Enregistrer les itinéraires

Les itinéraires peuvent être ajoutés à Livelox de différentes manières:

- **En utilisant une application dans votre téléphone intelligent que vous emportez avec vous pendant que vous courez.** Cette méthode est la plus simple, car vous n'avez pas à effectuer de téléchargement manuel par la suite.
- **En utilisant un traceur GPS dédié.** Nous vendons et louons des trackers.
- **Par synchronisation avec Strava (https://www.strava.com)**. Les séances d'entraînement qui se trouvent dans votre compte Strava sont automatiquement transférées sur Livelox. Un compte Strava peut à son tour être connecté à l'application dédiée à votre montre GPS.
- **Par synchronisation avec Garmin Connect (https://connect.garmin.com)**. Les séances d'entraînement qui se trouvent dans votre compte Garmin sont automatiquement transférées vers Livelox.
- **Par synchronisation avec Polar Flow (https://flow.polar.com)**. Les entraînements qui se trouvent dans votre compte Polar sont automatiquement transférés vers Livelox.
- **Par synchronisation avec Suunto (https://www.suunto.com)**. Les séances d'entraînement qui se trouvent dans votre compte Suunto sont automatiquement transférées sur Livelox.
- **En téléchargeant un fichier au format GPX ou TCX.** Téléchargez l'itinéraire à partir de votre montre GPS après votre entraînement. Créez un fichier pour l'itinéraire que vous téléchargez vers Liveox.
- **Dessiner l'itinéraire à la main**. Si vous n'avez pas de téléphone intelligent ou de montre GPS, vous pouvez dessiner votre itinéraire directement avec la souris.

En savoir plus sur chacune de ces façons ci-dessous.

Enregistrez un itinéraire directement avec l'application Livelox Recorder

L'application mobile Livelox Recorder est disponible pour Android et iOS.

Téléchargez

Suivez les instructions ci-dessous pour télécharger l'application et vous connecter.

1. Téléchargez l'application depuis Google Play (https://play.google.com/store/apps/details?id=com.knowit.livelox) ou App Store (https://itunes.apple.com/us/app/apple-store/id974557784?mt=8). Recherchez Livelox Recorder. L'icône ressemble à ceci.

(https://play.google.com/store/apps/details?id=com.knowit.livelox)

(https://itunes.apple.com/us/app/apple-store/id974557784?mt=8)

2. Démarrez l'application.

3. Acceptez les termes et conditions.

4. La page de connexion s'affiche. Renseignez votre nom d'utilisateur et votre mot de passe Livelox ou Eventor, puis cliquez sur *Connexion*. Si vous n'êtes pas sûr de votre mot de passe Eventor, consultez le Guide Eventor (http://eventor.orientering.se/Documents/Guide_Eventor_-_Komma_igang_med_Eventor.pdf) ou demandez à l'administrateur de votre club. Il est également possible de créer un compte Livelox séparé (/Account/Users/Create) même si vous n'êtes pas déjà membre d'un club d'orientation suédois.

5. Maintenant, tout est prêt pour l'enregistrement! Cette procédure ne doit être effectuée qu'une seule fois. Vous pouvez maintenant passer à la troisième puce de la liste **Enregistrer un itinéraire** ci-dessous.

Enregistrer un itinéraire

Il est simple d'enregistrer un itinéraire. Voici comment procéder:

1. Assurez-vous que votre téléphone est chargé. Un enregistrement d'une heure dans Livelox prend environ 10 à 20% d'une batterie complètement chargée.

2. Démarrez l'application Livelox. Si vous avez suivi les instructions ci-dessus, vous arriverez directement au mode d'enregistrement avec votre nom renseigné.

3. Pour une précision optimale, maintenez votre téléphone immobile en vue dégagée du ciel pendant quelques minutes. Cela vous aidera à calibrer votre position avec les signaux satellites GPS.

4. Cliquez sur le gros bouton d'enregistrement rouge en bas. Le temps commence à commencer. Maintenant, vous pouvez appuyer rapidement sur le bouton marche / arrêt du téléphone pour que l'écran s'éteigne.

5. Placez votre téléphone dans une sorte d'étui résistant à l'eau. Un petit sac en plastique est généralement assez bon. Placez le téléphone à un endroit où il peut être pendant toute la passe d'entraînement, comme dans un brassard ou dans une poche. Plus on monte, meilleure est la connexion et la précision du signal.

6. Lorsque vous avez terminé votre course, retournez dans l'application Livelox et cliquez sur le gros bouton rouge qui a maintenant une croix au milieu.

Pour examiner un itinéraire que vous avez enregistré, accédez à la page de démarrage de Livelox et recherchez-le. En savoir plus sur la façon dont vous le faites ici. (/Documentation/Viewer)

Enregistrer un itinéraire avec un traceur GPS dédié

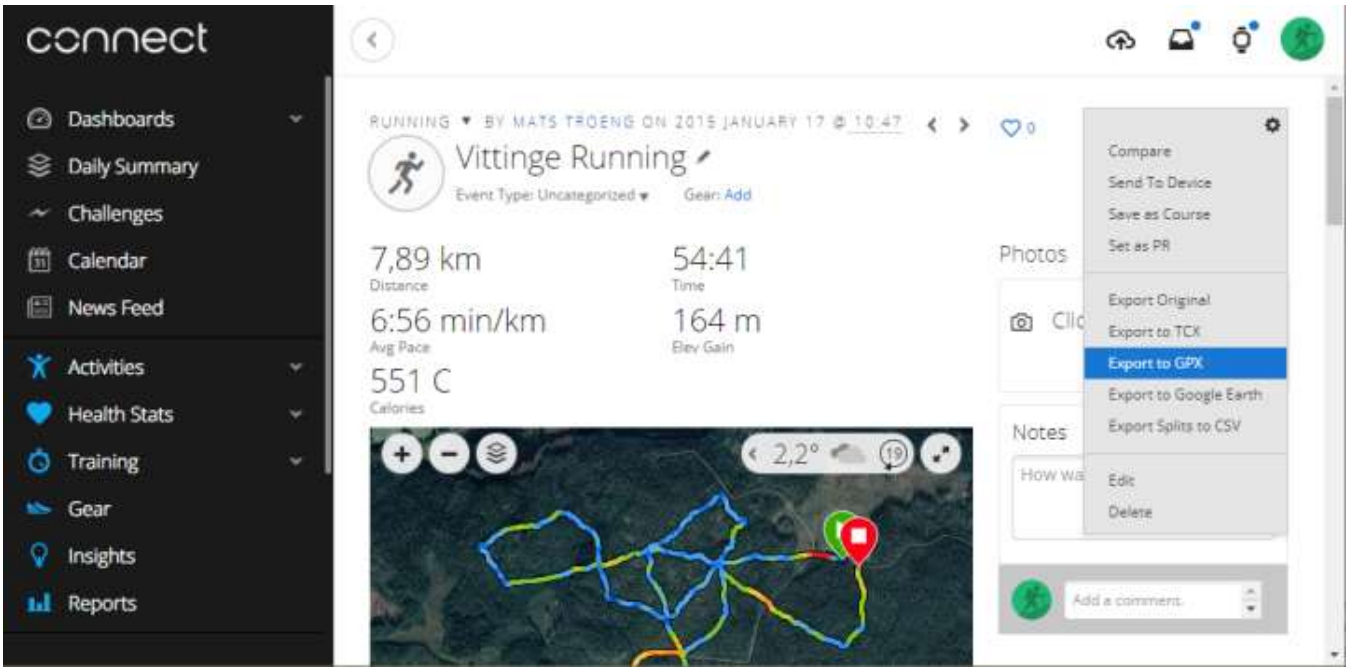
Nos traceurs GPS simples à utiliser sont disponibles à l'achat ou à la location (/Documentation/GPS_Trackers). Appuyez sur le bouton de démarrage et vous êtes prêt à partir!

Synchronisation automatique avec Strava, Garmin Connect, Polar Flow ou Suunto

La synchronisation automatique est le moyen le plus fluide d'obtenir des itinéraires d'une montre GPS vers Livelox. En savoir plus sur la façon de connecter votre compte Livelox à Strava (/Documentation/Strava), Garmin (/Documentation/Garmin), Polar Flow (/Documentation/Polar) ou Suunto (/Documentation/Suunto).

Télécharger un fichier d'itinéraire

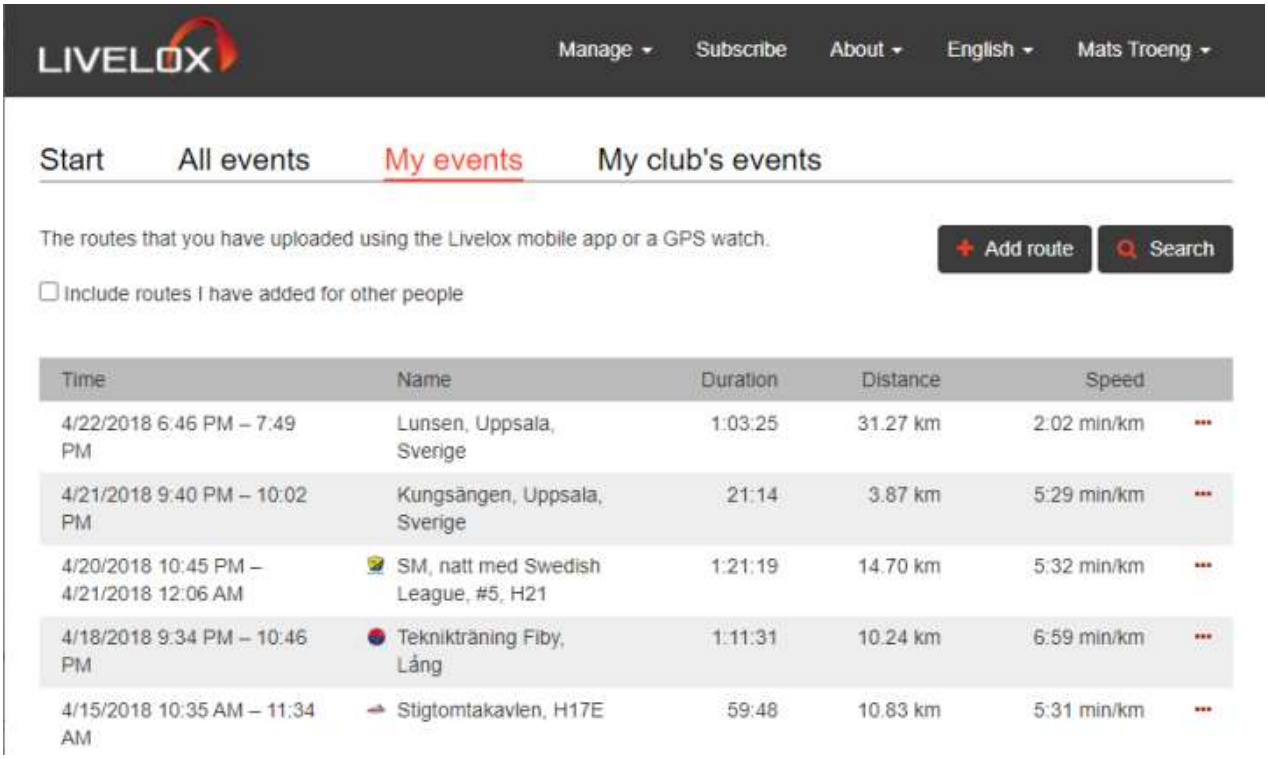
Si vous ne pouvez pas utiliser la synchronisation automatique, il existe une option pour télécharger les fichiers de routage. Si vous avez une montre GPS, vous pouvez généralement obtenir l'itinéraire à partir de l'application ou de la page Web d'accompagnement de votre montre. Le format de fichier le plus courant pour les itinéraires et autres informations géographiques est GPX (http://en.wikipedia.org/wiki/GPS_Exchange_Format). Un autre format courant est TCX (http://en.wikipedia.org/wiki/Training_Center_XML) och FIT (http://wiki.openstreetmap.org/wiki/FIT). Notez comment vous créez un fichier GPX, TCX ou FIT pour votre type et modèle de montre GPS en vérifiant sur le Web. Ci-dessous, vous pouvez voir comment créer un fichier GPX dans le service Web Garmin Connect.



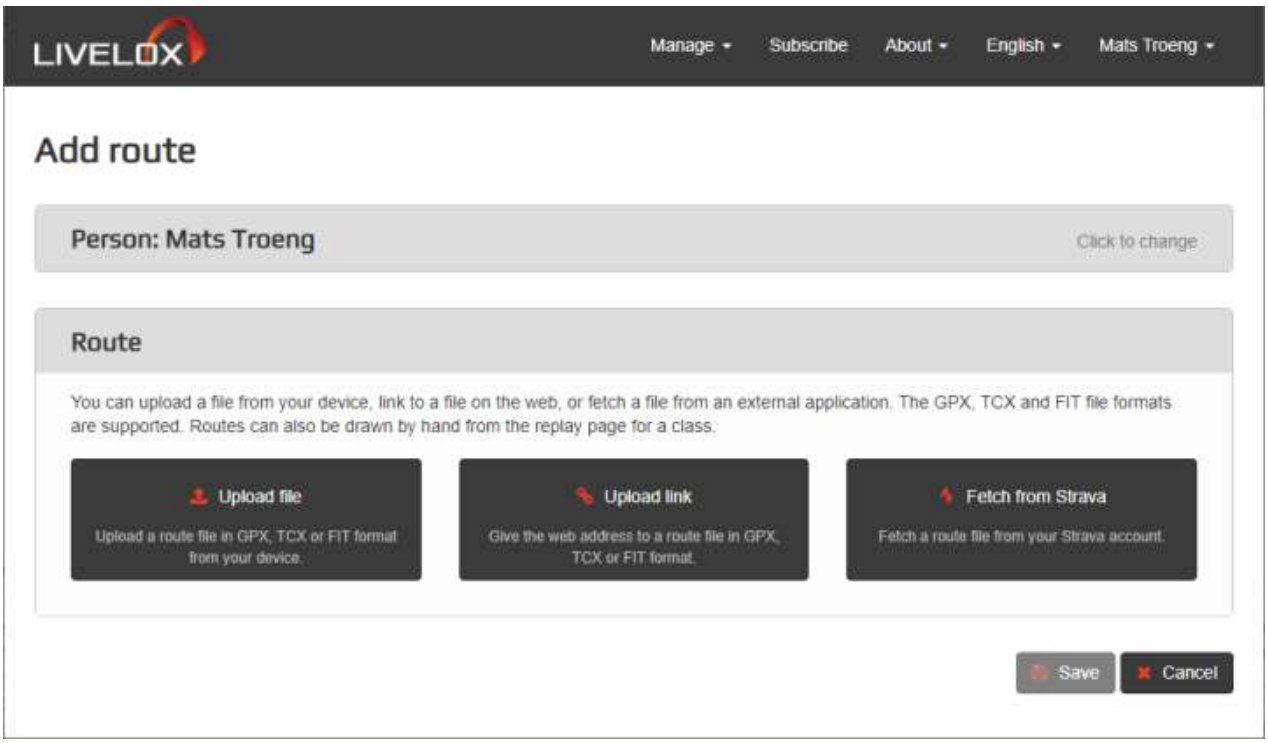
Lorsque vous avez créé le fichier avec votre itinéraire, téléchargez-le dans Livelox. Pour le télécharger :

1. Connectez-vous d'abord via le lien de connexion (/Home/Login) sur le côté droit. Si vous avez créé un compte Livelox séparé, vous pouvez vous connecter avec cela. Vous pouvez également vous connecter avec votre nom d'utilisateur et votre mot de passe Eventor (s'applique à EventorSweden, Norvège et Australie). Si vous avez oublié votre mot de passe Eventor, consultez le guide dans Eventor (https://eventor.orientering.se/Documents/Guide_Eventor_-_Komma_igang_med_Eventor.pdf) ou demandez à l'administrateur de votre club.

2. Sélectionnez l'onglet Mes activités (/?tab=myEvents) sur la page de démarrage. Cliquez sur le bouton « Ajouter un itinéraire ».



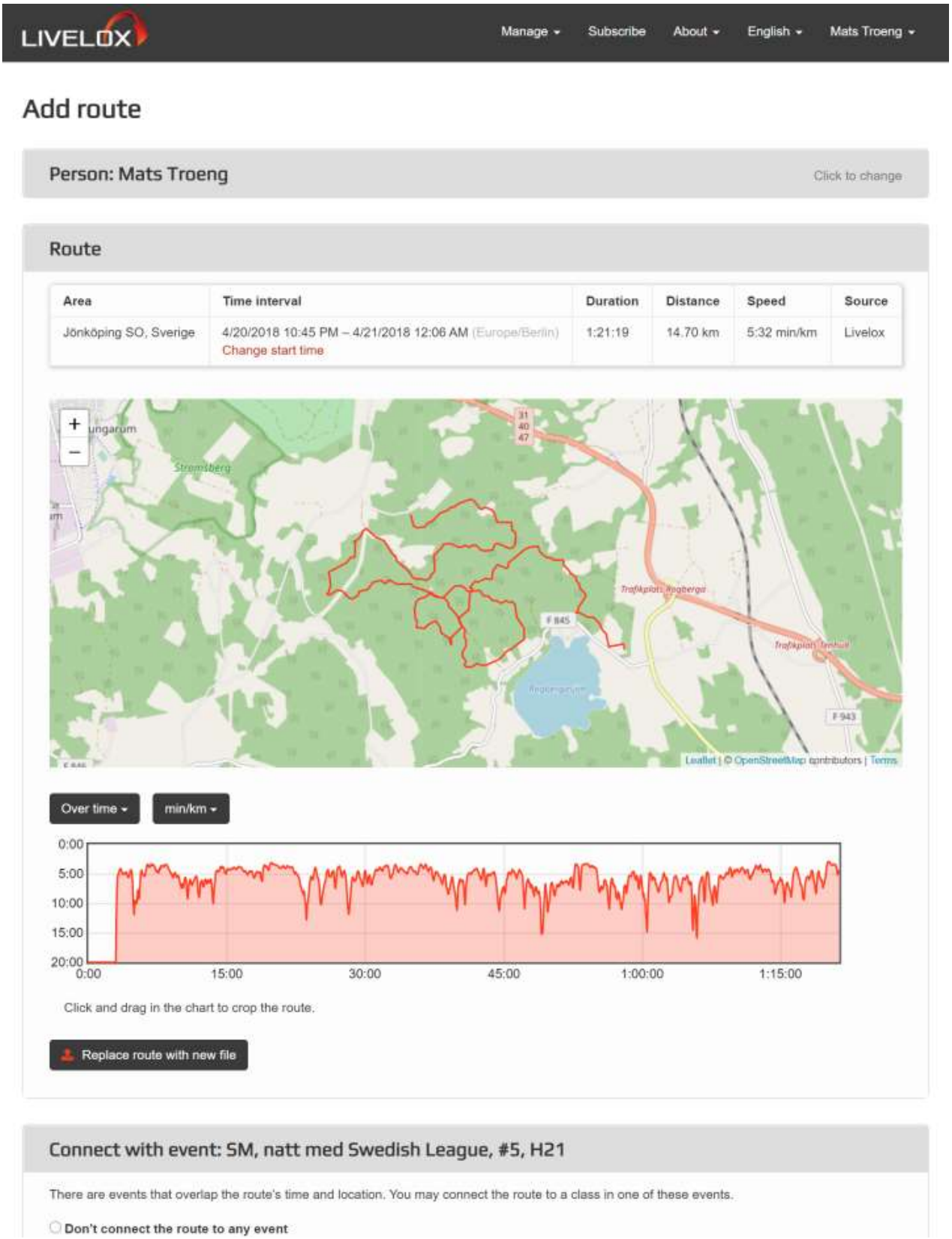
3. Choisissez la personne à laquelle appartient l'itinéraire et recherchez le fichier de routage que vous venez de créer. Vous pouvez choisir un fichier à partir de votre ordinateur, ajouter un lien vers le fichier s'il est sur le Web, ou obtenir le fichier à partir de votre compte Strava (/Documentation/Strava).

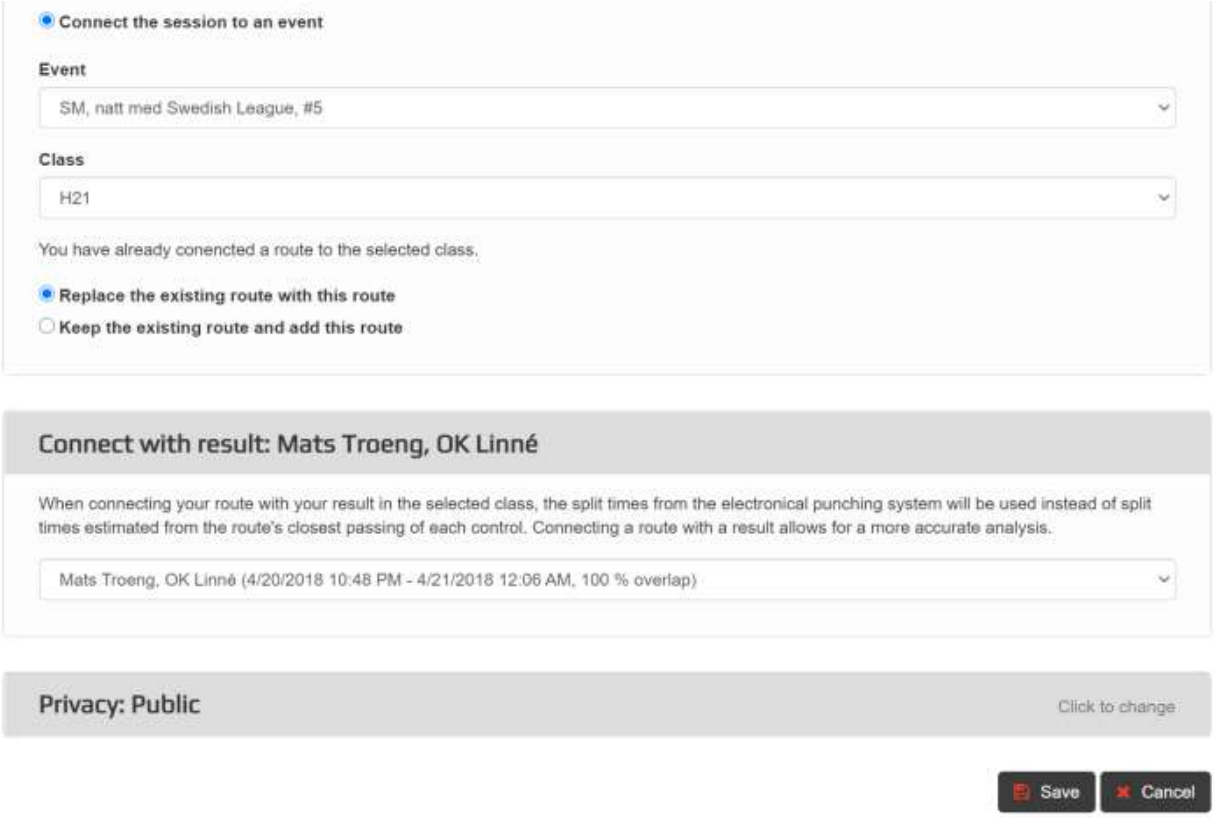


4. Lorsque le fichier est téléchargé, des informations sur l'heure et la distance des itinéraires sont affichées. Si l'itinéraire chevauche un événement dans Livelox, vous avez la possibilité d'ajouter votre itinéraire dans cet événement. Dans ce cas, choisissez l'événement et la classe auxquels il appartient. S'il est possible de se connecter à partir d'Eventor, vous pouvez même connecter votre

itinéraire avec un résultat afin que vous puissiez recadrer votre itinéraire en fonction de l'heure de début et de l'heure de fin. Le meilleur résultat correspondant est normalement défini sur la valeur par défaut.

Normalement, une montre GPS est réglée en fonction de l'horloge des satellites GPS. Toutefois, si l'heure d'un itinéraire doit être modifiée, vous pouvez cliquer sur le lien *Modifier l'heure de début*. Cela peut être utile, par exemple, si vous avez exécuté un cours à un autre moment que la période de l'événement Livelox auquel vous souhaitez ajouter votre itinéraire. Mettez à jour l'heure de début à une heure comprise dans l'intervalle de temps de l'événement, puis connectez l'itinéraire à l'événement.





5. Cliquez sur *Enregistrer*.

6. Une page qui affiche des informations sur l'itinéraire s'affiche. Ici, vous pouvez cliquer plus loin pour regarder l'ensemble de la classe dans laquelle l'itinéraire est inclus ou simplement votre itinéraire s'il n'est pas connecté à un événement.

Dessinez votre itinéraire à la main

Si vous n'avez pas enregistré votre itinéraire avec un téléphone ou une montre GPS, vous pouvez toujours le charger dans Livelox. Vous dessinez votre itinéraire à l'aide de la souris. Assurez-vous que vous êtes connecté et passez en mode d'affichage pour la classe à laquelle vous souhaitez ajouter l'itinéraire. À droite de l'en-tête *Événement,* il y a une icône de menu : . Cliquez dessus et *choisissez Ajouter un itinéraire*. Choisissez une personne pour laquelle dessiner l'itinéraire et cliquez sur *Dessiner dans l'itinéraire à la main*.☰

Plus d'informations

- À propos de Livelox (/Documentation)
- Voir les itinéraires (/Documentation/Viewer)
- Ajouter des cartes (/Documentation/Maps)
- Ajouter des événements (/Documentation/Events)
- Ajouter des cours (/Documentation/Courses)
- Se connecter à un compte Strava (/Documentation/Strava)
- Se connecter à un compte Garmin (/Documentation/Garmin)
- Se connecter à un compte Polar (/Documentation/Polar)
- Informations sur l'abonnement (/Home/SubscriptionInfo)
- Conditions d'utilisation (/UserAgreement)