

- Student se registruje v seminární skupině a dále v PC/mobilní aplikaci STRAVA Run and Cycling Tracking, kde požádá o členství v klubu MUNI s příslušnou aktivitou. Stručný návod k aplikaci zde ve Studijních materiálech. Pokud se student do aplikace přihlásí pod přezdívkou, musí přezdívkou sdělit vyučujícímu.

Student se seznámí se zápočtovými, bezpečnostními a technickými požadavky a informacemi ve studijních materiálech. Seznámí se a potvrdí vykonávání aktivit na vlastní nebezpečí a s bezpečnostními doporučeními zde: [https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=IO-QEdvw3EyW9zkL1V\\_O6HjplQ9AGB5Lr-znJSwW2fvURVU0NkUyTk1IV0xSV1JCRTNTU0FGTjZWUy4u](https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=IO-QEdvw3EyW9zkL1V_O6HjplQ9AGB5Lr-znJSwW2fvURVU0NkUyTk1IV0xSV1JCRTNTU0FGTjZWUy4u)

- Student nahrává a ukládá své aktivity Cyklistika (MTB x silniční), Běh/Jogging, Inline bruslení, Turistika/Nordic Walking do STRAVA pomocí svého smartphonu/smart hodinek/cyklo computeru

- Nezbytnou podmínkou k udělení zápočtu jsou vždy min. 2 fotky z různých míst na trase (lokace pořízení fotky přímo aplikací STRAVA), kde jde rozpoznat obličej sportující osoby pro identifikaci studenta.

- Student si sám (v případě potřeby po konzultaci s vyučujícím) volí místo, čas i délku své aktivity, podmínkou pro udělení zápočtu je splnění všech požadavků nejpozději do konce semestru (17.1.2021)

- Pro udělení zápočtu musí splnit minimální celkový absolvovaný čas a vzdálenost u jednotlivých aktivit:

o Cyklistika- min. 3x zaznamenaná aktivita, min. 16 hod a min.200 km celkem (např. 8x120min, 4x240min,...)

o Běh/Jogging – min. 6x zaznamenaná aktivita, min. 12hod a min. 100 km běhu (např. běhy 12x60min,...)

o Inline bruslení – min. 6x zaznamenaná aktivita, min.12 hod a min.150 km inline (např. inline 12x60min,...)

o Turistika/Nordic Walking – min.3x zaznamenaná aktivita, min.16hod a min.60 km chůze (např.4x15km, 3x20km, ,...)

o Outdoor mix- min. 16 hodin různých aktivit, kombinace vzdáleností

o pozn.: Garant může zohlednit v zaznamenané aktivitě i intenzitu (např. rychlost, profil tratě-nastoupené výškové metry,...) a případně snížit minimální celkový absolvovaný čas/vzdálenost u daného studenta

Uznání etapy vyučující potvrzuje v komentáři aktivity v aplikaci STRAVA.