

„1. ročník Distančního sportování SŠ“

navazuje na výzvu – **Pomáháme pohybem aneb Strava nejen pro puštíka.**

Tato výzva je určena úplně všem – studentům, zaměstnancům i široké veřejnosti.

V tuto chvíli evidujeme už více než 550 účastníků zapojených do této výzvy a jsme nadšeni, že se nám úspěšně daří posouvat stanovené dílčí mety, které přináší finanční podporu pro zvířata v ZOO Zlín.

Je skvělé, že sponzoři a partneři akce napjatě čekají na naše další výkony.

Přidejte se i vy k našemu benefičnímu závodu a zažijte tak super pocit nejen z pohybu, ale také z dosažení hlavního cíle, kterým jsou spokojená zvířátka.

Jak na to?

1. Založte si účet v aplikaci Strava

Aplikace je volně dostupná pro systémy Android i Apple v oficiálních obchodech (Google Play nebo App Store). Z možností, které vám mobil nabídne, vyberte tuto



Aplikace vyžaduje pro správné fungování povolená data nebo připojení na wi-fi.

NENÍ VŠAK NUTNÉ datové připojení během zaznamenávání aktivity. Pro naše účely postačí účet zdarma, pokud tedy nechcete získat placenou verzi s rozšířenými možnostmi, v průběhu registrace **NEKLIKEJTE na tlačítko**



2. Přidejte se ke správnému klubu

Je třeba připojit se ke klubu zapojenému do naší akce – načítání kilometrů. Název klubu Vaší školy obdrží e-mailem vedoucí, přihlašující školu, po uzávěrce přihlášek. Pokud budete k tomuto klubu připojeni, veškerá vaše chůze nebo běh zaznamenané ve Stravě jako aktivita „run“ se budou automaticky připočítávat k celkovému počtu naběhaných kilometrů.

Pro připojení k tomuto klubu klikněte na hlavní obrazovce na „**Explore**“, dále na „**Clubs**“ a po vyhledání správného klubu (je možné vyhledat klub podle názvu kliknutím na ikonu lupy) potvrďte výběr kliknutím na „**Join**“.

V průběhu března se ještě můžete nezávazně připojit do klubu **Obchodka pro zoo – Nadšenci** ať zjistíte, jak vše funguje. Od dubna se pak přihlaste ke klubu Vaší školy.

3. Uložte zaznamenanou aktivitu v aplikaci Strava

Postup: 1) Kliknutím na tlačítko „**Record**“ uprostřed dolního menu na hlavní obrazovce by se při povoleném přístupu k poloze telefonu měla objevit na mapě aktivní poloha.

2) Aktivita se začne zaznamenávat kliknutím na tlačítko „**START**“. Před prvním startem je třeba ověřit, že se zaznamenává aktivita běhání („**Run**“ – ikona boty), u dalších aktivit už by měla zůstat tato varianta přednastavená.

3) Zaznamenávání aktivity se ukončí kliknutím na **oranžové tlačítko se čtverečkem**.

4) K uložení aktivity přejdete kliknutím na tlačítko „**FINISH**“. Na další obrazovce je možné přidat další informace o aktivitě (nepovinné).

5) Aktivita se uloží po kliknutí na tlačítko „**SAVE**“ případně „**Save activity**“.

Aktivitu je možné zadat také manuálně, např. když zapomenete zaznamenat aktivitu nebo se přeruší záznam aktivity apod. Manuální zadání není složité, vyberete menu „Feed“, kliknete na tlačítko „+“ a zvolíte „Manual Activity“. Je třeba zadat uběhnutou vzdálenost. Je možné ji odhadnout z doby trvání aktivity, dva kilometry (pro chůzi) až čtyři kilometry (pro běh) za každou půlhodinu aktivity. Nezapomeňte potvrdit zadání aktivity tlačítkem „Save“.

Samozřejmostí je záznam aktivit v duchu fair-play.

Podrobnější informace najdete na webu OATB Zlín. V případě jakýchkoliv dotazů nás neváhejte kontaktovat na e-mailu zoo@oazlin.cz.