

Demokratie braucht Bewegung

A. Installation der Strava-App

1. *Strava-App* im Google-Play-Store oder Apple-App-Store suchen und finden
2. App auf das Endgerät (GPS fähig) installieren
3. Registrierungsmethode wählen oder wenn schon registriert direkt anmelden
 - a. um mit Facebook und Google fortzufahren, muss das Facebook bzw. Google-Konto angegeben werden
 - b. oder E-Mail-Adresse und ein Kennwort festlegen
4. Alle folgende Abfrage entsprechend beantworten. Zu beachten:
 - a. die App kann Kostostenfrei genutzt werden für die Challenge
 - b. den Zugriff auf die GPS-Daten unbedingt zugelassen



B. Erste Einstellung mit der Strava-App auf dem Endgerät

5. Im unteren Bereich der App gibt es 5 Bereiche → den Punkt „*Gruppe*“ auswählen.
6. Im oberen Bereich sind drei Reiter zu sehen → den Reiter „*Clubs*“ verwenden.
7. „*BVKE – Einmal rund um Deutschland*“ suchen → Club auswählen und orangenen Bereich „*Beitreten*“ verwenden

C. Aufzeichnen der Bewegungseinheit

8. App einschalten und im unteren Bereich auf den Punkt „*Aufzeichnen*“ gehen
9. Über dem Startbutton könnt Ihr den zweiten Button verwenden, um die Sportart (gehen, rennen, Fahrrad, Kanu, usw.) auszuwählen → entsprechende Sportart auswählen
10. „*Start*“ – Button drücken und es wird jeder Meter gezählt 😊 → bis ...
11. ... Ihr „*Stopp*“ drückt und danach „*Beenden*“
12. Abschließend müsst Ihr unbedingt noch eure „*Aktivität speichern*“ → Ihr könnt vorher eurer Aktivität gerne noch einen Namen geben.
13. Eure Aktivität wird automatisch im Club angezeigt!