



VERKORT STAPPENPLAN REGISTRATIE

Virtual Head of the River 2021

Roeien, ergometers, fietsen, hardlopen, andere sporten

Hoe schrijf ik in?

1. Ga naar de website www.headoftheriver.nl en klik op **SCHRIJF JE NU IN**. Schrijf je in voor het onderdeel van jouw keuze (roeien, fietsen, hardlopen, ergometer, overig).
 - ⇒ Roeien en ergo: let op de afstand: 2.5km, 4km of 8km. Selecteer jouw veld*.
 - ⇒ Fietsen en hardlopen hebben een open categorie voor mannen en vrouwen over een afstand van 8km.
 - ⇒ Met een andere sport meedoen: dat kan! Alleen 8km. Selecteer "Overig" en vul je sport in (bijv. wandelen, skeeleren, zwemmen, huppelen, etc.) en selecteer "overige sporten" (mannen of vrouwen)
 - ⇒ Sluit af met "verzenden". (Let op: soms moet je ter verificatie een fotovraag aanklikken – veiligheid om aan te tonen dat je geen computer bent)
 - In de junioren en veteranen-categorieën wordt in de uitslag op leeftijd gefilterd.
 - Als je aan verschillende onderdelen wilt meedoen, moet je je telkens opnieuw inschrijven.
 - Doe je met een ploeg mee, dan schrijft alleen de oudste deelnemer zich in.
2. Als je je ingeschreven hebt maakt Time-Team een account voor je aan op de Rowing Tracker. Je ontvangt vervolgens een persoonlijke link via email van Time Team, waarop je je tijden kunt doorgeven. Je ontvangt deze link binnen een uur na inschrijving.

In deze email ontvang je meteen ook een link naar een uitgebreide handleiding over hoe je je resultaten kunt registreren (bijv. Strava/Fitbit/Concept2, etc.) en uploaden.

Mocht je de link niet hebben ontvangen, stuur dan een bericht naar info@headoftheriver.nl. De link wordt dan opnieuw gemaild.

Hoe registreer ik resultaten voor roeien, fietsen, hardlopen en overige sporten?

Leg minimaal** de afstand af waarvoor je bent ingeschreven (2.5km, 4km of 8km) en registreer je prestatie met een smartphone, sporthorloge, smartwatch (alleen met GPS functie, zoals de gratis Strava app) of NK SpeedCoach met training pack. Wanneer je klaar bent, druk je de stopknop in. Vervolgens sla je prestatie op. Wanneer je thuis bent exporteer dit file (in .GPX, .FIT., of TCX format) naar een computer. Hieronder volgt het stappenplan.

Smartphone met Strava app:

1. - Voordat je start klik op de Strava app op je mobiel en druk op start.
 - Als je in een boot zit kan je je mobiel evt. in een waterproof zeiltonnetje of zakje doen.
 - Je gaat roeien, fietsen, hardlopen, wandelen, etc. en je legt je afstand af. Geen probleem om (veel) meer kilometers te maken. De software selecteert automatisch de snelste aaneengesloten afstand waarvoor je je hebt ingeschreven.
 - Bij terugkomst zet je de Strava app weer uit (druk op stop).

Als je de app van Strava gebruikt heb je een account aangemaakt bij het downloaden van de app op je smartphone.

Je kan kiezen om je prestatie die is gemeten automatisch (d.m.v. internet) geüpload wordt naar je Strava account in de cloud.

- Eenmaal thuis: Op je PC/laptop : Ga naar www.strava.com en log in op je account.
Als je prestatie niet automatisch is geüpload, kan je je prestatie ook uploaden door je mobiel middels het oplaadkabeltje te verbinden met je personal computer of laptop via de USB ingang.
- Klik op de titel van je prestatie (= Ochtend- of middag activiteit)
- Klik vervolgens op het «meer-menu» (= 3 puntjes) in de kolom links
- Selecteer «origineel exporteren»
- Je prestatie wordt nu in je Downloads opgeslagen (in .fit format)

Hulp nodig? Voor meer informatie in de uitgebreide handleiding door te klikken op het linkje « hoe exporteer je Strava ».

2. Upload vervolgens dit opgeslagen prestatie-file d.m.v. je persoonlijke link die je van Time-Team hebt ontvangen. Volg deze stappen:
 - Onderaan de email van Time-Team klik op de groene button “submit your result”.
 - Klik vervolgens op het langwerpige veld
 - Selecteer “downloads” in de pop-up.
 - Selecteer je prestatie uit de downloads. (eindigt op .fit)
 - Bevestigen om af te sluiten
3. Om je resultaten te zien ga je naar www.headoftheriver.nl.
Klik vervolgens op “Resultaat tabel”.
Hier kan je je eigen prestatie zien en die van anderen. Ook wie zich hebben ingeschreven in de diverse velden. Je kan ook de deelnemers per vereniging bekijken.
Onder «Resultaat Map View» kan je zien waar er in Nederland of waar dan ook ter wereld met de Virtual Head is meegedaan.
4. Wanneer je aan hetzelfde onderdeel meerdere keren wilt deelnemen om bijv. je tijd te verbeteren, kan dat. Je registreert je prestaties door gebruik te maken van dezelfde link die je van Time-Team hebt gekregen. Het systeem overschrijft automatisch als het resultaat beter is. Zo telt het beste resultaat.

5. Tijden die buiten de periode van 20 maart t/m 4 april zijn opgenomen, kunnen niet geregistreerd worden voor de Virtual Head of the River 2021.
6. Het registratie portaal van Time-Team is open van 20 maart om 8.00 uur t/m 4 april om 20.00 uur. Hierna is de registratie van je prestatie niet meer mogelijk.

Hoe registreer ik resultaten voor ergometers?

1. Roei jouw afstand op een roeimachine, ongeacht het merk of type. Het enige vereiste is dat de afstand gemeten kan worden. Tijd neem je evt. apart op.
2. Wanneer je je prestatie hebt neergezet, vul je de tijd zelf in via de link die je van Time-Team hebt gekregen.
3. Om je resultaten te zien ga je naar www.headoftheriver.nl. Kies vervolgens "Resultaat tabel".
4. Zie verder punten 4, 5 en 6 hierboven.

*Vind je jouw veld niet? Kies dan het veld dat het beste aansluit bij jouw voorkeur. Bijv. C1, Liteboat, para-skiff selecteren skiff (1x) met bijbehorende afstand, leeftijdscategorie en geslacht.
Roei je bijv. met 2 vrouwen in de Jan van Amstel (3x), selecteer dan het veld Mix 2x 4km.

** Rowing Tracker software selecteert automatisch de snelste opeenvolgende 2.5km, 4km of 8km uit de geüploade prestatie. Om zeker te zijn dat je minimaal 2.5km, 4km of 8km hebt afgelegd, raden wij de deelnemers aan om iets langer dan deze afstand te racen. Om helemaal zeker te zijn van een goede registratie kan je je prestatie al beginnen te registreren vanaf het moment dat je vertrekt totdat je weer aankomt. Alleen de snelste aaneengesloten 2.5km, 4km of 8km van de hele registratie wordt vermeld in de resultaten.