

Einleitung

CLOUD-O ??

Ein CLOUD-O ist ein «normaler» OL mit Karte und Kompass, doch die Posten werden nicht mit Badge/SIAC, sondern mit der Garmin-Uhr oder Smartphone (Handy) quittiert.

Postenflaggen gibt es keine: Wenn man den (richtigen) Ort des Postens im Umkreis von 15-25m (Stempeltoleranz) erreicht hat, vibriert die Garmin-Uhr oder es ertönt ein Signal vom Handy.

Zur Positionsbestimmung nutzen Garmin-Uhr und Handy das satellitengestützte Navigationssystem **GPS**.

Wir empfehlen einen CLOUD-O mit der Garmin-Uhr zu laufen.

Wer keine Garmin-Uhr besitzt, kann den Lauf auch gut mit dem Handy absolvieren. Das GPS funktioniert auch dann, wenn das Handy keinen Telefon-/Internet-Zugang hat.

Bitte beachte:

Es braucht einige Vorarbeiten, um die benötigten Apps auf der Garmin-Uhr und dem Handy einzurichten. Lass dich davon nicht abschrecken. Ist dies einmal gemacht, geht das Aufschalten der Läufe ganz schnell und einfach.

CLOUD-O ist OL auf «Wolke sieben» und ermöglicht ein Wettkampf-Feeling auch ausserhalb der OL-Saison. Sogar mit Zeit- und Routenvergleich!

Viel Vergnügen!

Der Weg zum CLOUD-O-Glück:

- Notwendige Apps auf Handy und Garmin-Uhr installieren.
- Anmeldung für CLOUD-O via ol-events.ch - Erhalt des vierstelligen Codes für den Download der Bahnen.
- CLOUD-O in der MapRun-App aufs Handy runterladen.
- bei Lauf mit Garmin-Uhr: CLOUD-O an die Garmin-Uhr senden: Der Lauf wird auf der Uhr angezeigt.
- Am Start mit Garmin Uhr: MapRunG-App auf deiner Garmin-Uhr starten; Start/Stop-Taste mind. 30m vor dem Startpunkt drücken und Startpunkt passieren: Die Uhr vibriert, die Zeit läuft, es geht los!
- Am Start mit Handy: MapRun-App mind. 30 m vor dem Start starten und «Gehe zum Start» antippen: Die Karte erscheint. Beim Passieren des Startpunktes ertönt ein Pieps, die Zeit läuft, es geht los!
- Alle Posten anlaufen und sich freuen, wenn es bei jedem Posten am Handgelenk vibriert und das Handy piepst.
- Am Ziel den Lauf für die online-Rangliste hochladen.
- Die Rangliste mit Zwischenzeiten und gelaufenem Track gibt's nach dem Lauf auf dem Handy oder am Compi.

Im Folgenden werden alle Schritte im Detail erklärt.



SEE YOU @

Installation der «MapRun»-App

Um einen CLOUD-O mit der Garmin-Uhr oder mit dem Handy laufen zu können, musst du die «MapRun»-App auf deinem Handy installieren.

«MapRun» auf dein Handy laden

> Lade die App kostenlos aus dem Apple App-Store oder aus Google Play auf dein Handy. Die aktuelle Version ist 7.3.1.

Wichtiger Hinweis: Solltest du noch die ältere Version MapRun6 haben, empfehlen wir dir auf MapRun zu wechseln.

> Registriere dich in der «MapRun»-App:

siehe «Benutzerdaten» rechts.

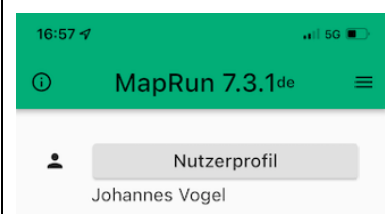
> **«Zustimmen»** antippen

Die «MapRun»-App ist auf dem Handy installiert:
Das Nutzerprofil wird angezeigt.



Die Nutzungsbedingungen dieser App sind folgende:
[Nutzungsbedingungen & Datenschutzbestimmungen](#)
[Nutzungsbedingungen](#)

Zustimmen Abbrechen



CLOUD-O TECHNISCHE WEISUNGEN

Vorbereitung der Garmin-Uhr für einen CLOUD-O (einmalig)

Um einen CLOUD-O mit der Garmin-Uhr absolvieren zu können, muss deine Garmin-Uhr fähig sein, Apps zu laden («Forerunner 235» und neuere Modelle).

Folgende kostenlose Apps musst du im App Store von Apple oder bei Google Play auf dein Handy laden:

«Garmin Connect» auf dein Handy laden

> Lade die App auf dein Handy und registriere dich mit Name, eMail und Passwort.

«Garmin IQ» auf dein Handy laden

> Lade die App auf dein Handy. Eine Registration wird nicht benötigt.

«MapRunG» auf die Garmin-Uhr laden

Die Garmin-Uhr muss mit deinem Handy über Bluetooth verbunden sein. Ist dies der Fall, wird dies «Garmin Connect» oben angezeigt.

> Logge dich auf dem Handy bei «Garmin Connect»-Konto ein.

> **Suche in der «Garmin IQ»-App die App «MapRunG», lade sie herunter und installiere sie.**

Nach der Installation ist das «MapRunG»-Logo auf deiner Garmin-Uhr ersichtlich. Die App findest du entweder unter Apps oder dort, wo du zwischen Laufen, Radfahren etc. wählen kannst.

«Laufuhr-GPS Modus» aktivieren

Gehe in der «MapRun»-App auf deinem Handy in das **Menü «Einstellungen und Optionen»:**

> Schiebe beim «Laufuhr-GPS Modus» den **weissen Punkt nach rechts.**

Anschliessend ist eine **graue Kachel «Garmin logdatei»** sichtbar.

> Klicke die graue Kachel «Garmin logdatei» an und gib MapRun das Recht zur Übertragung.

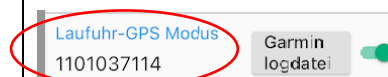
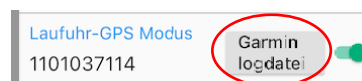
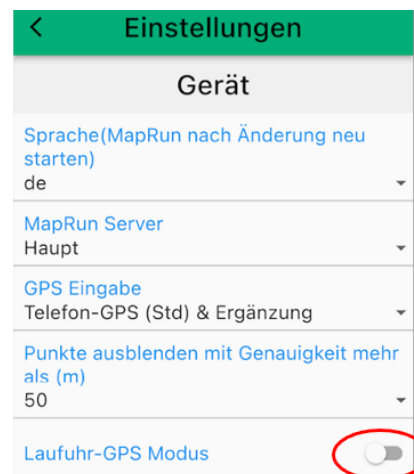
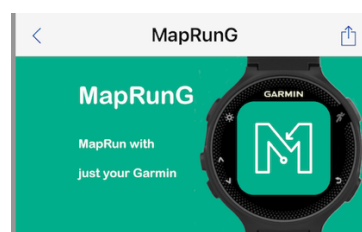
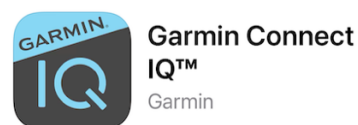
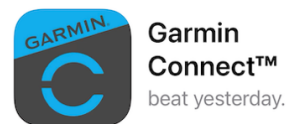
> **Starte nun auf deiner Uhr die installierte «Map RunG»-App.**

Die Uhr zeigt dir eine 10-stellige Nummer an.

> Notiere die Nummer und gib sie in der «Map RunG»-App ein.

Anschliessend wird die Nummer im Laufuhr-GPS Modus angezeigt.

Deine Garmin-Uhr ist nun für den CLOUD-O bereit.



CLOUD-O TECHNISCHE WEISUNGEN

CLOUD-O aufs Handy herunterladen

Nun kannst du in der «MapRun»-App einen öffentlichen CLOUD-O herunterladen.

> Tippe auf der «Home»-Anzeige **«Event auswählen»** an.

> Scrolle nach unten und wähle **«Switzerland»** aus.

> Wähle dann die Region, zum Beispiel **«Nordostschweiz»**

> Wähle dann den Club, zum Beispiel **«OLG Dachsen»**

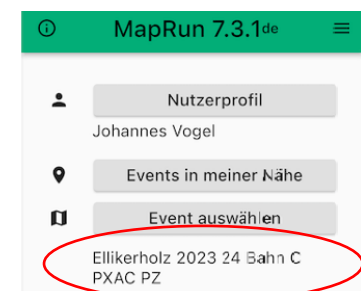
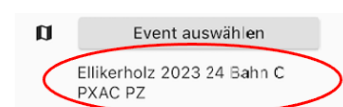
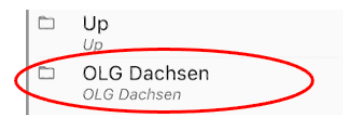
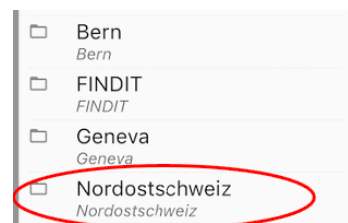
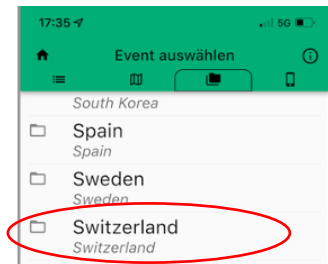
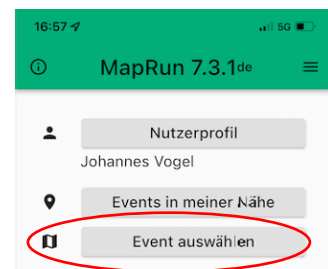
> Wähle schliesslich den Lauf, den du laufen möchtest, zum Beispiel:
Ellikerholz 2023 24 Bahn C
PXAC PZ

Es erscheint die Anzeige:
Die Datei wird heruntergeladen... bitte warten.

Der ausgewählte Lauf erscheint dann in der «Home»-Anzeige unterhalb des grauen Balkens «Event auswählen»:

Ellikerholz 2023 24 Bahn C
PXAC PZ

Der CLOUD-O ist nun auf deinem Handy eingerichtet.



CLOUD-O TECHNISCHE WEISUNGEN

Vorbereitungen

Bereite deinen CLOUD-O zuhause mit sicherer Internetverbindung vor.

Für einen CLOUD-O mit der Garmin-Uhr

Du hast den Lauf, den du laufen möchtest, heruntergeladen. Er wird unterhalb von «Event auswählen» angezeigt.

> **Tippe auf «Send Event to my Watch»** und gib anschliessend den vierstelligen Zugangscode der Bahn ein, den du nach der Anmeldung bei ol-events.ch erhalten hast.

Es folgt die Anzeige:

«Fast fertig! Aber bevor du dein Telefon weglegst...»

Hinweis, dass die MapRunG-App auf deiner Uhr installiert sein und deine Uhr mit deinem Handy über die Garmin Connect App verbunden sein muss.

> Starte die «MapRunG»-App auf deiner Uhr:

Der Lauf wird heruntergeladen und auf der Uhr angezeigt: **Course-Info.**

- **ID:** Deine 10-stellige Nummer (ID der Garmin-Uhr)
- **Name der Bahn:** Ellikerholz 2023 24 Bahn C
- **Radius: 25m** - Die Posten werden im Umkreis von 25m quitiert.
- **Controls: 10** - Die Bahn hat 10 Posten.

Für einen CLOUD-O mit dem Handy

Menue «Einstellungen» auf dem Handy überprüfen:

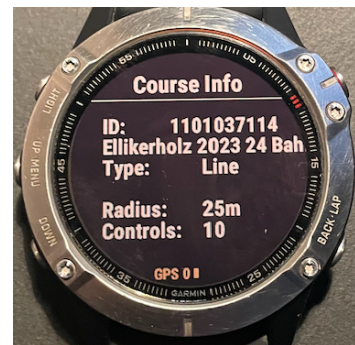
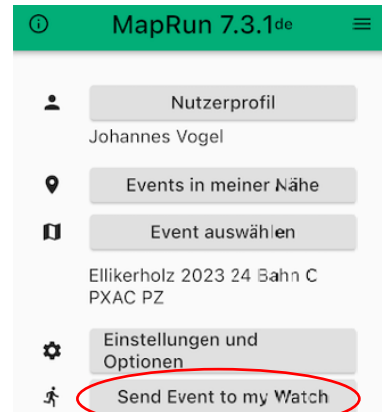
- Datenschutz > Ortungsdienste: «Ein»
- Batterie > Stromsparmmodus: «Schalter grau (aus)»
- Allgemein > Hintergrundaktualisierung > MapRun: «Ein».

> Starte die MapRun-App.

> **Tippe auf den grauen Balken «Gehe zum Start»** und gib anschliessend den vierstelligen Zugangscode der Bahn ein: Die Karte mit der Bahn erscheint auf dem Display.

> **Verkleinere (skaliere) die Karte mit zwei Fingern, bis dein aktueller Standort mit einem roten Punkt angezeigt wird.** Bsp rechts: Winterthur. Ist das der Fall, ist alles gut und bereit für den Lauf.

> Kartenansicht über «Home/Haus»-Symbol oben links verlassen und mit «beenden» bestätigen.



CLOUD-O TECHNISCHE WEISUNGEN

Am Start

Für einen CLOUD-O mit der Garmin-Uhr

Wenn du für den Start deines CLOUD-O bereit bist, **drückst du etwa 30m vor dem Startpunkt die Start/Stopp-Taste auf deiner Garmin-Uhr** (rechts oben), um den Lauf zu starten. Auf dem Display erscheint: **«Go to start – Time: 00:00»**

Sobald das GPS der Garmin-Uhr den Startpunkt (S1) erfasst, vibriert die Uhr: Die Zeit beginnt zu laufen; dein CLOUD-O kann beginnen.

Auf dem Display der Garmin-Uhr wird immer die aktuelle Laufzeit und die Nummer des letzten passiertten Postens angezeigt.

Nach dem Start ist dies «S1», bei den Posten die Postenkennzahl (z.B. 31), beim Ziel «F1» (finish).

Für einen CLOUD-O mit dem Handy

Starte die MapRun-App vor Ort mindestens 30 m vom Startpunkt entfernt und tippe auf den grauen Balken «Gehe zum Start»: Die Karte mit dem Lauf wird angezeigt.

Wenn das GPS des Handys den Startpunkt (S1) erfasst, ertönt ein Ton. Gleichzeitig wechselt die Farbe des Startdreiecks von rot auf grün: Der Lauf kann beginnen.

In der Anzeigezeile oben beginnt die Uhr zu laufen («Time»).

Angezeigt wird auch, wieviel Posten schon passiert wurden.

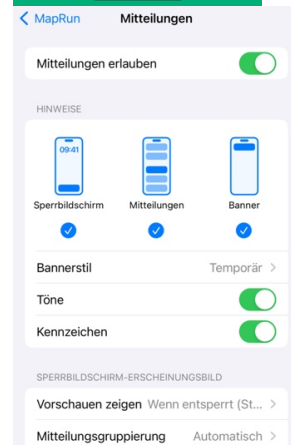
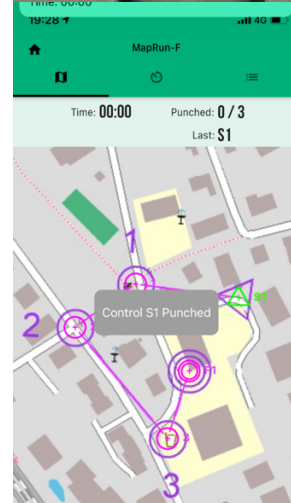
Allgemeines & Tipps

Falls du den Lauf mit dem Handy machst, trage dieses in einer Gürteltasche mit, für den Lauf an sich benötigst du es nicht mehr. **Wichtig ist, dass du die Piepstöne bei den Posten gut hörst** (Falls nicht: s. Printscreen iPhone: -> Mitteilungen und Töne erlauben). Selbstverständlich kannst du es auch in der Hand mittragen.

Die Stempeltoleranz (Radius um den Posten) ist bei einem CLOUD-O im Wald auf 25 m eingestellt. **Postenbeschreibungen** werden nicht benötigt.

Passiere das Ziel nicht, bevor du alle Posten angelaufen hast. Passierst du das Ziel dennoch, ist der Lauf vorzeitig beendet und wird als «Mis-punch» angezeigt; analog wie bei einem OL mit Badge/SIAC.

Tipp: Wenn am richtigen Standort der Posten nicht gleich piepst, warte kurz oder kreise am Postenort leicht.



Am Ziel

Für einen CLOUD-O mit der Garmin-Uhr

Sobald du das Ziel (F1) passiert hast, wird der Lauf beendet.

Auf der Uhr wird «Finish» angezeigt.

Drücke den Start/Stop-Knopf deiner Garmin-Uhr oben rechts:

Das Laufergebnis wird angezeigt: «Finished in (Zeit); with (Anzahl) punches».

Speichern der Laufdaten auf der Garmin-Uhr

> Drücke den Zurück-Knopf auf deiner Garmin-Uhr unten rechts.

> Gehe auf Save/Exit und bestätige.

Es erscheint das «MapRunG»-Logo auf dem Display; die Daten sind gespeichert.

Laufdaten auf das Handy laden

> Starte die «Garmin Connect»-App auf deinem Handy und überprüfe, ob die Garmin-Uhr mit dem Handy verbunden ist. Falls ja, wird der Lauf angezeigt.

> Wenn Uhr und Handy verbunden sind, werden die Laufdaten automatisch von der Uhr in die «MapRun»-App übertragen.

Lauf für die online-Rangliste hochladen

> Tippe in der MapRun-App auf den untersten grauen Balken «**Ergebnisse anzeigen**»: Es erscheint die Seite «**Meine Ergebnisse**».

> Tippe auf den obersten grauen Balken «**Strecke von Garmin aufrufen**» und gebe den vierstelligen Code der gelaufenen Bahn ein: Der absolvierte Lauf erscheint zuoberst in der Liste.

> Tippe den absolvierten Lauf an: **Es erscheint die Seite «Ergebnisse» mit deinem Lauf.**

> Tippe auf der Seite «Ergebnisse» oben rechts auf die Menüauswahl mit den drei Strichen und wähle «**Hochladen (manuell)**» an: Der Lauf wird für die online-Rangliste hochgeladen. Anschliessend wird der Upload bestätigt.

Für einen CLOUD-O mit dem Handy

Sobald du das Ziel (F1) passiert hast, wird der Lauf beendet.

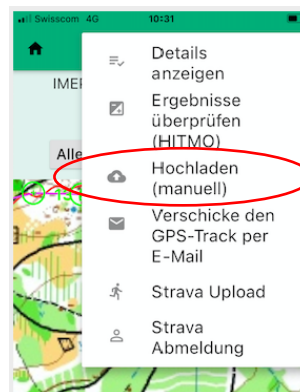
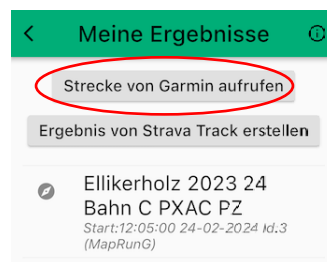
Du musst nichts machen, ausser:

Lauf für die online-Rangliste hochladen

> Tippe auf den untersten grauen Balken «**Ergebnisse anzeigen**»: Es erscheint die Seite «Meine Ergebnisse» mit dem absolvierten Lauf zuoberst.

> Tippe den absolvierten Lauf an: Es erscheint die Seite «Ergebnisse». Sofern der Lauf nicht automatisch unter «alle Ergebnisse» erscheint, kannst du ihn manuell hochladen:

> Tippe auf der Seite «Ergebnisse» oben rechts auf die Menüauswahl mit den drei Strichen und wähle «**Hochladen (manuell)**» an: Der Lauf wird für die online-Rangliste in diese hochgeladen.



CLOUD-O TECHNISCHE WEISUNGEN

Rangliste

Gleiches Vorgehen für einen CLOUD-O mit der Garmin-Uhr und Handy.

Laufresultat/Rangliste in der «MapRun»-App

> Tippe auf den untersten grauen Balken **«Ergebnisse anzeigen»** und auf der folgenden Seite **«Meine Ergebnisse»** auf den absolvierten Lauf, der zuoberst aufgelistet ist:

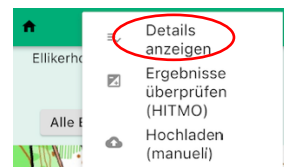
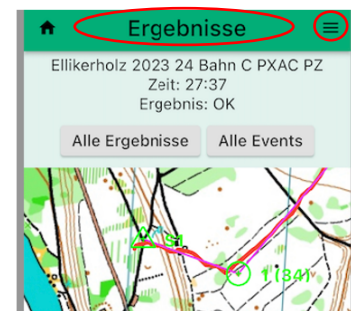
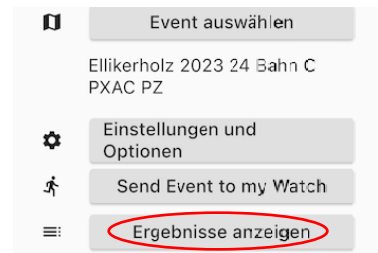
Es erscheint die Seite **«Ergebnisse»** mit Karte und Lauftrack (rote Linie). Oben wird der Lauf, die Zeit und das Ergebnis angezeigt: OK oder mis-punch, wenn ein Posten fehlt.

> Tippe auf der Seite **«Ergebnisse»** oben rechts auf die Menüauswahl mit den drei Strichen und wähle **«Details anzeigen»** aus:

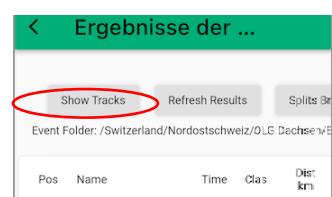
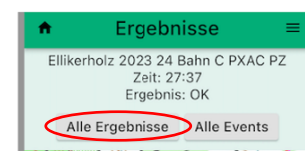
Es werden alle Posten mit der Zeit der Teilstrecken und der Schlusszeit angezeigt.

> Tippe auf der Seite **«Ergebnisse»** auf den grauen Balken **«Alle Ergebnisse»**: Es erscheint die Rangliste aller LäuferInnen dieses Laufes mit Name, Zeit, OK, effektiv gelaufener Distanz, Pace (min/Km) und dem Laufdatum.

> Tippe in der Rangliste auf **«Show Tracks»** und gebe den vierstelligen Bahncode ein: Der gelaufene Track erscheint.



Ergebnisse		
Posten	Besuchszeit	Zeit dieser Teilstrecke
S1	10:51:59	--
34	10:53:46	01:47
35	10:56:40	02:54
36	10:59:02	02:22
37	11:01:08	02:06
41	11:04:39	03:31
40	11:07:25	02:46
42	11:10:25	03:00
31	11:14:42	04:17
32	11:16:29	01:47
43	11:18:54	02:25
F1	11:19:36	00:42
Gesamt:		27:37



CLOUD-O TECHNISCHE WEISUNGEN

Laufresultat/Rangliste auf der MapRun-Website

Auf dem Anmeldeportal [ol-events](#) sind beim entsprechenden CLOUD-O die **Direktlinks zur Rangliste jeder Bahn** aufgeführt («Externe Rangliste»).

Auf der MapRun-Website sind die Läufe wie folgt zu finden:

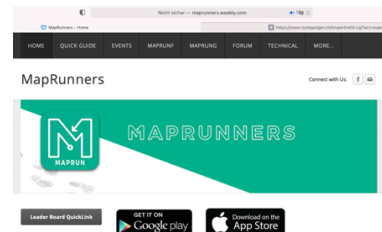
» [Direktlink zum Leader-Board](#)

Feld «Name Filter»: > Name der Bahn eingeben

Es erscheinen alle gelaufenen Bahnen des entsprechenden Laufes.

- > Die entsprechende Bahn auswählen: Die Rangliste erscheint.
- > In der Rangliste «Track» anklicken und den vierstelligen Bahncode eingeben: Der gelaufene Track erscheint unter Route Gadget mit Zwischenzeiten pro Posten oben rechts.

<http://maprunners.weebly.com>



Problemlösungen / FAQ

Du hast den Lauf erfolgreich an deine Garmin-Uhr gesendet und die MapRunG-App auf deiner Uhr gestartet: Der Download läuft, bleibt aber stehen und wird nicht abgeschlossen:

- > drücke den Exit-Knopf deiner Garmin-Uhr rechts unten und beende den Vorgang und schliesse die MapRunG-App
- > Öffne die «Garmin Connect»-App auf dem Handy und überprüfe, ob deine Garmin-Uhr mit dem Handy verbunden ist (falls nicht: Bluetooth in den Handy-Einstellungen überprüfen; evtl. aus-ein).
- > Starte die «MapRunG»-App auf deiner Uhr erneut: Der Lauf wird runtergeladen und sollte jetzt auf der Uhr angezeigt werden: Course-Info, Radius (25m), Controls.

Verbesserungsvorschläge bitte an die Verfasser:

Otti Bisang, otti.bisang@gmail.com

Johannes Vogel, jv@allblues.ch