

Fra Garmin ur

Der er flere der har Garmin ure, derfor er den første instruktion med information til disse ure. Når du har været i skoven og løbe, skal du overføre løbet til din Garmin konto, de nye ure med smart watch funktionen overfører det automatisk når app'en er åben.

Gå ind på din konto hos Garmin og find turen under aktiviteter/alle aktiviteter/og klik på navnet på løbet:

Når du er inde på løbet skal du ind i indstillinger og hente en GPX fil. (i andre programmer kan dette være en FIT fil)

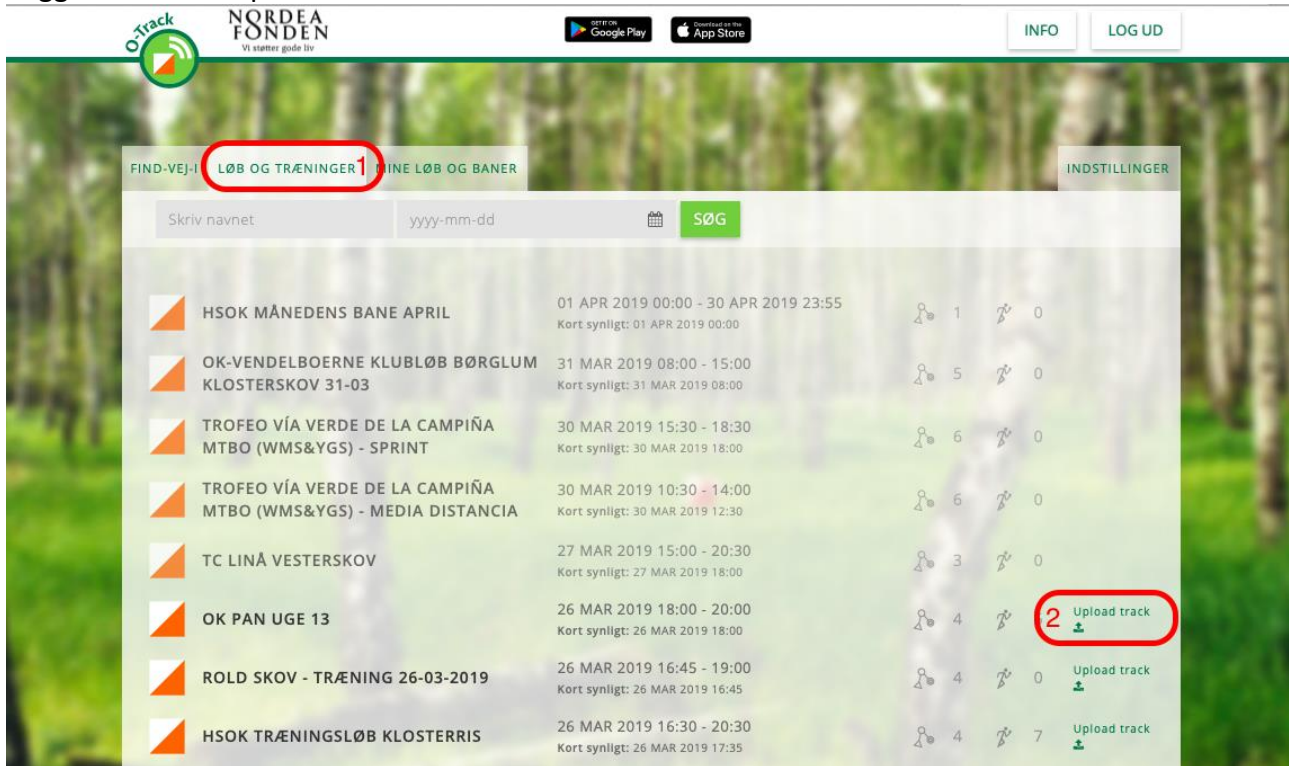
Denne fil kan gemmes på computeren i filer, på skrivebordet, udklipsholder eller i dropbox.

O-track

www.O-track.dk

Hvis du ikke allerede har en konto på webstedet opretter du profil under REGISTRER.

Når du er logget ind på o-track går du under løb og træninger, derefter finder du løbet du gerne vil lægge din rute ind på.



Så ser siden således ud.



Jeg har den bedste erfaring i at klikke på skriften og derefter vælge filen, det er ikke altid filen bliver overført korrekt når man trækker den over.

Når filen er uploadet skal du vælge banen du har løbet og upload track.



Herefter vil du kunne se dit løb under mine løb og baner.