

## Informace k zadávání vašich výkonů do výzvy

Aktivity zadávejte od 1.4.2021 do 1.10.2021

### Zadání automaticky nebo manuálně

Závod je dlouhý a ne každý má v oblíbenosti zadávat aktivity, ale nějaký pořádek to mít musí.

Na výsledkové listině se zobrazuje celkový čas, celkové kilometry a počet aktivit.

Čas a Kilometry jsou jasné údaje, počet aktivit je počet vložených výkonů do systému. Tzn. Pokud by se sčítalo několik aktivit, (třeba 7 aktivit za týden), tak by to ukázalo jenom jednu aktivitu a to by byla škoda. Chceme, aby počet aktivit motivoval kamarády z týmu a další závodníky k lepším výkonům a vyhecoval vás ke zlaté.

Není nutné zadat aktivitu hned po běhu/chůzi, stačí zpětně třeba 1x týdně zadat samostatně všechny aktivity.

**Manuální zadávání** - dle návodu při ručním zadávání musíte vložit:

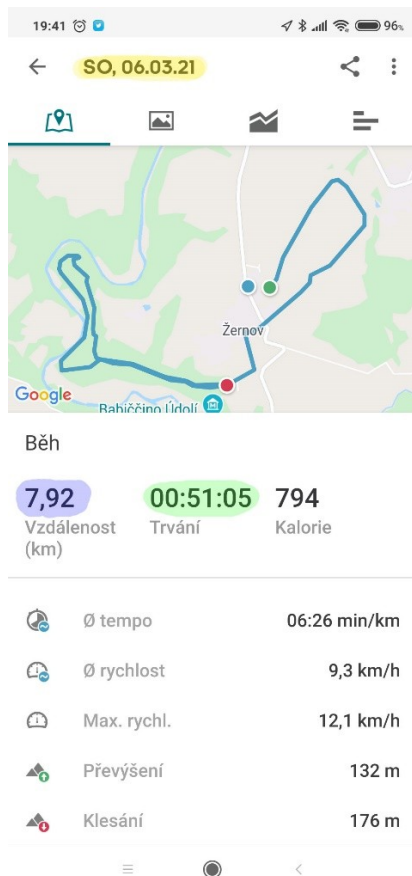
**Datum**

**Vzdálenost**

**Čas**

**Obrázek**

Na obrázku musí být : km, čas, a datum (pokud vám ho vaše aplikace nedává do obrázku, musíte udělat snímek obrazovky).



Příklady:

Ranní běh a večerní procházka = 2 aktivity

**Automatické zadávání** – vložení automaticky pomocí souboru gpx typu Trk

Jak vložit aktivitu je popsáno v nápovědě <http://m-world.cz/index.php?page=help>