

Nu finns veckans bana på Livelox

Logga in på www.livelox.com och välj "Alla aktiviteter" (om du tillåter livelox att veta din plats, inget krav, så kan du se lättare se vilka aktiviteter som finns tillgängliga).

För att lägga in ditt spår behöver du logga in. Har du inloggning till eventor och idrottonline så använd det.

Lättast är dock att skapa ett konto på Livelox:

Klicka på "Skapa användarkonto" uppe till höger.

Fyll i uppgifterna och spara. Nu kan du logga in på livelox och välja tävling, titta på banan och lägga upp ditt spår.

The screenshot shows the Livelox website interface. At the top, there is a navigation bar with the Livelox logo, a 'Prenumerera' button, a 'Om' button, a language selector set to 'Svenska', a 'Skapa användarkonto' button, and a 'Logga in' button. Below the navigation bar, there are tabs for 'Alla aktiviteter', 'Mina aktiviteter', and 'Min Klubbs aktiviteter'. The 'Alla aktiviteter' tab is selected. Below the tabs, there is a search and filter section with a 'Tid' dropdown set to 'Senaste veckan', a 'Land' dropdown set to 'Alla länder', an 'Aktivitet/arrangör' search box, and a 'Sortering' dropdown set to 'Avstånd'. Below this, a message states: 'Fler än 200 aktiviteter hittades. De 200 första aktiviteterna visas. Du kan begränsa sökningen till ett visst område genom att zooma in kartan till det önskade området och sedan klicka på knappen ▼ uppe till höger i kartbilden.' Below the message is a table of activities and a map. The table has columns for 'Datum', 'Aktivitet', and 'Rutter/klasser'. The map shows a geographical area with various locations marked with red circles and numbers.

Datum	Aktivitet	Rutter/klasser
2020-04-19 – 2020-04-27 07:00	Veckans bana 17 SOK Trail, Sverige	0 4
2020-04-20 08:00 – 09:00	Veckans bana v17 Hjölbygdens CK, Sverige	0 2
2020-04-18 10:00 – 14:00	Tiveden 200418 IF Hagen, Sverige	7 1
2020-04-13 – 2020-04-19 00:00 – 20:00	Veckans bana v16 Hjölbygdens CK, Sverige	9 2
2020-04-13 – 2020-04-19 01:00 – 23:00	Veckans bana vecka 16 IF Hagen, Sverige	28 3
2020-04-20 – 2020-04-26	Veckans bana vecka 17 IF Hagen, Sverige	1 3

För att lägga upp ditt spår, kan du göra något av följande:

Du kan ladda hem appen Livelox (finns för både Android och Iphone).

Logga in och välj rätt tävling och klass och starta inspelningen

Har du GPS-klocka så kan du använda spåret från den och ladda upp till tävlingen (träningen).

Roland Karlsson
SOK Träff