

**OKOSAN az EGÉSZSÉGEMÉRT!**  
**„Indulj az utadon!–Szórakoztató, ingyenes és könnyű”**  
**„Olyan, mint a Pokemon Go szörnyek nélkül!”**

Az okos telefonos **MapRun** alkalmazás egy új formája a szórakozásnak, a tájékozódásnak és a sportnak. A tájékozódás pontosságának az ellenőrzéséhez egy okos telefon és a MapRun alkalmazás szükséges.

A tájékozódási játék előkészítéséhez internet hozzáférés szükséges.  
-Ha **IOS** telefonod van, az Apple Store-ból töltsd le a MapRun-t.  
Töltsd ki ÉKEZETNÉLKÜLI betűkkel a kért adatokat.

Töltsd le díjmentesen a telefonra **MapRun** app-ot a következő helyről: [google play](#)  
Töltsd ki ÉKEZETNÉLKÜLI betűkkel a kért adatokat.

Indítsd el a MapRun-t a telefonodon.  
Az „EVEN LIST” menü pontra kattintva válaszd ki a Hungary -> Szolnok mappából a József Attila ltp-i feladatok közül:  
a „Szolnok Civilhaz Line Course PXAC” kötelező útvonalú pályás fájlt, vagy  
a „Szolnok Civilhaz PXAS Score Q30”szabad pontbegyűjtős pályás fájlt, vagy  
a „Szolnok Varosi Kolesz PXAS Score Q30”szabad pontbegyűjtős pályás fájlt, vagy  
a „Szolnok Korosi Altisk PXAS Score Q30”szabad pontbegyűjtős pályás fájlt.  
**A „GOTO” menüpontra kattintva a kiválasztott feladatot láthatod.**

Indulj az általad kiválasztott pálya szerinti RAJT-hoz!  
Az óra elindítása előtt kék kis pont jelzi az állás helyedet!  
A fájlok letöltését követően a feladat elvégzéséhez internet hozzáférés nem szükséges. **A rajthelyen az alkalmazásban nem látható a kiválasztott feladat, akkor már letöltött feladatot megtalálsz a „RELOAD” menüpontnál.** A pontbegyűjtőre limit idő: 30 perc.

Az útvonal aszfaltos, murvás utakon megtehető. A tereptárgyakon nincs tájfutó bója vagy egyéb jel elhelyezve, a telefon a benne lévő GPS-től függően, 5-20 méter távolságból jelzi a pontérintést hangjelzéssel és zöldre festi a felkeresett ellenőrző pont kör jelét.

Két jó tanács kezdő **MapRun**-osoknak:  
Első művelet: a **MapRun**-ban a GPS-t érdemes csak a rajt közelében elindítani a "**START THE GPS**" gombbal, mert az útvonalat attól a pillanattól rögzíti, ahogy a GPS indul, így a „**ROUTE GADGET**” RouteGadget-ban és az eredményekben esetleg jóval hosszabb távolság tűnik fel, mint ami effektíve a pálya megtételéhez kellett. A rajtot érintve sípol a telefon majd automatikusan indul az időmérés, amit a sárga mezőben lehet látni.

Második művelet: amint lesz internet kapcsolatod, érdemes rögtön az "**UPLOAD RESULTS**” UploadResults gombbal feltölteni az eredményedet amely beíródik az eredmény jegyzékbe.  
A pálya mostantól bárki által használható, és reméljük több hónapig elérhető lesz.  
Köszönet a Szolnoki Honvéd Sportegyesület Tájfutóinak a térképhasználatáért.

Ajánljuk mindenkinek, próbálja ki a **MapRun** alkalmazást!

Jó egészséget és jó szórakozást kíván a GÖRDÖGÖK SE csapata!

**OKOSAN az EGÉSZSÉGEMÉRT!**  
**„Indulj az utadon!–Szórakoztató, ingyenes és könnyű”**  
**„Olyan, mint a Pokemon Go szörnyek nélkül!”**

Az okos telefonos **MapRun** alkalmazás egy új formája a szórakozásnak, a tájékozódásnak és a sportnak. A tájékozódás pontosságának az ellenőrzéséhez egy okos telefon és a MapRun alkalmazás szükséges.

A tájékozódási játék előkészítéséhez internet hozzáférés szükséges.  
-Ha **IOS** telefonod van, az Apple Store-ból töltsd le a MapRun-t.  
Töltsd ki ÉKEZETNÉLKÜLI betűkkel a kért adatokat.

Töltsd le díjmentesen a telefonra **MapRun** app-ot a következő helyről: [google play](#)  
Töltsd ki ÉKEZETNÉLKÜLI betűkkel a kért adatokat.

Indítsd el a MapRun-t a telefonodon.  
Az „EVEN LIST” menü pontra kattintva válaszd ki a Hungary -> Szolnok mappából a József Attila ltp-i feladatok közül:  
a „Szolnok Civilhaz Line Course PXAC” kötelező útvonalú pályás fájlt, vagy  
a „Szolnok Civilhaz PXAS Score Q30”szabad pontbegyűjtős pályás fájlt, vagy  
a „Szolnok Varosi Kolesz PXAS Score Q30”szabad pontbegyűjtős pályás fájlt, vagy  
a „Szolnok Korosi Altisk PXAS Score Q30”szabad pontbegyűjtős pályás fájlt.  
**A „GOTO” menüpontra kattintva a kiválasztott feladatot láthatod.**

Indulj az általad kiválasztott pálya szerinti RAJT-hoz!  
Az óra elindítása előtt kék kis pont jelzi az állás helyedet!  
A fájlok letöltését követően a feladat elvégzéséhez internet hozzáférés nem szükséges. **A rajthelyen az alkalmazásban nem látható a kiválasztott feladat, akkor már letöltött feladatot megtalálsz a „RELOAD” menüpontnál.** A pontbegyűjtőre limit idő: 30 perc.

Az útvonal aszfaltos, murvás utakon megtehető. A tereptárgyakon nincs tájfutó bója vagy egyéb jel elhelyezve, a telefon a benne lévő GPS-től függően, 5-20 méter távolságból jelzi a pontérintést hangjelzéssel és zöldre festi a felkeresett ellenőrző pont kör jelét.

Két jó tanács kezdő **MapRun**-osoknak:  
Első művelet: a **MapRun**-ban a GPS-t érdemes csak a rajt közelében elindítani a "**START THE GPS**" gombbal, mert az útvonalat attól a pillanattól rögzíti, ahogy a GPS indul, így a „**ROUTE GADGET**” RouteGadget-ban és az eredményekben esetleg jóval hosszabb távolság tűnik fel, mint ami effektíve a pálya megtételéhez kellett. A rajtot érintve sípol a telefon majd automatikusan indul az időmérés, amit a sárga mezőben lehet látni.

Második művelet: amint lesz internet kapcsolatod, érdemes rögtön az "**UPLOAD RESULTS**” UploadResults gombbal feltölteni az eredményedet amely beíródik az eredmény jegyzékbe.  
A pálya mostantól bárki által használható, és reméljük több hónapig elérhető lesz.  
Köszönet a Szolnoki Honvéd Sportegyesület Tájfutóinak a térképhasználatáért.

Ajánljuk mindenkinek, próbálja ki a **MapRun** alkalmazást!

Jó egészséget és jó szórakozást kíván a GÖRDÖGÖK SE csapata!