

“步道乐跑”app 学生操作手册

一、软件下载以及使用说明

1、app 下载



app 下载方式

下载方式1：
苹果（ios）版在app store搜索“步道乐跑”下载；
安卓（android）版可在腾讯宝等各大应用市场搜索“步道乐跑”下载。
（百度搜索请认准lptiyu.com,避免下载到过早版本导致无法使用）

下载方式2：
关注微信公众号“步道乐跑”点击菜单
“APP下载”即可。





2、注册登录



注册登录

根据国家实名制要求，app需要登录之后才能使用，支持通过绑定QQ或微信号方式注册。





3、身份认证



点击未认证进行认证



填写相关信息提交审核



等待工作人员审核或自动通过

认证结果



认证通过



因信息填写错误未通过审核

4、跑步规则

跑步规则说明

学校会设置跑步规则和目标要求，在app乐跑界面可以随时点击查看

**** 中国移动 4G 10:34 55% 2017

跑步规则说明

1. 本学期时间：2017.03.01~2017.06.20，在此期间跑步才计算成绩。
2. 学期成绩合格标准：有效跑步次数男生满40次，女生满35次。合格即可获得60分，超出1次加2分，满分100分，最后得分会换算成课外体育成绩分数。
3. 跑步时间：06:00~22:00，出于安全考虑，其他时间不能跑步。
4. 有效成绩标准：单次运动里程 $\geq 0.40\text{km}$ ；打卡2次；平均配速3~10分钟/公里；每天只记录1次有效成绩；单次有效跑步的里程最多只能10.00km。
5. 跑步打卡：根据学生的位置随机分配打卡点，到达打卡点时，系统会自动打卡；打卡目标完成后，可继续跑步，结束跑步时请确保达到合格标准。
6. 学校的校区即授权路线，同一学校的任意校区内跑步，只要达到有效成绩标准，都会关联成绩。
7. 系统会定期对跑步数据进行筛查，若发现有作弊行为，会取消当次成绩，多次作弊的，情节严重者，提出警告或封禁账号。

一般情况下，单次跑步计入有效成绩需要同时满足以下条件：

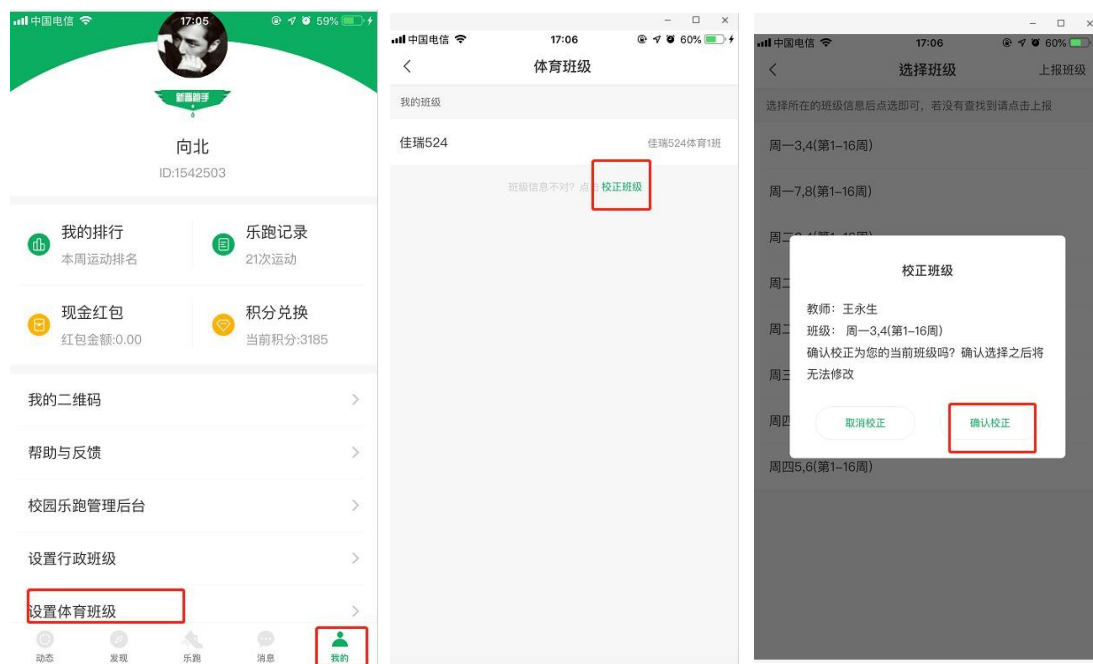
- 1、跑步里程达标
- 2、速度在要求范围内
- 3、跑步时经过所有系统分配的打卡点位置（开启跑步后，经过时会自动打卡）

5、跑步流程

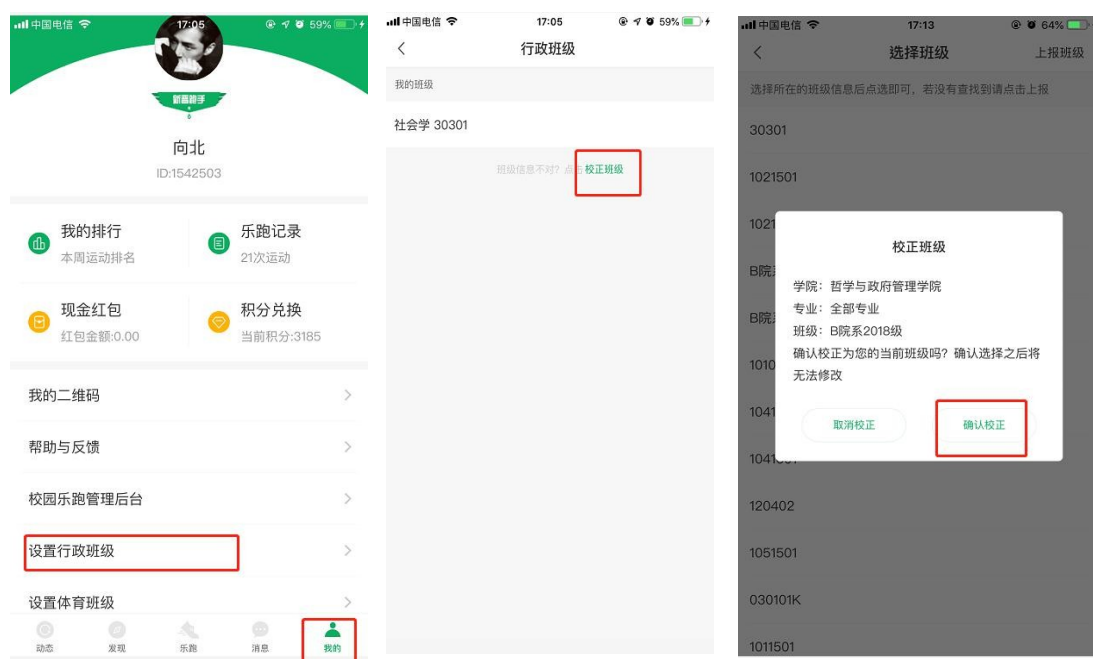
常规跑步流程

- 1.在主界面点击开始乐跑，并确认安全提醒后，点击“进入乐跑”
- 2.此时会进入跑步地图界面，可以随时点击问号图标查看本次跑步标准
- 3.如学校有打卡要求，则每次运动系统会随机分配打卡点，其位置是本次跑步要经过的地方，确认后点击“开始乐跑”即可计时跑步
- 4.运动过程中，到达打卡点位置时，系统会自动打卡，并有语音播报，同时界面会更新打卡信息，跑步中途可以暂停稍作休息
- 5.运动结束后，会详细反映运动过程数据，成绩是否关联以及原因都会实时反馈

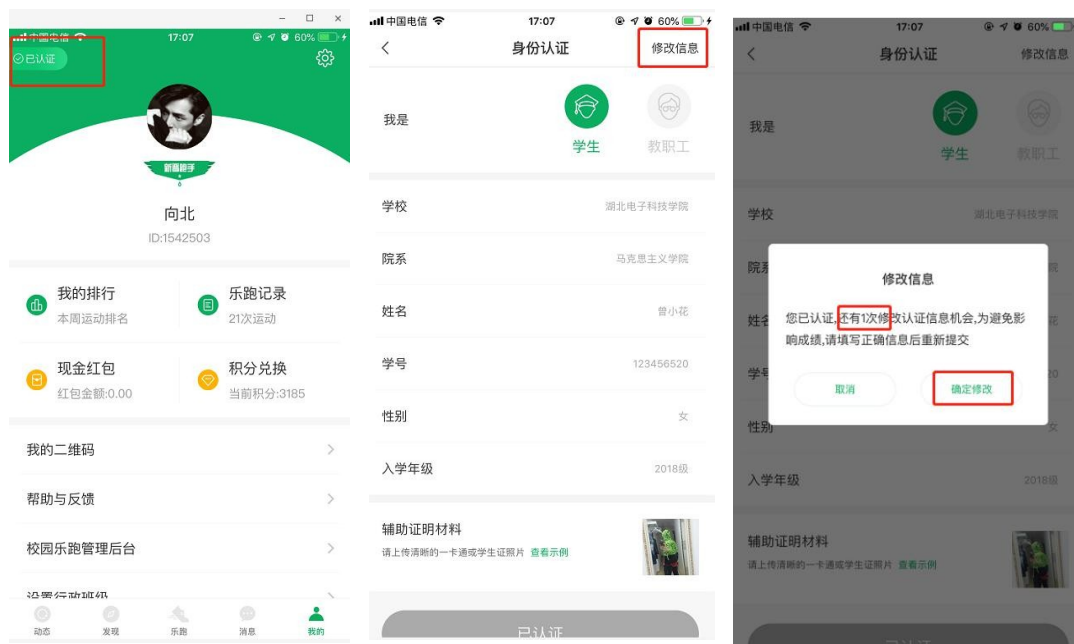
6、认证体育班级



或者认证行政班级



7、个人基本信息修改（学号，学院，性别等信息）



10、跑步过程中会根据跑步里程随机获得积分或现金红包奖励，红包可提现，积分可兑换实物或户外旅游等产品。

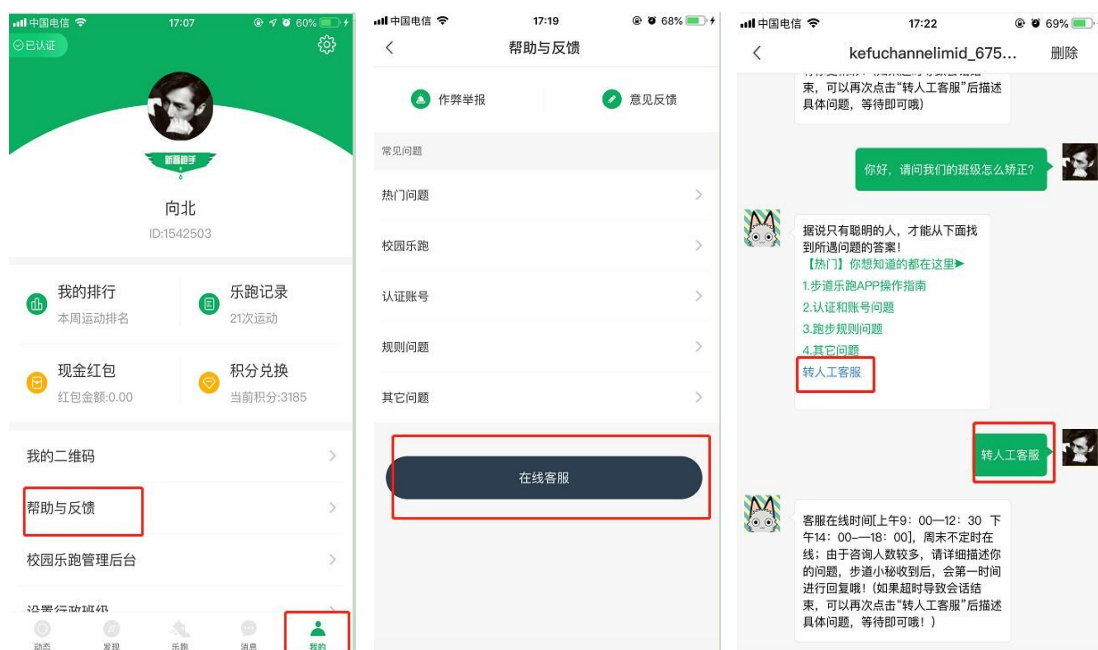
12、跑步过程中，各位同学注意人身安全，注意对各类机动车或自行车的避让，小心路滑。

14、经常更换手机登录，会导致手机 IP 地址异常，有可能被识别为更换手机代跑，请大家保持一个手机一个账号的使用。

15、为保证锻炼效果，禁止任何作弊行为，包括使用交通工具、替人代跑等行为，乐跑后台会根据跑步分段配速、轨迹信息以及手机 ID 变更等情况分析作弊行为，一经核实将取消本学期体育成绩，并在学校范围通报。同时也欢迎同学们匿名监督和举报。

二、如出现任何疑问或软件问题请用以下方式联系客服

可以通过 app 在线客服留言或联系 QQ，我们会第一时间联系您解决问题。



客服电话：027-59308374

微信公众号：步道乐跑（跑步问题可在公众号申诉处理）

体育教学部

2019 年5 月