp I	Linux		» 🖿 Au	tres favoris
tro/bolte	Don La participa frois bancole Montant Non Abonne Indiquez ci-	tion est gratuite. N es/administratifs se ment dessous si vous soi Tal	éanmoins, vous j	souvez effec	ituer 1 doi	n qui sera	reversé au	r club de v	otre coeur (5%	de •
	Abonnement	IBK	zek							*
	Livres Souhaltez-v Frais d'envo	ous commander un I offert (5€)	n des livres de la	collection «	Zatopek »	? OPAGE				8

Choisissez vos options de visibilité sur la page du Challenge et cliquez sur « Suivant » dans le bas de la page



On arrive ensuite sur une page de vérification de vos données. Cliquez sur « Suivant » si tout est Ok.

Vient ensuite la page de lien avec Strava. Dans le bas de cette page, cliquez sur « lier mon compte avec Strava »



et autorisez l'accès à votre compte Strava.



Vous êtes inscrit et le lien est créé.

Vous pouvez alors voir les autres membres inscrits en cliquant sur Résultats.



On peut aussi voir les résultats du challenge. En cliquant sur « tout le monde »

Activit	és	G Go	ogle	Chrom	e 🔻													ma	r 23 mar 09	0:40							1 👯	-	\$	1.45	b√s ↓	727kb/s	t	👻 4) 🖞 10	00 % 🔻
	MI	késu l	🚺 C	nro 🕻	Chro	(20		CAT	🖾 Goo	💟 R	toci 🔤	roch	🗖 Axi	ia Pre	f 🚥	IVAR	🚥 BES	<mark>с</mark> те	sı 🕎 ch	ial 🙆	Chrc 🛛 [Chrc	🚹 Mes	🜀 lean	Le	ar 😱	(20+		e 🔼 s	tra 🚺	с×	+		o		8
	÷	→ C	7 C		prod.ch	ronorac	e.be/Virt	ualChal	lenge/1	000Borr	nes/Sout	ienClub.	.aspx?ch	al=38&c=1	753&e	ventid=1	1881125	082523	08&id=1190	655128	774015&h	ash=x-Qt	1PkBegoib	D9NbRL	MiMgR2I	9 W	☆ () શ			ë i		ø	P. 0	*	3 E
		ioogle		Info	Clo	ud 🖿	Fournis	sseurs	🖿 Ba	nk\$ 🔳	Phot	os 🖿	Videos	Rece	ttes	🖿 Ubu	intu 🖿	Menu	Voya	ges 🖿	Torrent	s 🖿 W	/ordPress	■ 1/*	16 🖿 I	Musique	e 🖿 N	oel 🔳	Tmp	🖿 Lin	ux		39	ī m.	Autres I	favoris
	Ξ																				Â															
			A	ccueil	Ligue I	rancoph	one Belg	ge des Sp	ports d'E	ntrepris	es et de	Loisirs :	> COURI	R POUR MI	UX VI	VRE																				
Ö	n	Page personnelle de: LlÉGEOIS Dominique																																		
¥ 0		Distance totale parcourue Okm Participants 30 Participants 0 Points 0 Participants 0 Participants 0 Points 0																																		
		COURIR POUR MIEUX VIVRE												irs	Résultats TOUT LE MONDE Ci-dessous, le détail de vos prestations. Celles-ci ne sont pas publiques et ne sont disponibles qu'en utilisant le lien sécurisé personnel qui vous a été transmist																					
20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 2							internet	Y			f	2								Distance parcourue Okm 20:00:00 C Om																
۲				Com	ptab	ilisati	on de	es km	ו											Au	cune activ	/ité encor	re enregist	rée												
>				L'appli page p	cation s ersonn	TRAVA	est utilis s perme	sée pou ettant de	r la com e lier vo	iptabilis tre insc	sation d ription	les km. / à Strava	Après in a.	iscription,	/ous r	recevrez	1 lien ve	ers votre														M	A PAG	E STR	WA	
0				PLU	S D'INF	OS?														l F	Respec	t de la	a vie pr	ivée												
	https:	//prod	I.chro	Ada	eps be/vir	tualCha	llenge/	1000Bo	rnes/So	outienC	lub.asp:	x?chal=3	j 38&	Dé mebouge	but o POUI	iu challe rmoncle · Lecluys	enge: 0. ub.be æ	3/04/20 1000 bornes	021	Vo sat	s informa uf si vous emples:	tions à ca en donne	aractère p ez l'autoris	ation.	lle (càd v	votre no	om et pré	nom) r	n'appara	iltront p	as sur	r la page	du Cł	halleng	<u>,</u>	

That's all Folks !!!