

问 1: 为什么我的运动记录软体的 GPS 信号会不稳定?

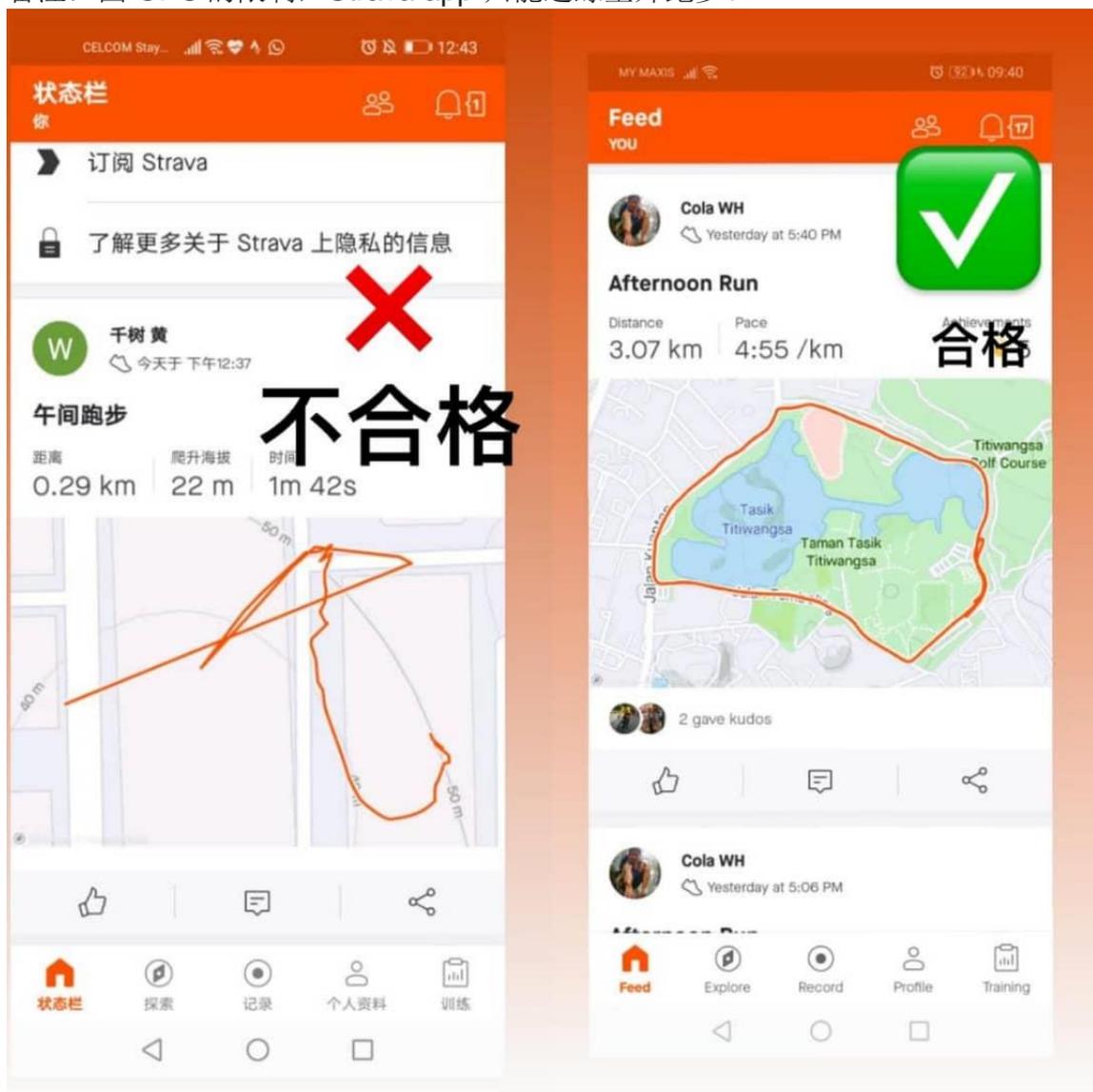
答: 当有建筑物、山峦或屋顶区域挡住信号时, GPS 信号也可能会受到环境的影响。建议在开阔的地方进行, 并时刻注意安全。

问 2: 成绩上传的截止日期是? 我需要每天上传成绩吗? 答: 成绩上传的截止日期是 9 月 16 日 11:59pm, 您可以在跑步后上传成绩, 使用 **strava** 运动软件的, 建议在运动后三天再上传成绩。

问 3: 请问只能在室内跑吗?

答: 不是, 政府已经公布民众可以到户外进行运动, 但必须时刻保持安全社交距离。

备注: 因 GPS 的限制, **Strava app** 只能追踪室外跑步。



左图为十一楼活动中心进行的跑步记录, 由于在室内的关系, GPS 定位无法正常运行, 这样的跑步记录将不被接纳 (不合格)。

问 4: 走路可以吗?

答: 当然可以, 活动目的是鼓励大家到外面运动, 快慢不重要。

问 5 :请问有完赛徽章吗?

答: 没有, 只有完赛衣服。

问 6 :请问几时可以拿到完赛衣服?

答: 在活动结束后的 2 至 4 个星期后发放完赛衣服。

问 7 如果我没能完成个人里数还可以拿到完赛衣服吗?

答: 不能, 完赛衣服只有在完成个人里数达到 25 公里或以上才能获得。

问 8 如果我决定不跑了, 请问可以退款吗?

答: 抱歉, 报名费是不能退款的。

问 9:如果我上传成绩后发现资料错误, 请问可以更改吗?

答: 可以, 只要再登陆成绩上传网页 (<https://bit.ly/4675up>), 就可以做更改。

问 10:我们将不承认同一时间上传两个路跑记录, 什么意思?

答: 系统将不会接受两个活动同时进行, 在一个特定的时间段内只能有一个活动。
例: 您上传一个路跑记录时间是早上 10 点到 11 点之间, 然后您又上传第二个路跑记录时间是早上 10 点 30 分到 11 点 30 分之间, 这样的路跑记录将不被承认, 因为您不可能同时间进行两个路跑活动。

Q11:如何截图成绩 (strava) ?





Step 3:

进入界面并截屏数据

*照片上必须清楚看见姓名, 距离, 时间



Step 5:

上传跑步记录照片



Step 4:

进入网址上传填写资料

Q12:如何更换 Strava 用户名字?

