



## KOSTA TRAIL VIRTUAL 2021 - APLICACIÓN ROCKTHESPORT

En esta edición VIRTUAL de la KOSTA TRAIL que **se celebrará del 13 de junio al 13 de julio de 2021**, utilizaremos la aplicación virtual de la plataforma de inscripción ROCKTHESPORT para que los participantes puedan completar la carrera y las marchas (media maratón de montaña de 21km, la montañera de 20km y la familiar de 7 km). Dado el carácter no competitivo de esta edición, todas ellas se podrán realizar corriendo o andando.

Recordamos que el dinero recaudado con las inscripciones irá destinado a la **Fundación GaituzSport**, que promueve desde 2014 la inclusión a través de la Actividad Física, desarrollando programas entre las personas con y sin disCAPACIDAD en igualdad de condiciones ([www.gaituzsport.es](http://www.gaituzsport.es)).

Estos son los pasos que deberás seguir para participar en la Virtual Trail:

1. Realiza tu inscripción a través de la web de KOSTA TRAIL. <https://www.kostatrail.com/inscripciones/>
2. Al completar tu inscripción recibirás un justificante de inscripción, en formato PDF, en el email que indicaste en cuando te inscribiste. En este documento, en la parte superior izquierda (como puedes ver en la imagen de abajo) aparecerá el localizador y la referencia a la aplicación que habrá que utilizar de Rockthesport.



3. Deberás descargar la aplicación, disponible gratuitamente en iOS y Android. Estos son los enlaces para la descarga:  
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.rockthesport.virtualraceprod>  
<https://apps.apple.com/es/app/rockthesport-virtual/id1528308279>



- Una vez descargada, abre la aplicación, introduce el localizador y clicka en “Entrar al evento”. En esta primera pantalla se podrá pedir ayuda y cambiar el idioma (castellano, euskera, catalán e inglés).

## Rock<sup>®</sup>sport

VIRTUAL

Localizador de inscripción

Ej: 3E4B1AB4

[Necesito ayuda](#)

**ENTRAR AL EVENTO**

[Idioma](#)

- En la página de inicio encontrarás el logo, el nombre y acceso a la web de Rockthesport donde aparecerán tus datos sobre la KOSTA TRAIL (cuántas personas están en línea, cuántos entrenamientos has realizado, cuántas carreras y km totales). Así mismo aparecerá tu nombre, el dorsal, los puntos de paso (no hay en este caso) y el plazo para participar. En la parte inferior aparece el apartado “Tu actividad” donde podrás consultar el tiempo, distancia y fecha-hora, tanto de tus entrenamientos como de tu participación en la Trail Virtual. El último botón es para “Iniciar Entrenamiento” (antes del 13 de junio y a partir de ese día, será “Iniciar carrera”).



**KOSTA TRAIL VIRTUAL 2021** WEB

---

MIKEL

---

ID

---

**Puntos de paso**

---

**Plazo para participar en modo carrera**

13 de junio de 2021 a las 01:01  
14 de julio de 2021 a las 00:58

---

**TU ACTIVIDAD**

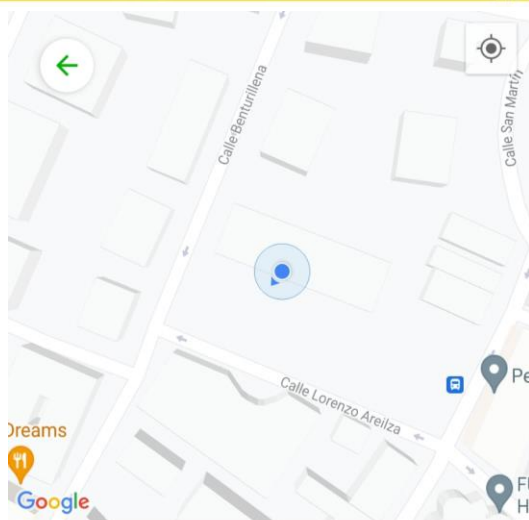
**ENTRENAMIENTOS**    CARRERA

Tiempo    Distancia    Fecha y hora

**INICIAR ENTRENAMIENTO**

[Ayuda](#)    [Cerrar sesión](#)

- Si pinchas en “Iniciar Entrenamiento” te aparecerá un mapa donde podrás ver tu ubicación (tendrás que darle permiso a la aplicación para que conecte el GPS de tu móvil al de la aplicación) y donde podrás seleccionar una distancia (libre, media maratón de montaña 21km marcha de montaña y familiar). Seleccionas la distancia y le das a empezar. Se activa una cuenta atrás junto a un botón de cancelar y a partir de ahí empezará a contar el tiempo total, y podrás observar el % del recorrido completado y la distancia recorrido en metros. Solo se podrá cancelar si has hecho menos del 50% del recorrido. El sistema se parará automáticamente una vez alcances la distancia seleccionada. Recibirás una notificación en cada kilómetro y al finalizar.



00:00:04

Tiempo total

0%

0 m

Distancia (m)

### Selecciona una distancia

Distancia libre

 MEDIA MARATÓN MONTAÑA  
21KM

 MEDIA MARATÓN MONTAÑA 21KM -  
RECORRIDO LIBRE

EMPEZAR

Sólo podrás cancelar si has hecho menos  
del 50% del recorrido

CANCELAR

7. Una vez terminado el entrenamiento aparecerá el resultado en la página de inicio en el apartado de "Tu Actividad". Es posible hacer cuantos entrenamientos se quiera previos a la fecha inicial del evento. Esto permite a los participantes probar la aplicación tantas veces como quiera. Al finalizar los entrenamientos (o la carrera/marchas), es posible compartir tu resultado con tus amig@s. Y es que todas los resultados se publican en tiempo real en un microsite específico del evento virtual, que se podrá visitar la página de actividades y resultados desde el botón «web» en la app. Si la aplicación no te ha registrado correctamente el tiempo, revisa las preguntas frecuentes.
8. Durante el periodo de la Kosta Trail Virtual (del 13 de junio al 13 de julio) el botón «entrenamiento» se convertirá en «carrera» y sólo tendrás un intento para realizarla. El funcionamiento es igual a los entrenamientos. También desde el botón «web» podrás consultar todas las clasificaciones. En la app se mostrará sólo tu resultado. Si quieres corregir tu tiempo o has realizado la carrera con otro dispositivo o app, podrás añadir tu tiempo manualmente adjuntando una imagen que justifique tu tiempo. Esta opción está disponible en la web de resultados.



## PREGUNTAS FRECUENTES

### ¿Para qué dispositivos está disponible la app?

Puedes utilizarlo con cualquier dispositivo Android (mínimo v.4.4) e iOS (iPhone, mínimo v.11).

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.rockthesport.virtualraceprod>

<https://apps.apple.com/es/app/rockthesport-virtual/id1528308279>

### ¿Cómo entro en la aplicación?

Es necesario que te hayas inscrito previamente a una carrera/marcha que utilice RockTheSport como plataforma de inscripciones. Recibirás un email con el justificante de inscripción en el que verás el LOCALIZADOR (8 dígitos letras y números). Utiliza este localizador para entrar en la aplicación.

### No encuentro mi localizador

Tu localizador se encuentra en el justificante de inscripción. Puedes solicitar de nuevo el justificante desde el microsite del evento en el apartado «Consulta mi inscripción». Dentro de esta página utiliza el link «¿Cuál es mi localizador?»

### ¿Cuántas veces puedo entrenar?

Puedes entrenar las veces que desees antes del día de la prueba. Además, podrás compartir cada uno de estos entrenamientos y automáticamente se irán publicando en la web.

### ¿Puedo cancelar la prueba mientras entreno?

Sí. Las veces que quieras y volver a empezar.

### ¿Puedo cancelar la prueba mientras hago la carrera/marcha?

En la app se indica las fechas en las que puedes realizar la carrera/marcha. Solo puedes cancelarla si no superas el 50% del recorrido. Una vez superado no podrás realizarla de nuevo, independientemente de que la acabes o no.

### ¿Puedo realizar la carrera/marcha varias veces?

No, solamente puedes realizarla una vez. Sí que podrás cancelar el intento si no superas el 50% del recorrido. Una vez superado no podrás realizarla de nuevo, independientemente de que la acabes o no.

### ¿Cuándo indico la distancia que quiero correr?

La distancia se indica en la app, antes de comenzar el entrenamiento o carrera/marcha.

### ¿Cómo publico mis tiempos?

Una vez que alcances la distancia seleccionada, la aplicación finalizará automáticamente la actividad y enviará tus resultados a la web donde se publicará el listado de los finishers. Tus actividades (entrenamientos y carrera/marcha) quedarán registradas en la sección de Mi Actividad de la aplicación, donde podrás verlas de nuevo y compartirlas.

### ¿Dónde puedo consultar mis resultados?



En la propia app tienes un enlace (“web”) para visitar los entrenamientos y resultados. Recuerda que este año el objetivo es el de la participación para apoyar a la Fundación GaituzSport y que en lugar de clasificaciones habrá un listado de participantes finisher.

## ¿Qué hago si mi móvil NO cuenta bien la distancia recorrida?

En general, la configuración de ahorro de batería de algunas marcas es el motivo de la mayoría de los problemas de GPS. Estas configuraciones pueden desactivar el GPS en cualquier momento, por lo que nuestra app no puede continuar registrando su actividad. Prueba con los consejos que aparecen al final de ésta página:

<https://blog.rockthesport.com/preguntas-frecuentes-rockthesport-virtual-app/>



## Kosta Trail birtuala 2021 - ROCKTHESPORT aplikazioa

**2021eko ekainaren 13tik uztailaren 13ra** egingo den Kosta Trailaren edizio birtual honetan, ROCKTHESPORT izena emateko plataformaren aplikazio birtuala erabiliko dugu parte-hartzaileek lasterketa eta ibilaldiak osatu ahal izateko (21 kilometroko mendi maratoi erdia, 20 kilometroko mendizalea eta 7 kilometroko familiarra). Edizio hau lehiakorra ez denez, guztiak korrika edo oinez egin ahal izango dira.

Gogoan izan izen-emateekin **bildutako diru guztia erakunde solidario batentzat izango dela, GaituzSport Fundazioarentzat**, hain zuzen ere. Fundazio horrek 2014tik jarduera fisikoaren bidez inklusioa sustatzen du, pertsonen arteko programak baldintza berdinetan eta diskapazitaterik gabe garatuz ([www.gaituzsport.eus](http://www.gaituzsport.eus)).

Hauek dira Virtual Trailen parte hartzeko jarraitu beharreko urratsak:

1. Kostako TRAIL webgunearen bidez ematen duzu izena: <https://www.kostatrail.com/eu/izen-emateak/>
2. Izena eman izanaren egiaztatzea jasotzen duzu, bai PDF formatuan, bai izena ematerakoan adierazitako helbide elektronikoan. Dokumentu horretan lokalizatzailea eta Rockthesport aplikazioaren erreferentzia agertuko dira.
3. Aplikazioa deskargatu beharko duzu, doan eskuragarri iOS eta Android telefonoetan. Hauek dira deskargatzeko estekak:

<https://play.google.com/store/apps/details?Id=com.rockthesport.virtualraceprod>

<https://apps.apple.com/es/app/rockthesport-virtual/id1528308279>

4. Deskargatu ondoren, aplikazioa ireki behar da, lokalizatzailea sartu eta "EKITALDIAN SARTU" botoiari eman. Lehen pantaila horretan laguntza eskatu eta hizkuntza aldatu ahal izango da (gaztelania, euskara, katalana eta ingelesa).
5. Hasierako orrian, logoa, izena eta Rockthesporten web orrirako sarbidea aurkituko dituzu. Bertan, Kosta Traili buruzko zure datuak agertuko dira (zenbat pertsona dauden linean, zenbat entrenamendu egin dituzun, zenbat lasterketa eta km guztira). Era berean, zure izena, dortsala, pasaguneak (kasu honetan ez daude) eta lasterketa moduan parte hartzeko epea agertuko dira. Behealdean, "Zure jarduera" atala agertzen da. Bertan, denbora, distantzia eta eguna eta ordua kontsultatu ahal izango dituzu, bai entrenamenduetakoak, bai lasterketakoak. Azken botoia "Entrenamendua hasi" da (ekainaren 13a baino lehen eta egun horretatik aurrera, "Lasterketa hasi" izango da).
6. "Hasi entrenamendua" botoian klik egiten baduzu, mapa bat agertuko zaizu, non zure kokapena ikusi ahal izango duzun (aplikazioari baimena eman beharko diozu zure



mugikorraren GPSa aplikazioaren GPSarekin konektatzeko) eta distantzia bat aukeratu ahal izango duzun (librea, mendiko maratoni erdia 21 km mendi eta familia martxa). Distantzia aukeratu eta hasiko zara. Atzerako kontu bat aktibatzen da ezeztatzeko botoi baten ondoren ("bertan behera utzi"), eta hortik aurrera gustuzko denbora zenbatzen hasiko da, eta egindako ibilbidearen ehunekoa eta egindako distantzia metrotan behatu ahal izango dituzu. Ibilbidearen % 50-a baino gutxiago egin baduzu bakarrik eztabatu ahal izango da. Sistema automatikoki geldituko da hautatutako distantziara iristen zarenean. Jakinarazpen bat jasoko duzu kilometro bakoitzean eta amaitzean.

7. Entrenamendua amaitu ondoren, hasierako orrian agertuko da emaitza, "Zure jarduera" atalean. Nahi dituzun entrenamendu guztiak egin daitezke ekitaldiaren hasierako data baino lehen. Entrenamendua (edo lasterketa/martxak) amaitzean, zure emaitza zure lagunekin parteka daiteke. Izan ere, zerrenda guztiak denbora errealean argitaratzen dira ekitaldi birtualaren mikrosite espezifiko batean, eta jardueren eta emaitzen orrialdea bisitatu ahal izango da app-n dagoen "web" botoiaren bidez. Aplikazioak ez baduzu denbora behar bezala erregistratu, berrikusi ohiko galderak.
8. Lasterketa-aldian, "Entrenamendua" botoia "lasterketa" bihurtzen da, eta hori egiteko saiakera bakarra izango duzu. Funtzionamendua entrenamenduen berdina da. "Web" botoitik ere kontsultatu ahal izango dituzu sailkapen guztiak. App-an zure emaitza bakarrik agertuko da. Zure denbora zuzendu nahi baduzu edo lasterketa beste gailu edo app batekin egin baduzu, zure denbora eskuz gehitu ahal izango duzu, zure denbora justifikatzen duen irudi bat erantsita. Aukera hori emaitzen webgunean dago eskuragarri.

## OHIKO GALDERAK

### **Zein gailutarako dago erabilgarri aplikazioa?**

Edozein Android (gutxienez v.4.4) eta iOS (iPhone, gutxienez v.11) gailuekin erabil dezakezu.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.rockthesport.virtualraceprod>

<https://apps.apple.com/es/app/rockthesport-virtual/id1528308279>

### **Nola sartuko naiz aplikazioan?**

Beharrezkoa da RockTheSport erabiltzen duen lasterketa/martxa batean izena eman izana. E-posta bat jasoko duzu inskripzioaren egiaztagiriarekin. Bertan, lokalizatzailea ikusiko duzu (8 letra eta zenbaki duin). Erabili lokalizatzailea hori aplikazioan sartzeko.

### **Ez dut aurkitzen nire lokalizatzailea**

Zure lokalizatzailea inskripzio-egiaztagirian dago. Ekitaldiaren mikrositetik eska dezakezu berriro egiaztagiria, "Kontsultatu nire inskripzioa" atalean. Orri honen barruan, esteka hau erabiltzen da: "Zein da nire lokalizatzailea?"

### **Zenbat aldiz entrenatu naiteke?**

Nahi duzun guztietan entrenatu dezakezu probaren eguna baino lehen. Gainera, entrenamendu horietako bakoitza partekatu ahal izango duzu, eta automatikoki argitaratuko dira webgunean.

### **Proba bertan behera utz dezaket entrenatzen ari naizen bitartean?**

Bai, nahi duzunean eta berriro hasi.





## **Proba bertan behera utz dezaket lasterketa/martxa egiten dudan bitartean?**

App-an lasterketa/martxa noiz egin dezakezun adierazten da. Lasterketa/martxa bertan behera uzteko, ezinbestekoa da ibilbidearen % 50 ez gainditzea. Gainditu ondoren, ezin izango duzu berriz egin, amaitzen duzun ala ez kontuan hartu gabe.

## **Egin dezaket lasterketa/martxa behin baino gehiagotan?**

Ez, behin bakarrik egin dezakezu. Gainditu ondoren, ezin izango duzu berriz egin, amaitzen duzun ala ez kontuan hartu gabe.

## **Noiz esango dut zer distantzia egin nahi dudan?**

Distantzia app-an adierazten da, entrenamendua edo lasterketa hasi aurretik.

## **Nola argitaratzen ditut nire denborak?**

Aukeratutako distantziara iristen zarenean, aplikazioak automatikoki amaituko du jarduera, eta zure emaitzak webgunera bidaliko ditu; han argitaratuko da finisher-en zerrenda. Zure jarduerak (entrenamenduak eta lasterketa/martxa) aplikazioko Nire jarduera atalean erregistratuta geratuko dira, eta berriro ikusi eta partekatu ahal izango dituzu.

## **Non kontsulta ditzaket nire emaitzak?**

App-ean bertan baduzu esteka bat ("web") entrenamenduak eta emaitzak bisitatzeko. Gogorarazi, aurtengo helburua GaituzSport Fundazioari laguntzeko parte-hartzea dela, eta sailkapenen ordeztu finisher parte-hartzaileen zerrenda bat egongo dela.

## **Zer egingo dut nire mugikorrek ez badu ondo kontaktzen egindako distantzia?**

Oro har, marka batzuen bateria aurrezteko konfigurazioa da GPS arazo gehien arrazoia. Konfigurazio horiek edozein unetan desaktiba dezakete GPSa; beraz, gure aplikazioak ezin du bere jarduera erregistratzen jarraitu. Probatu orri honen amaieran agertzen diren aholkuak:

<https://blog.rockthesport.com/preguntas-frecuentes-rockthesport-virtual-app/>