

コース記録アプリのインストールから使用方法について

1. 無料のコース記録アプリ「Strava」をインストールする

iPhoneの方はこちらよりインストール



Androidoの方はこちらよりインストール



2. 画面の順序に沿ってアカウント作成をしてください。

①アプリを起動します。



②登録方法を選択後、同意してサインアップを押します。



③プロフィールを入力して、続けるボタンを押してください。



④メール受信は希望のボタンを押してください。



メールの受信を希望しますか？
以下の情報をメールと通知でお知らせします。
・ 月次統計データ
・ Strava 活用レポート
・ 種別やチャレンジに関する最新情報
・ Strava コミュニティメンバーのストーリー

いいえ

はい

⑥使用を始めるを押してください。



記録しますか？

Strava 中最もよく使われる方法は、汗をかきながら走る、サイクリング、ライドに出かけ、Strava でできることを確認してみましょう。

アクティビティを行う際は、自分の安全は自分で守るという点を忘れてください。常に安全を心がけ、法律やルールを守って屋外の安全にも気を配りましょう。Strava データの転送は、安全な場所でのみ行ってください。

コミュニティスタンダード

いいえ

使用を始める

⑧後でを押してください。

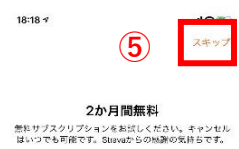


いいえ

後で

スタート

⑤スキップボタンを押してください。



いいえ

スキップ

2か月間無料

無料サブスクリプションをお試しください。キャンセルはいつでも可能です。Strava からの通知の配信は、いつでも可能です。

60日間の無料トライアルを開始

¥6,900/年

10月 2025 まで継続して使用し続ける限り、いつでもキャンセルが可能なプランです。

⑦はいを押してください。



いいえ

はい

位置情報へのアクセスを許可

アプリ使用中のアクティビティを追跡するには、Strava に位置情報へのアクセスが必要です。許可しますか？

⑨今はスキップを押してください。



いいえ

今はスキップ

連絡先を同期

⑩後でを押してください。

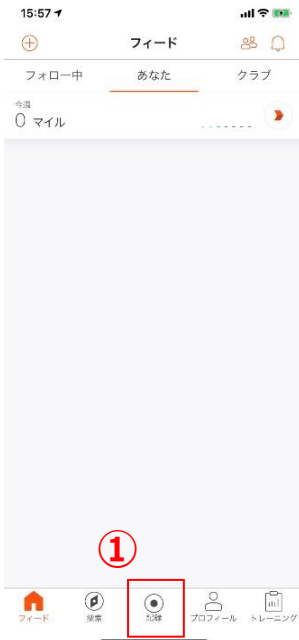


⑪完了を押してください。



3. ツール・ド・ちゃんぽん期間（9月20日～10月31日）にストラバを起動して、走りたいコースを記録しながら走る。走り出す直前に必ず「記録」ボタンを押すようにしてください。

①ストラバを起動して画面下の「記録」ボタンを押します。



②のボタンを押します。



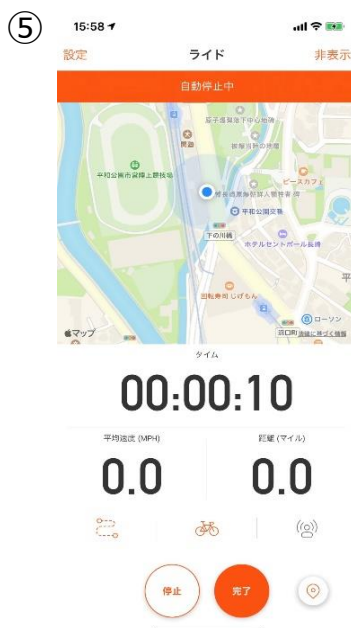
③ 「ライド」を選択して、「スタート」ボタンを押してください。



この画面になったら自転車で走るコースが記録されるので、自分のコースを走り出して大丈夫です。

サイクリング途中に自分のお気に入りの風景写真・食べ物の写真を撮影してください。

※後程、抽選にて使用しますので忘れずに撮影してください。



休憩時は「停止」ボタン、走り終わったら「完了」ボタンを押してください。



走り終わったら左の画面の名前部分に「コース名 + LINE名」を入力してください。

例) エキスパート ちゃんぽん太郎

※後程、抽選にて使用しますので忘れずに入力してください。

名前部分の入力が終わりましたら「アクティビティを保存」ボタンを押してください。



⑦-1の「フィード」ボタンを押して、⑦-2走った記録を押してください。



ライド記録の画面をキャプチャしてください。

※画面のキャプチャ方法は端末ごとに異なるのでご注意ください。