

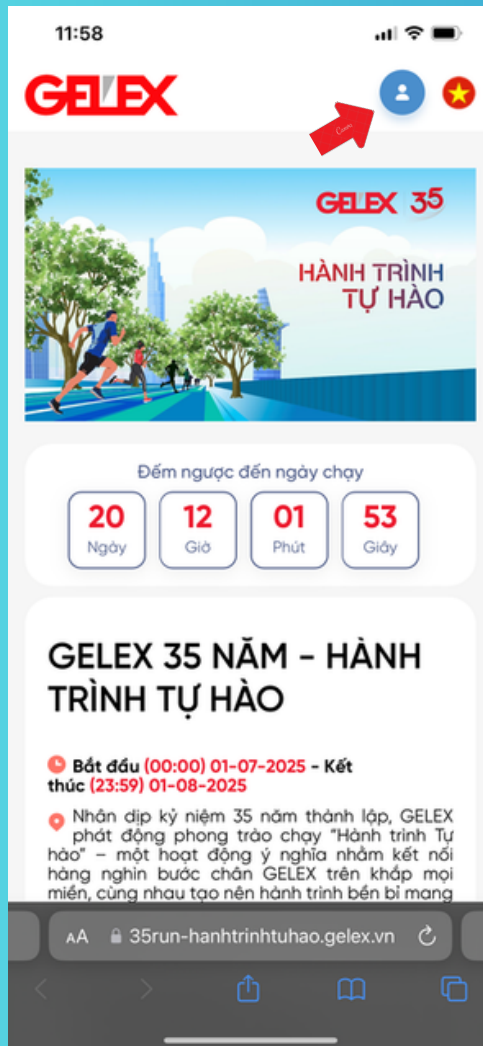
HƯỚNG DẪN ĐĂNG KÝ THAM GIA GIẢI CHẠY “GELEX 35 NĂM - HÀNH TRÌNH TỰ HÀO”



*****Các bước đăng ký giải chạy:**

- Bước 1: Tạo tài khoản trên 35run-hanhtrinhtuhao.gelex.vn
- Bước 2: Đăng ký Giải chạy 35run-hanhtrinhtuhao.gelex.vn
- Bước 3: Tải App Strava và Kết nối App Strava với giải chạy
- Bước 4: Chạy và Lưu kết quả trên app Strava

TẠO TÀI KHOẢN VÀ ĐĂNG KÝ THAM GIA GIẢI



1. Mở trình duyệt (Chrome, Safari,...) nhập link giải chạy 35run-hanhtrinhthuhao.gelex.vn => Sau đó click vào hình tròn bên phải có biểu tượng nửa người



2. Có thể đăng nhập bằng tài khoản google: Chọn "Đăng nhập với Google" hoặc ấn Chọn "Tạo tài khoản" để đăng ký



3. Nếu ấn chọn "Tạo tài khoản" vui lòng điền đầy đủ các trường thông tin => Sau đó bấm vào nút "Đăng ký"

TẠO TÀI KHOẢN VÀ ĐĂNG KÝ THAM GIA GIẢI (TIẾP)

12:00

GELEX

Giới tính
NỮ

Số điện thoại
0967440237

Mã nhân viên
12345678

Công ty, Phòng ban
Tập đoàn GELEX

Cự ly
35Km

Đội
tìm kiếm...

Số BIB
686868
(Nhập 6 số hoặc sẽ lấy số BIB tự động nếu không chọn)

Mã tham gia

Đăng ký

35run-hanhtrinhthao.gelex.vn

4. Màn hình Đăng ký tham gia cuộc đua hiện ra. Chọn các trường thông tin tương ứng. Lưu ý: Mã tham gia BTC cung cấp nội bộ

12:04

GELEX

Nguyễn Thị Kim Quyên

Mã người dùng: 52158

BIB 686868 • [Xem hình BIB](#)

[Đã kết nối Strava](#)

Thống kê

0.0
Quãng đường (km)

46:39
Avg Pace

0
Số lần chạy

Tổng quan

35run-hanhtrinhthao.gelex.vn

5. Như vậy, bạn đã đăng ký thành công giải chạy. Bấm vào "Xem hình BIB" để hiển thị số BIB điện tử cá nhân đã đăng ký tham gia giải này

12:04

VRUN.VN

GELEX 35

HÀNH TRÌNH TỰ HÀO

686868

Nguyễn Thị Kim Quyên
Cự ly 35 KM
GELEX

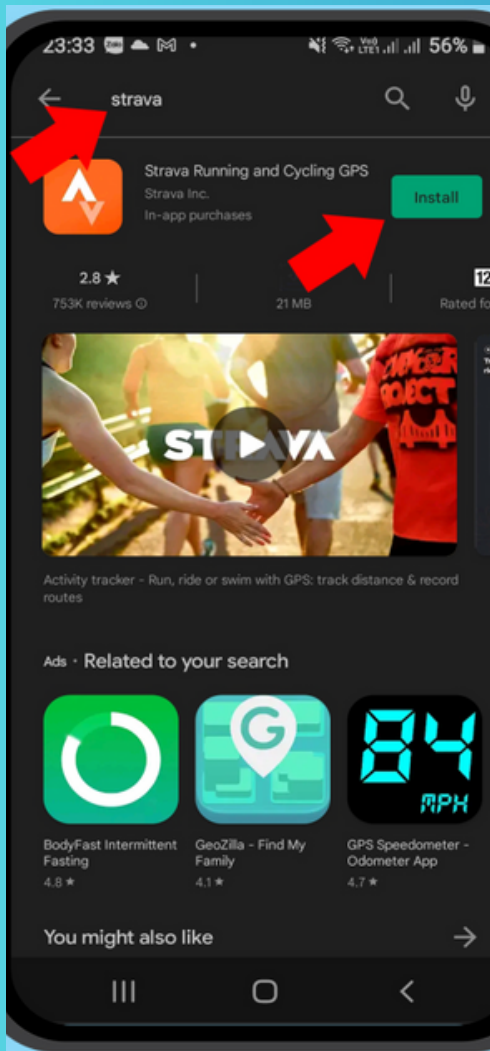
[Download](#) [Xem chi tiết giải này](#)

Nếu không tải được hình BIB, hãy bấm chụp màn hình để tải về máy.

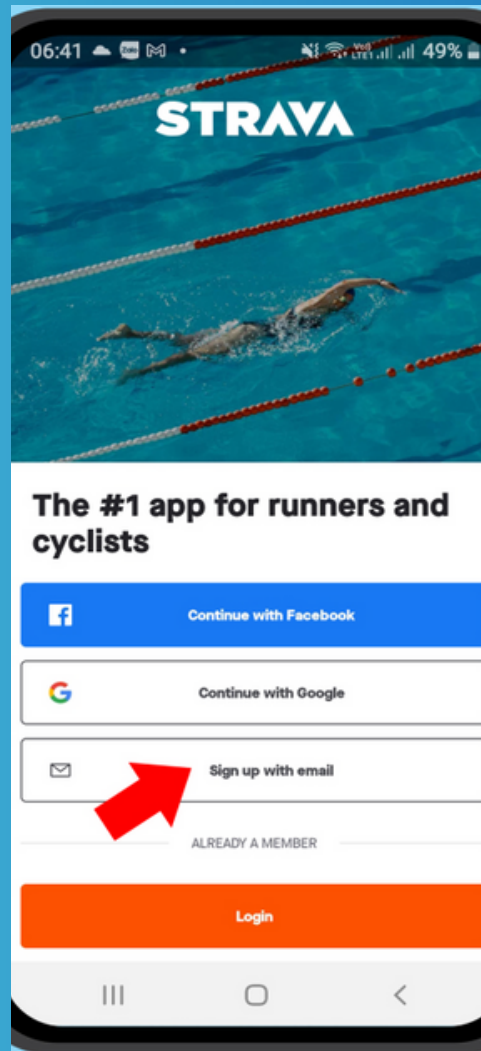
vrn.vn

6. Có thể "Download" số BIB điện tử này, đăng trên mạng xã hội kèm theo hashtag của giải để lan tỏa chương trình "

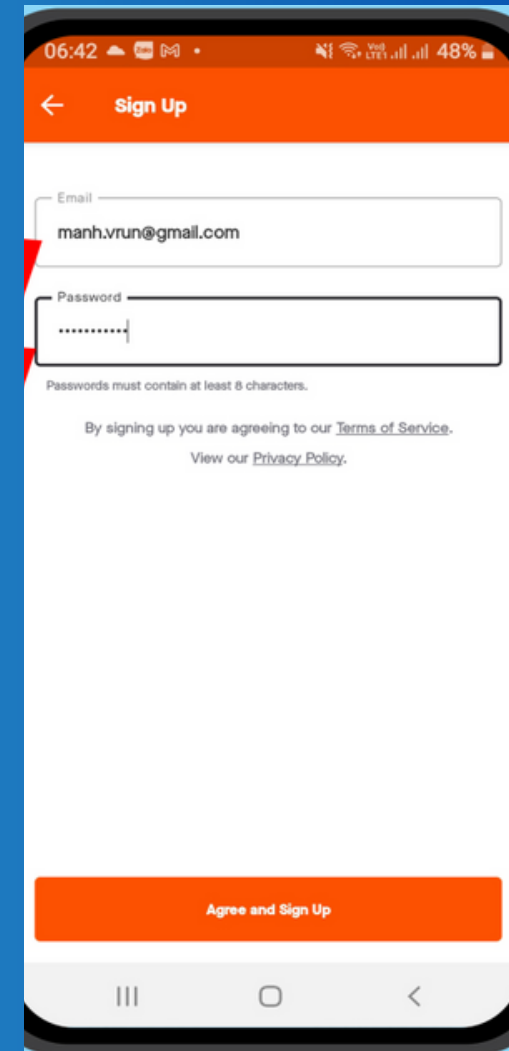
HƯỚNG DẪN CÀI ĐẶT STRAVA VÀ KẾT NỐI STRAVA



1. Vào App Store/ Play Store, tìm "strava", bấm Cài đặt => Cài đặt xong. Chọn cách đăng ký

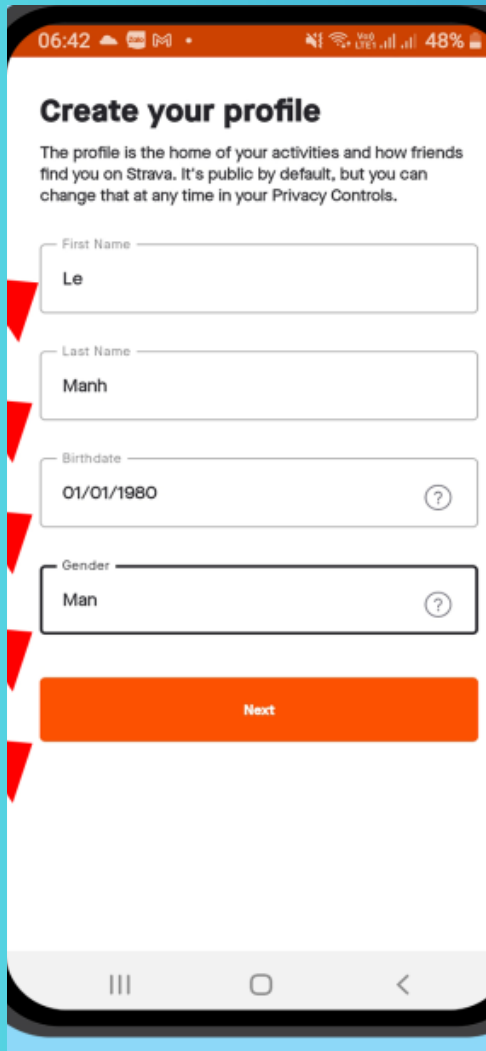


2. Có nhiều cách đăng ký, nhưng thông thường thì nên chọn cách "Sign up with email"



3. Điền Email, đặt Mật khẩu, rồi Bấm "Agree and Sign up"

HƯỚNG DẪN CÀI ĐẶT STRAVA VÀ KẾT NỐI STRAVA



Create your profile

The profile is the home of your activities and how friends find you on Strava. It's public by default, but you can change that at any time in your Privacy Controls.

First Name
Le

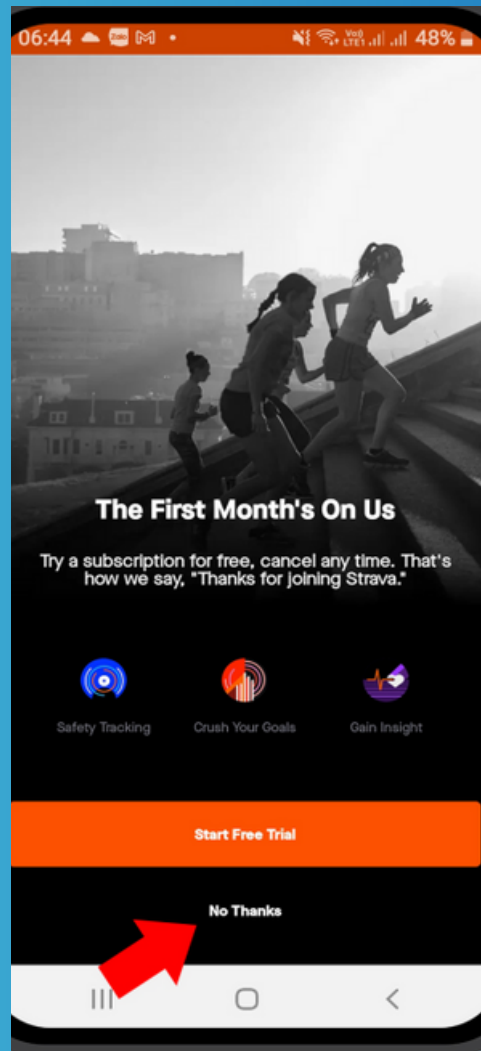
Last Name
Manh

Birthdate
01/01/1980

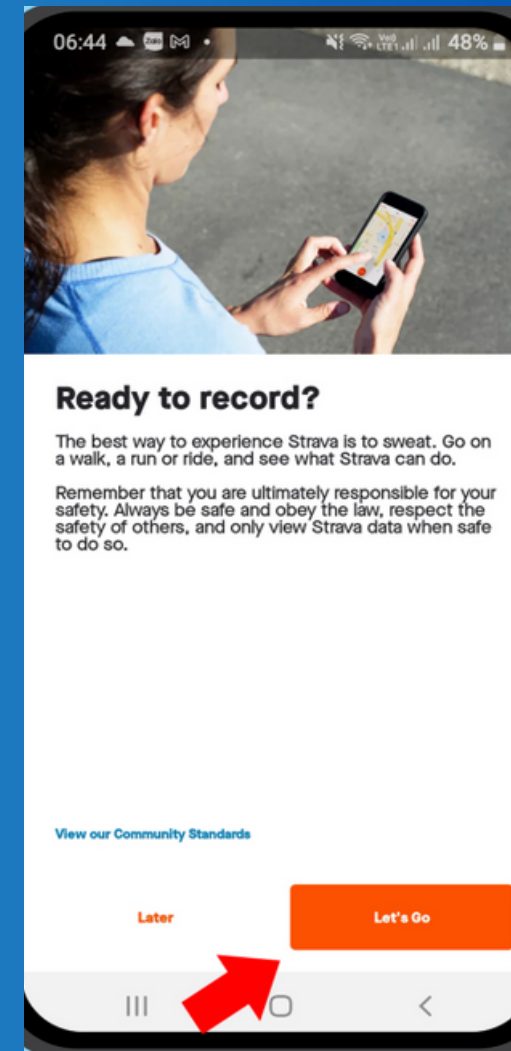
Gender
Man

Next

4. Điền thông tin cá nhân, rồi bấm "Next"

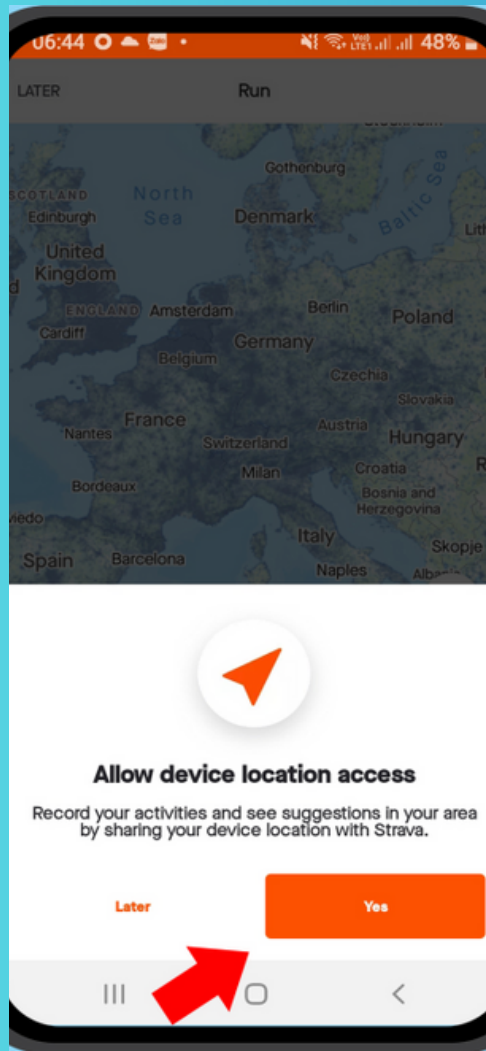


5. Màn hình tiếp theo: Bấm "No Thanks" - nếu không thấy dòng chữ này thì bấm nút X (góc trên bên trái)

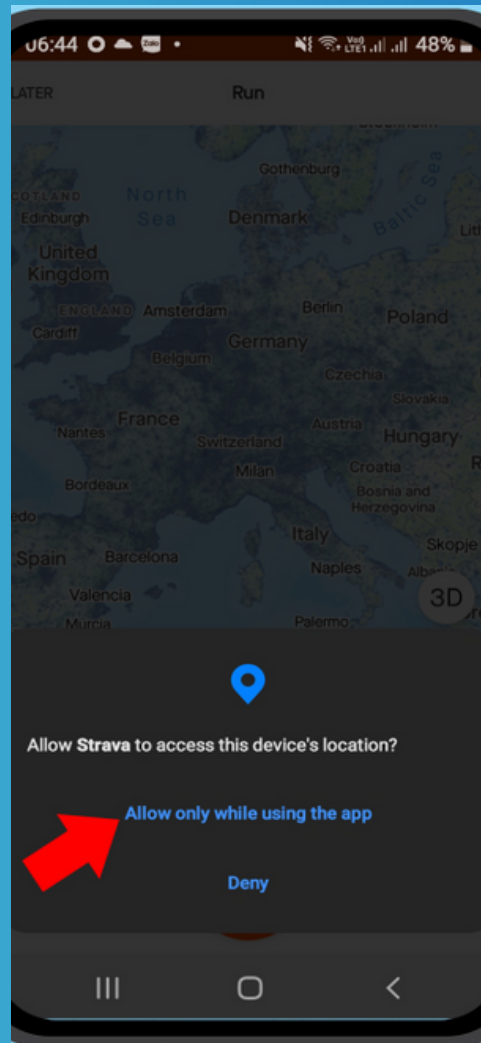


6. Màn hình tiếp theo: Bấm "Let's go"

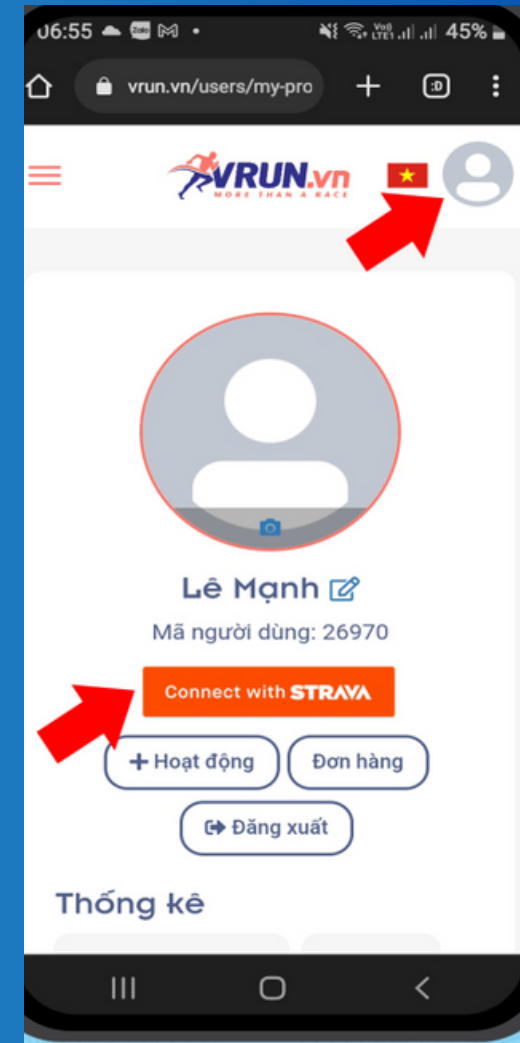
HƯỚNG DẪN CÀI ĐẶT STRAVA VÀ KẾT NỐI STRAVA



7. Màn hình tiếp theo: Bấm "Yes"

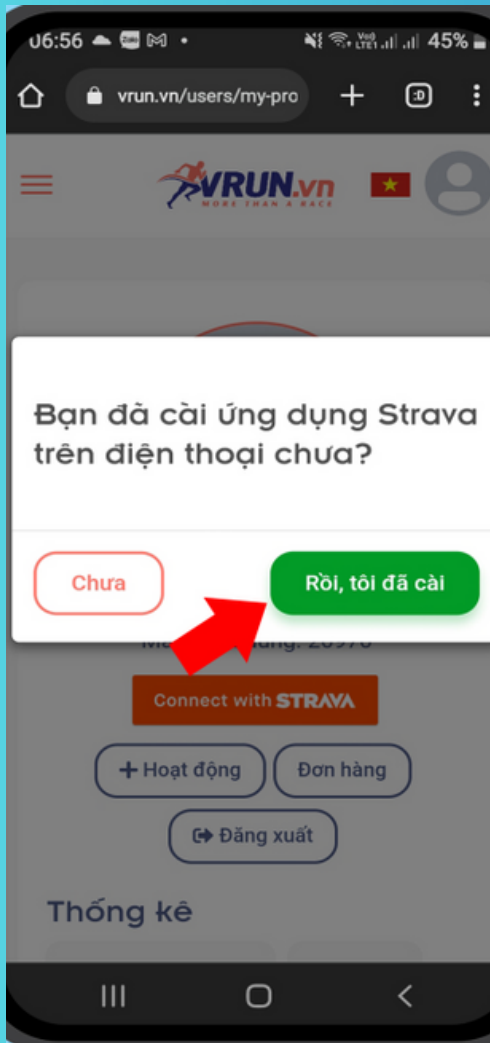


8. Màn hình tiếp theo chọn "Allow only while using the app"

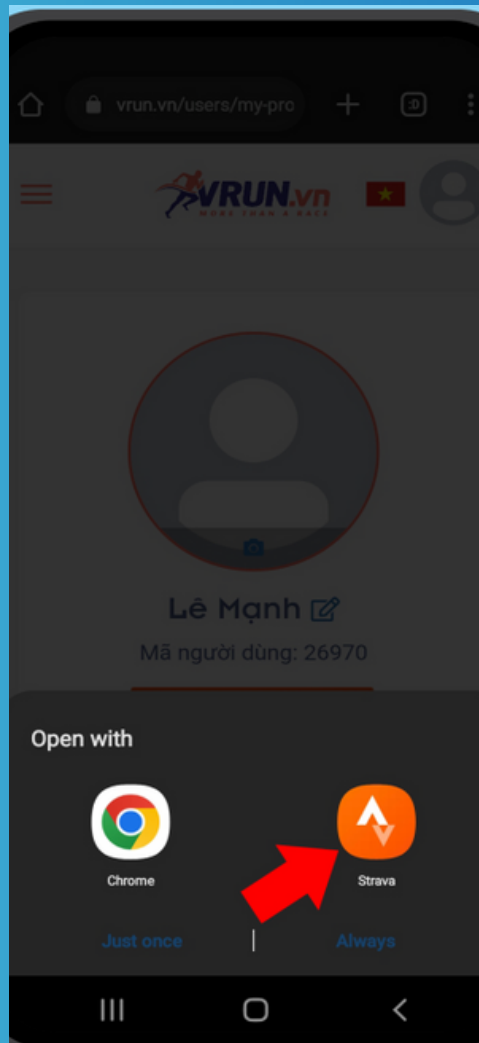


9. Đăng nhập vào tài khoản đã tạo theo link giải chạy => Bấm Avatar cá nhân => Chọn Connect with Strava

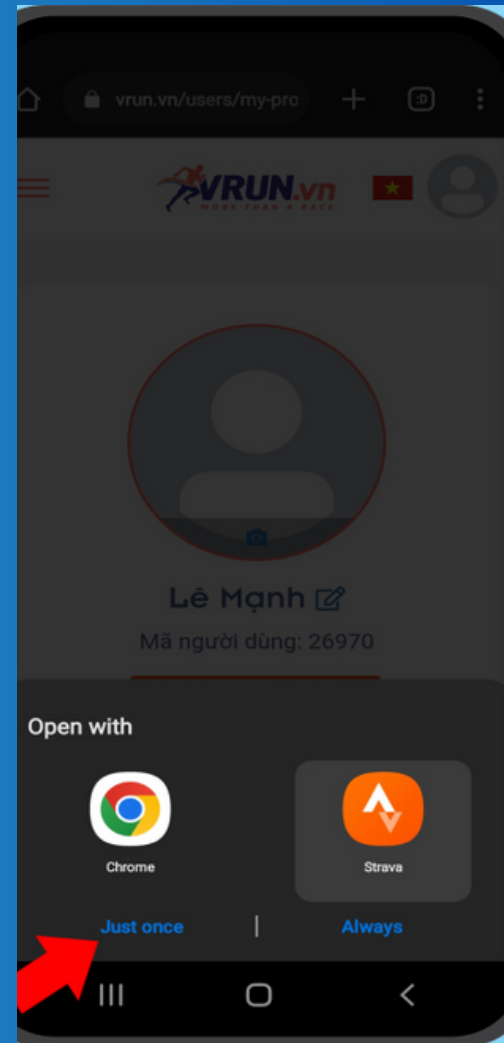
HƯỚNG DẪN CÀI ĐẶT STRAVA VÀ KẾT NỐI STRAVA



10. Chọn "Rồi, tôi đã cài đặt" (hãy đảm bảo Điện thoại đã đăng nhập vào Tài khoản Strava)

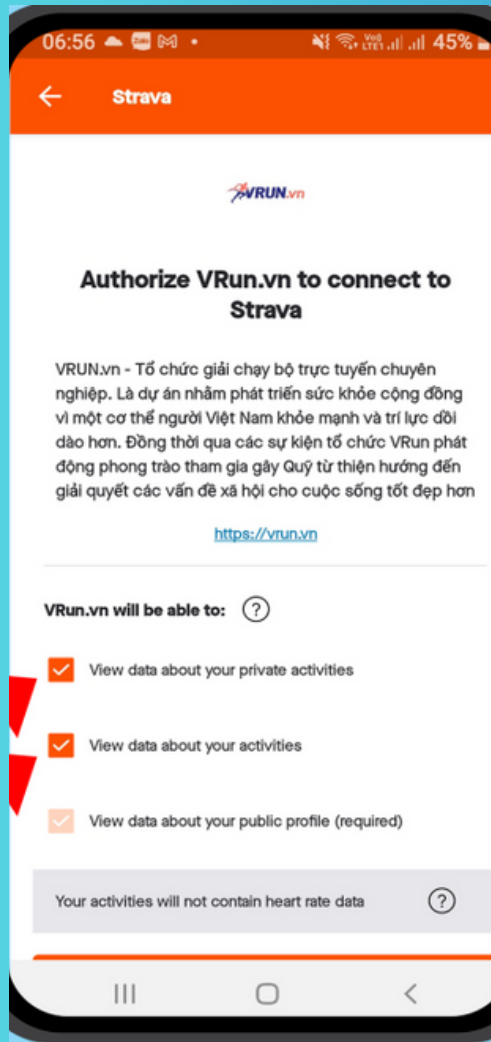


11. Màn hình tiếp theo: Chọn "Strava"

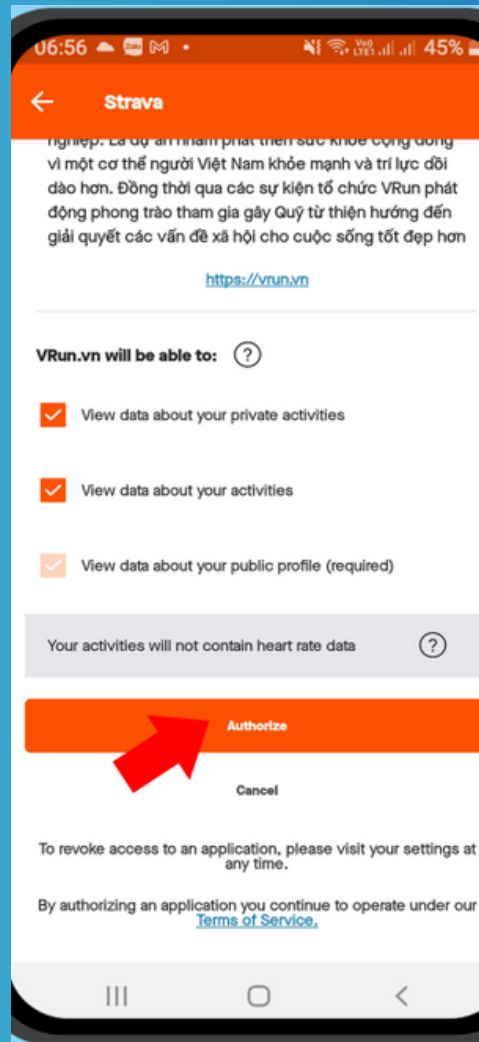


12. Màn hình tiếp theo: Chọn "Just once"

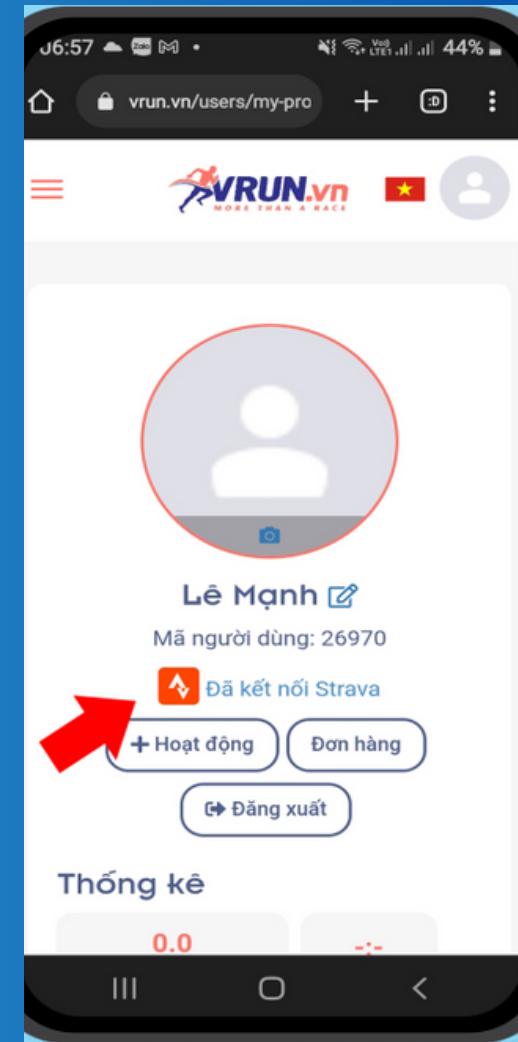
HƯỚNG DẪN CÀI ĐẶT STRAVA VÀ KẾT NỐI STRAVA



13. Đảm bảo các dấu tích V màu cam đã được tích đủ

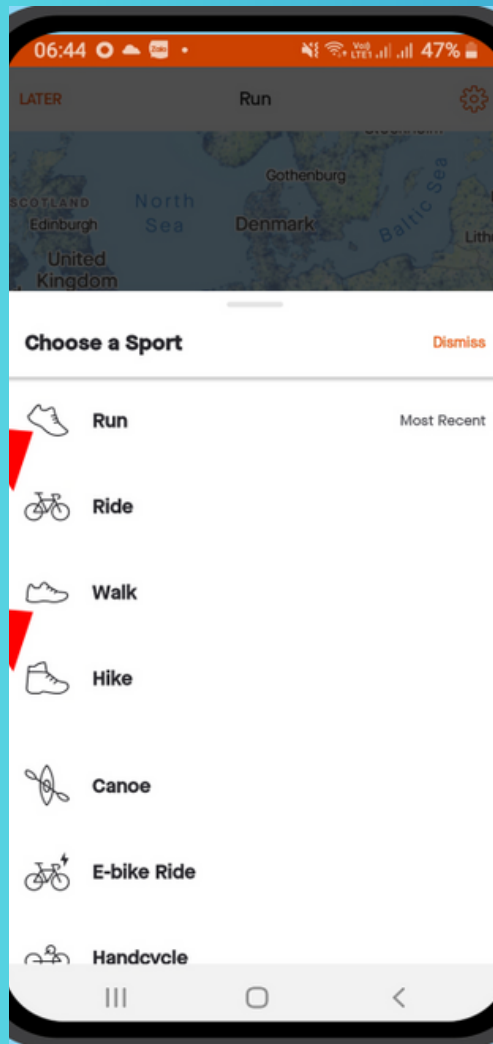


14. Màn hình tiếp theo: Chọn "Authorize"



15. Hình trên đây là đã kết nối giữa Vrun và Strava thành công

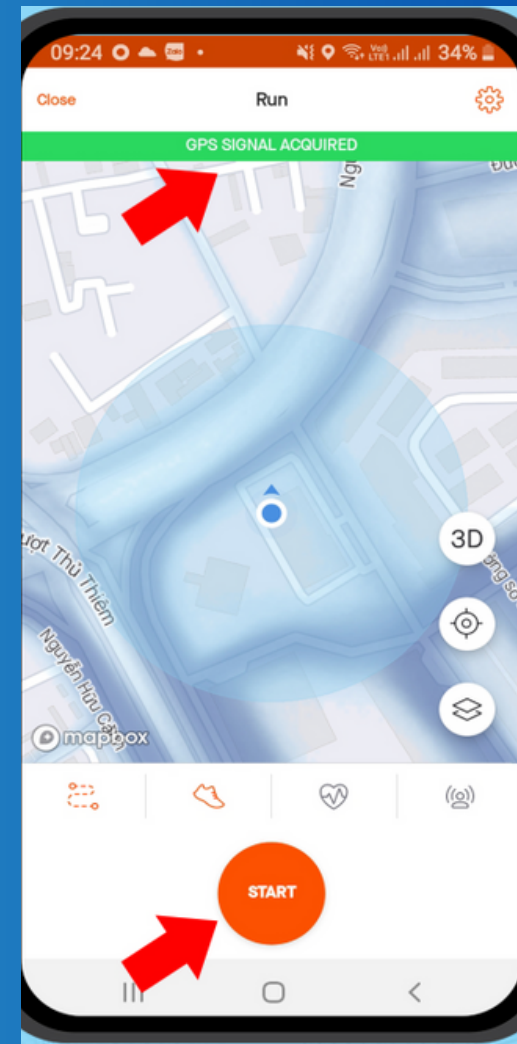
HƯỚNG DẪN GHI LẠI HOẠT ĐỘNG CHẠY-ĐI BỘ VÀ LƯU KẾT QUẢ



1. Mở Strava => Bấm nút Record (ở giữa, phía dưới màn hình) => Chọn Run là chạy bộ) hoặc Walk là đi bộ

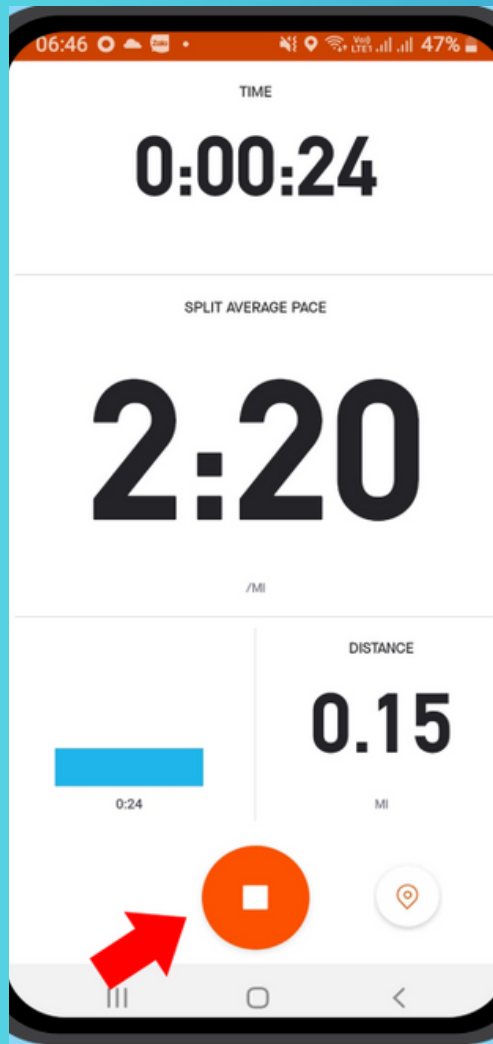


2. Chờ Điện thoại bắt sóng GPS (về sau nên để mặc định Run là Chạy bộ)

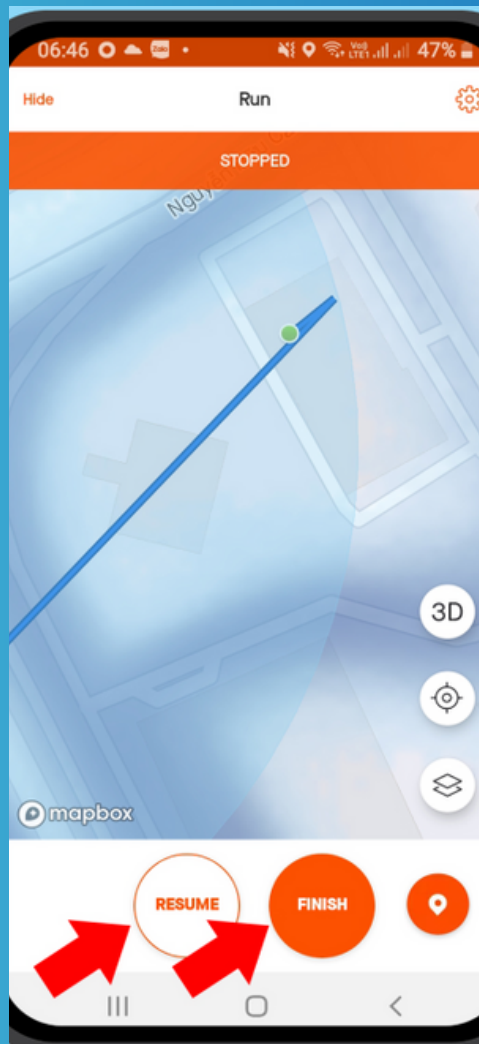


3. Chờ tín hiệu sóng GPS từ màu Đỏ chuyển sang màu Xanh lá cây rồi mới bấm Start

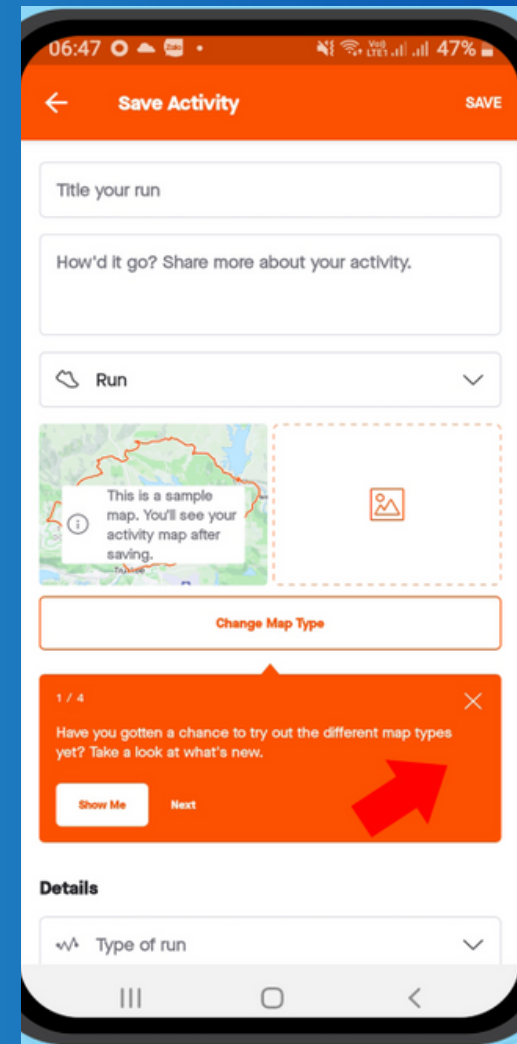
HƯỚNG DẪN GHI LẠI HOẠT ĐỘNG CHẠY-ĐI BỘ VÀ LƯU KẾT QUẢ(TIẾP)



4. Trong khi chạy bộ, nếu muốn Tạm Dừng hoặc Kết thúc cuộc chạy => Bấm nút tròn có hình vuông trắng

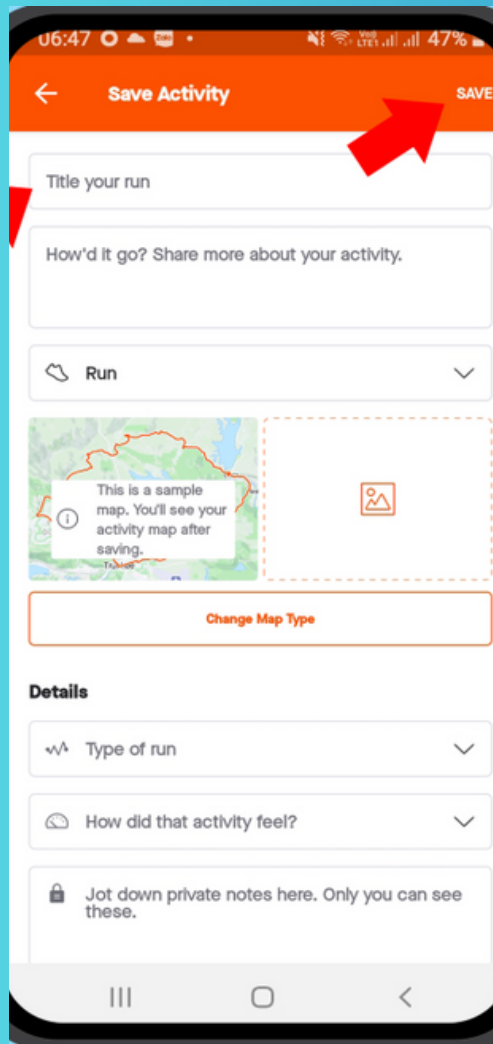


5. Quyết định dừng hẳn thì bấm "Finish", còn nếu muốn chạy tiếp thì bấm "Resume"

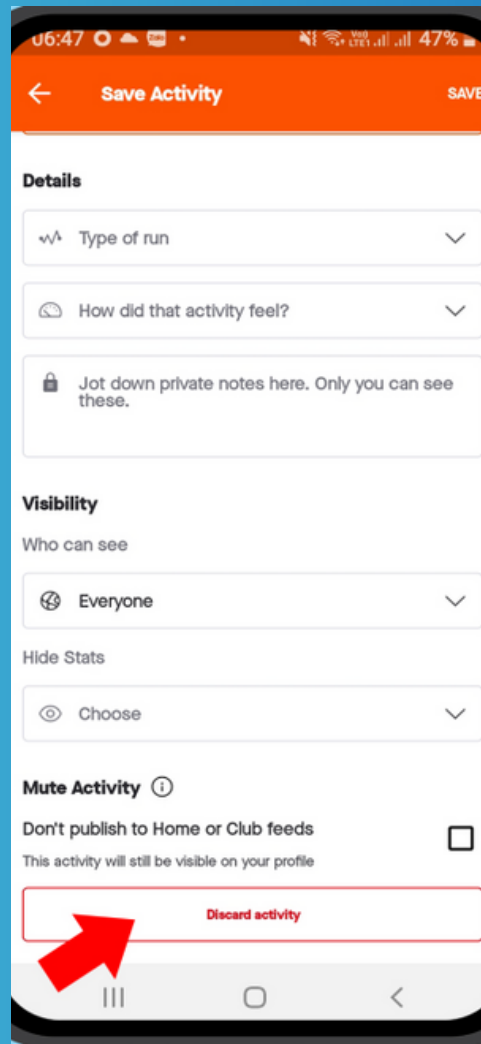


6. Tắt thông báo này (nếu có) để tiếp tục thao tác khác

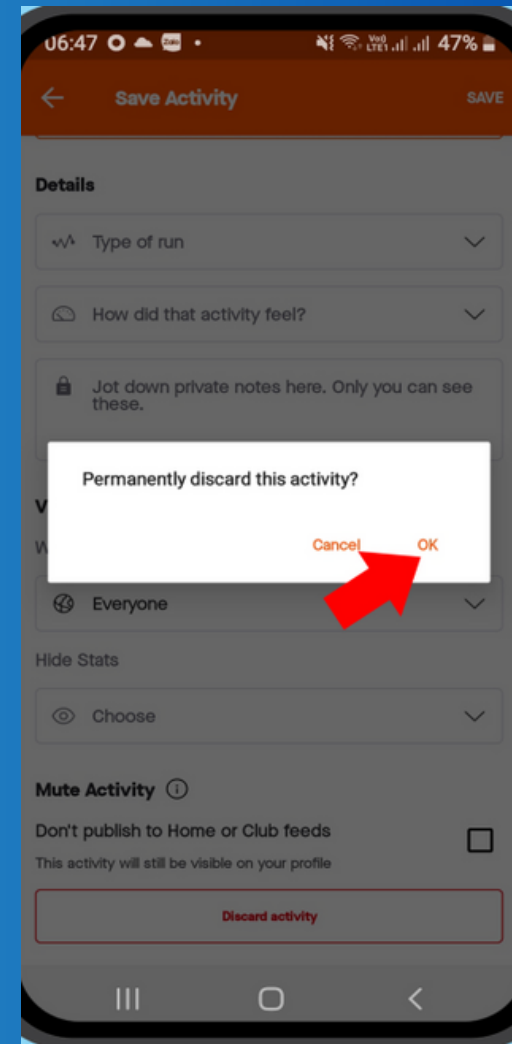
HƯỚNG DẪN GHI LẠI HOẠT ĐỘNG CHẠY-ĐI BỘ VÀ LƯU KẾT QUẢ(TIẾP)



7. Đặt tên hoạt động (cuộc chạy bộ/đi bộ) => Rồi bấm Save để lưu lại hoạt động này, là xong



8. Nếu không muốn lưu hoạt động (do bị lỗi tốc độ, hoặc lý do khác) kéo xuống, chọn "Discard activity"



9. Bấm OK để hoàn tất việc loại bỏ hoạt động (không lưu). Bấm Cancel để quay lại thao tác lưu hoạt động