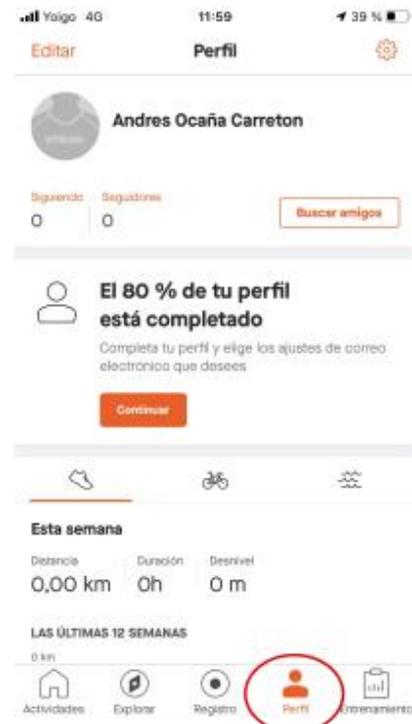
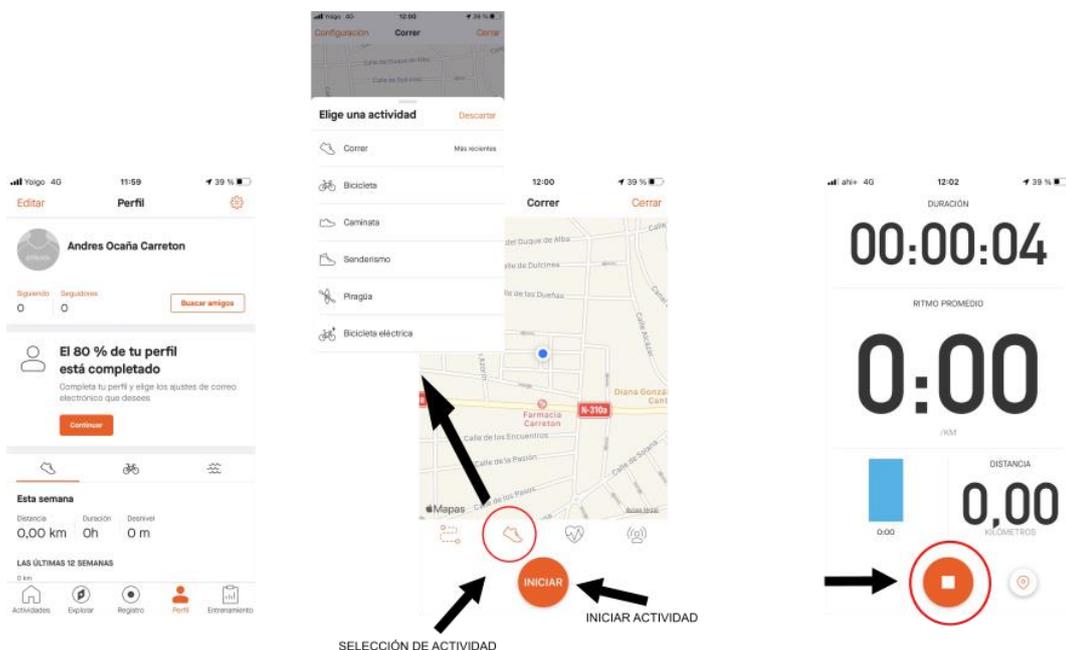


Descarga la aplicación **STRAVA** en tu dispositivo de Google Play o de la App Store e instálala. Una vez instalada, crea tu cuenta (es gratuito). Luego puedes ir a perfil y configurarlo con tus características. Tras esto tienes la apps lista para su uso. **NO** necesitas conexión con **DATOS**, ni wifi, tan sólo activar el GPS, o darle permiso a la aplicación cuando te lo solicite.



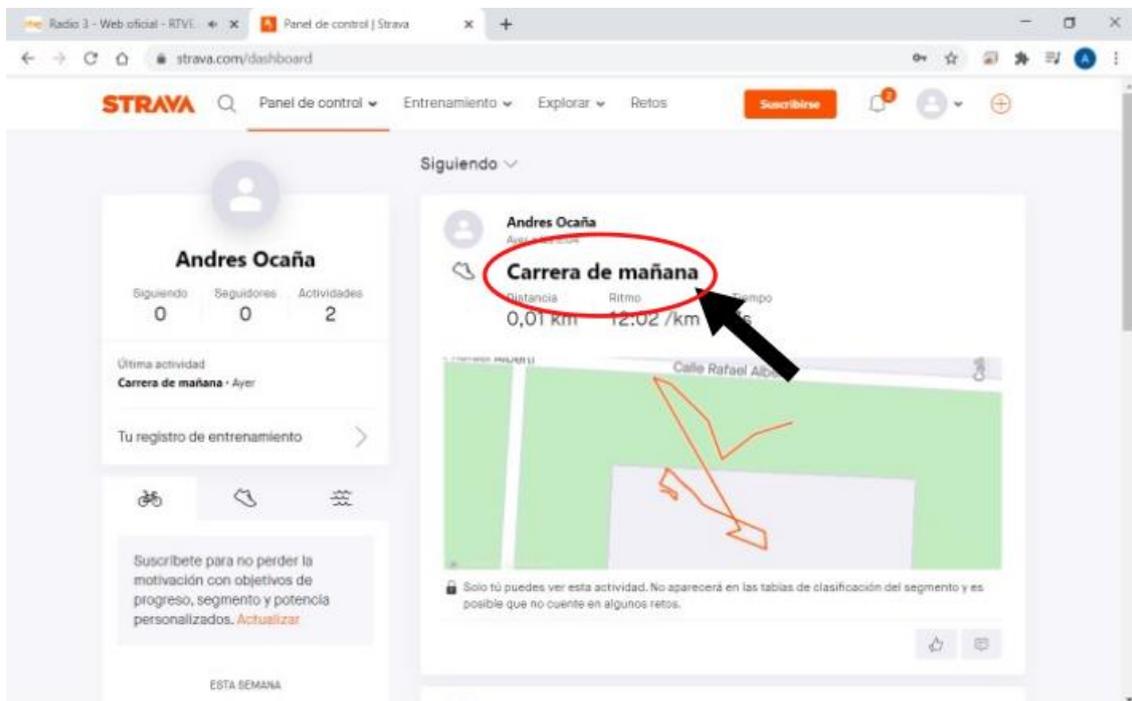
Cuando desees grabar una actividad, pincha sobre **REGISTRO**. Antes de pulsar en **INICIAR**, deberás pulsar sobre la zapatilla para seleccionar la actividad que vayas a realizar. Una vez realizada la selección, pulsa un **INICIAR** y luego en el botón con el rectángulo blanco.



Al finalizar la actividad, deberemos pulsar en el boton con el rectángulo blanco, luego en **TERMINAR** y finalmente para guardarla en el de **GUARDAR ACTIVIDAD**.



Luego, para descargar el archivo que deberemos enviar, hay que ir a la página web de Strava <https://www.strava.com/> y logearnos con nuestro usuario y contraseña. Una vez dentro, seleccionaremos la actividad que deseemos exportar o guardar



Una vez dentro, deberemos pinchar sobre los **TRES PUNTOS** de la izquierda, junto al lápiz, y seleccionar **EXPORTAR GPX** y guardarlo en nuestro dispositivo con el nombre que corresponda, según las indicaciones dadas en la norma.

