

Пояснения по работе сервиса Strava.com и рекомендации по регистрации

Strava.com — сервис, которым могут пользоваться практически все, потому что для записи тренировок с помощью GPS (а, значит, с картой тренировки, расчетом расстояния, скоростей, времени и результатами на сегментах) достаточно всего лишь обычного смартфона с GPS на IOS или Android'e.

Лучшие треки с более точными датчиками GPS получаются, если использовать спортивные часы. Strava поддерживает следующие бренды.



«Strava» синхронизируется с большинством устройств - телефоном, часами или гарнитурой с GPS, пульсометром или измерителем мощности и записывает все возможные показатели активности, а так же некоторые свои собственные показатели «Strava». Синхронизация с Garmin вообще не требует никаких действий после соединения аккаунтов Garmin и Strava, данные сами с сервера Garmin автоматически заливаются в ваш аккаунт в Strava.

Strava (strava) — это отличный трекер и платформа для анализа тренировок, позволяющий вести отслеживание и анализ всех показателей физической активности. Можно скачать ее на телефон, зарегистрироваться через Facebook или VK записывать тренировки и, конечно, анализировать. Кроме сохранения календаря тренировок, программа отслеживает лучшие результаты на разных участках длины (400 м, 1 км, 5 км, 10 км и т.д.), позволяет загружать фотографии тренировок и соревнований, показывает прогресс по расстояниям, рекорды и даже считает «пробег» кроссовок.

В целях систематизации контроля со стороны тренерского совета и повышения мотивации спортсменов, кандидатам и членам сборной Тульской области в обязательном порядке необходимо использовать

сервис «Strava». Для этого следует пройти регистрацию на данном сервисе, вступить в официальный клуб Федерации спортивного ориентирования Тульской области – O-Tula и использовать данный трекер для фиксации своих тренировок.

Регистрацию можно произвести на Strava.com при помощи электронной почты или при помощи учетной записи Facebook, ВК как на компьютере, так и в мобильном приложении «Strava» на вашем мобильном устройстве. После регистрации необходимо найти при помощи поисковой системы приложения клуб O-Tula и подать заявку на вступление в него. После этого администраторы (Свиридов А.Л., Павлов Н.Н.) смогут добавить Вас в члены клуба. Клуб имеет закрытую форму и добавляться в него и, соответственно иметь доступ, будут только люди, занимающиеся спортивным ориентированием в Тульской области.

По всем вопросам и проблемам регистрации обращаться к Свиридову А.Л. или Павлову Н.Н.