

Support trainingsSZENE.at

Das Trainings- und Eventportal im Montafon

www.trainingsSZENE.at

Stand: April 2010, © GPS FOX

Inhalt

1. Was kannst du auf der neuen Trainings- und Eventplattform machen?.....	2
2. Wie kannst du an den Herausforderungen teilnehmen?	2
3. Welche GPS-Geräte kannst du verwenden?	3
4. Welche Einstellungen müssen am GPS-Gerät vorgenommen werden?.....	3
5. Welches Format ist zum Hochladen meiner Tracks notwendig?.....	3
6. Mein Gerät speichert die Daten nicht im .gpx- bzw. .nmea -Format ab, was kann ich tun?.....	3
7. Wie erfolgt die Zeitmessung?.....	4
8. Wie funktioniert der virtuelle Vergleich?	4
9. Auf was muss ich bei der Aufzeichnung des GPS-Tracks achten?.....	5
10. Kontakt Support:	5

1. Was kannst du auf der neuen Trainings- und Eventplattform machen?

Die zu dir passende Aktivität suchen:

- übersichtliche Darstellung der Trainings-Laufstrecken und ausgewählten Mountainbikestrecken
- **Du erhältst persönliche Trainingsempfehlungen basierend auf dem beschilderten Streckennetz für eine oder zwei Wochen.**
- **Du erhältst professionelle Lauf- und Nordic-Walking Tipps.**

Moderne Trainingsdokumentation auf GPS-Basis mit Animation deines Laufs.

Passende GPS-Geräte gibt's bei den Tourismusbüros Schruns-Tschagguns, Gargellen und Gaschurn Partenen!

Permanente „Wie schnell bin ich“ und Wettbewerbsstrecken - die Chance, dich das ganze Jahr über in die Ergebnisliste einzutragen. Meistere die Herausforderungen!

Die aktuellen Rennen & Cups findest du unter dem Menüpunkt „Wettbewerbe“ auf www.trainingsSZENE.at

2. Wie kannst du an den Herausforderungen teilnehmen?

2.1. Mit deinem eigenen GPS-fähigen Gerät

1. Registriere dich EINMALIG auf www.trainingsSZENE.at
2. Wähle deine Strecke
3. Gehe in die Nähe des Starts, schalte dein GPS-fähiges Gerät ein und stelle sicher, dass du Satellitenempfang hast
4. Fahre bzw. wandere die ausgeschriebenen Strecken mit einem GPS-fähigen Gerät ab
!Vorsicht: Stelle sicher, dass du am Start Satellitenempfang hast! Sonst können wir deine Aktivität nicht gültig werten!
5. Schalte dein GPS-Gerät im Ziel aus
6. Lade die Daten in deinem persönlichen Profil über „Track uploaden“ auf die Seite
7. Dein persönliches Trainingstagebuch mit virtuellen Vergleichsmöglichkeiten entsteht.

2.2. Kostenloser GPS-Geräte Verleih bei den Tourismusbüros Schruns-Tschagguns, Gargellen und Gaschurn Partenen

1. Registriere dich EINMALIG auf www.trainingsSZENE.at
2. Wähle deine Strecke
3. Siehe 2.1 ab Punkt 3

GPS-Geräte gibt es in den Tourismusbüros Schruns, Tschagguns, St. Gallenkirch, Gortipohl, Gaschurn, Gargellen und Partenen gegen Kautionskostenlos zu leihen.

3. Welche GPS-Geräte kannst du verwenden?

- GPS-fähige Geräte, welche Längen- und Breitengrade mit einem Zeitstempel speichern und ausgelesen werden können
- GPS-Outdoorgeräte
 - Garmin
 - Magellan
- GPS-Uhren
 - Garmin
 - Suunto X10
- GPS-Datenlogger
 - Royaltek RGM 3800
 - Holux
 - ...
- Smartphones
 - Nokia mit GPS-Empfänger und SportsTracker Software
 -

4. Welche Einstellungen müssen am GPS-Gerät vorgenommen werden?

- Vor der Aktivität wenn möglich die bisherige Datenaufzeichnung löschen.
- Bei jedem Koordinatenpaar muss ein Zeitstempel gesetzt werden. Bspw.
 - bei Datenloggern und z.B. Garmin Forerunner automatisch,
 - bei Garmin 60 CSX unter Tracks – Einstellungen – Aufzeichnungsart: automatisch, Intervall: maximal oder häufiger
 - Bei Fragen zu deinem Gerät, wende dich bitte an den Hersteller.

5. Welches Format ist zum Hochladen meiner Tracks notwendig?

Standardformate sind das **.gpx-Format (GPS Exchange Format)** und das **.nmea-Format**

6. Mein Gerät speichert die Daten nicht im .gpx- bzw. .nmea -Format ab, was kann ich tun?

Im Internet gibt es einfache Programme, welche die unterschiedlichen GPS-Formate der GPS-Geräte in das GPX-Format umwandeln.

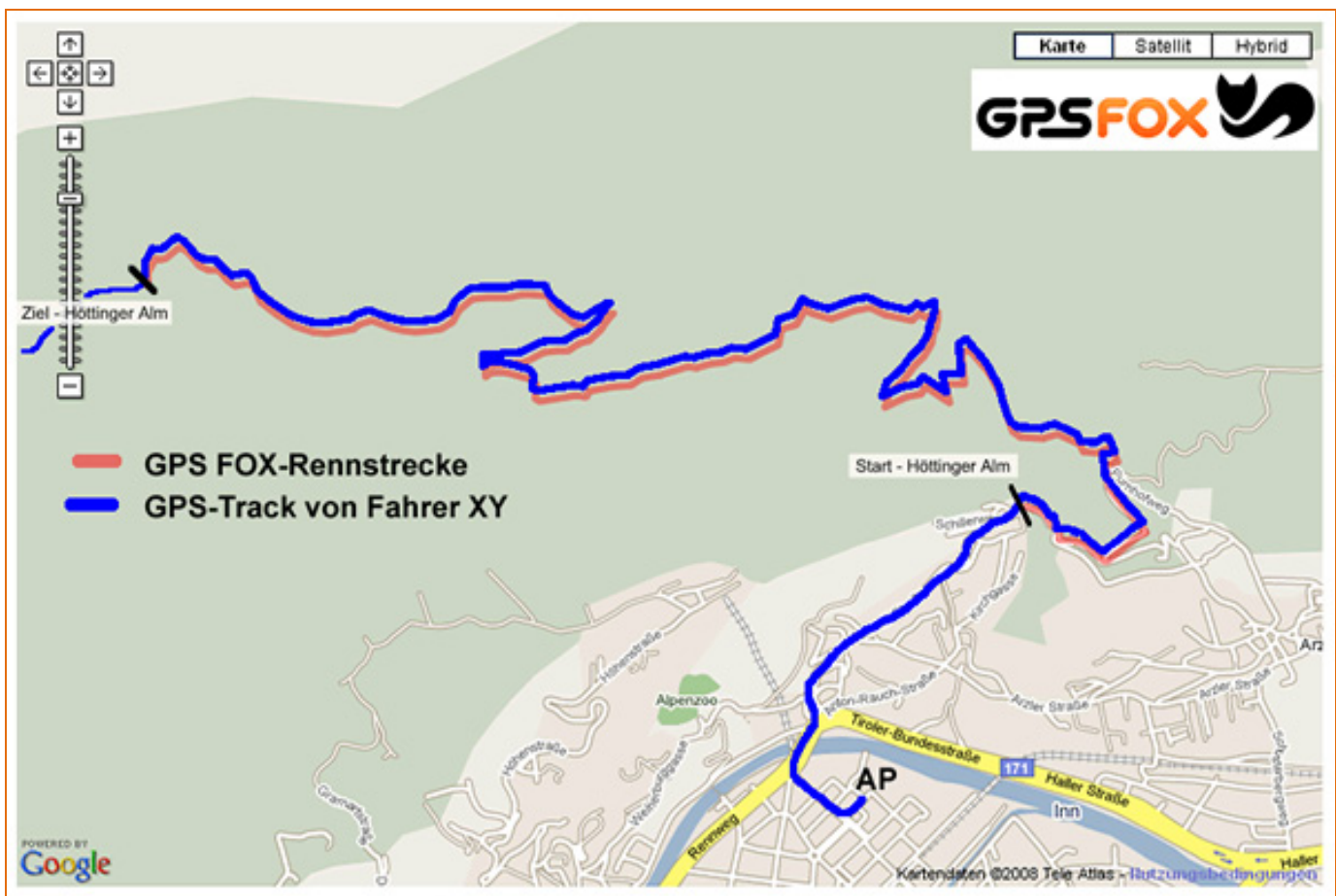
GPS Babel www.gpsbabel.org/download

GPS Visualizer www.gpsvisualizer.com

7. Wie erfolgt die Zeitmessung?

Schalte vor deiner Aktivität das GPS-Gerät ein, stelle den Empfang der Satellitensignale sicher und fahr los.

- **Vor dem Start und nach dem Ziel können bereits Daten aufgezeichnet werden.** D.h. du kannst bereits vor dem offiziellen GPS FOX-Start z.B. eine Radroute fahren.
- **GPS FOX schneidet sich die relevanten Daten von Start bis Ziel aus dem von dir hochgeladenen Track heraus!** Du musst dich an die von uns ausgeschriebene Strecke halten.



8. Wie funktioniert der virtuelle Vergleich?

Mit GPS FOX kannst du deine Aktivitäten mit jenen deiner Freunde und anderer Teilnehmer vergleichen.

1. Challenge auswählen
2. Registerkarte „Ergebnisse“
3. Bis zu 5 Personen zum Vergleich auswählen (Button „hinzufügen“)
4. Vergleich starten über Button „Vergleichen“
5. Einstellungen auswählen (Person verfolgen, Geschwindigkeit, Zoom, Kartenansicht)

6. Vergleich starten (Play)

9. Auf was muss ich bei der Aufzeichnung des GPS-Tracks achten?

- Bei Rundkursen: Es darf nur eine Runde pro Track enthalten sein. Eine gültige Validierung und Animation kann ansonsten nicht erfolgen!
 - Speichere deine bisherigen Tracks vor dem Start einer neuen Fahrt/eines neuen Laufs/ etc. auf deinem PC
 - Empfehlung: Lösche den Datenspeicher deines GPS-Geräts bevor du ein neues Training/Rennen startest.
 - Am Start: Stelle sicher, dass die Verbindung zwischen Satelliten und deinem GPS-Empfänger am Start hergestellt ist.
 - Du kannst das GPS-Gerät schon vor dem eigentlichen Startpunkt einschalten und auch erst hunderte Meter nach dem Ziel ausschalten. Die Software schneidet nur die relevanten Daten deines Tracks von Start bis Ziel heraus.
-

10. Kontakt Support:

Bitte versucht eure Fragen zuerst über die Artikel in diesem Support zu lösen. Sollte eure Frage dann noch nicht geklärt sein, so schreibt bitte eine Email an: support@gpsfox.at. Wir werden versuchen, euch so schnell wie möglich zu helfen.