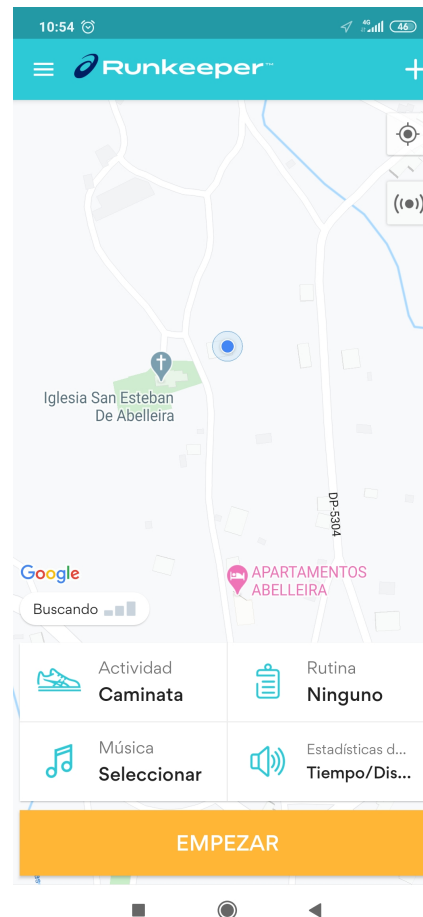
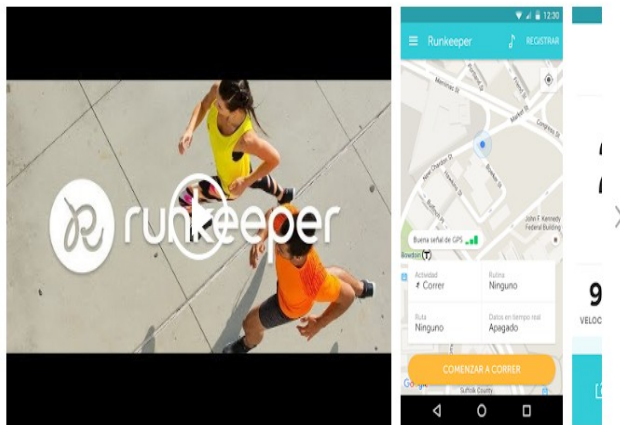


UTILIZACIÓN DE APLICACIONES MÓBILES RUNKEEPER

Para poder levar un rexistro do estado inicial e do progreso de cada alumn@, é aconsellable o uso dunha aplicación móbil para actividades físicas, na que ademáis podemos crear un grupo pechado de entreno, onde irnos vendo. Vouvolgo explicar, se non mañá na video conferencia, podemos comentalo. A aplicación que vos propoño é RUNKEEPER. Estiven mirnado varias e esta paréceme sinxela, é gratuita (as funcións básicas, suficientes para nós), e ten un plus boísimo, que podedes utilizalo por fora sen datos, utiliza o GPS do móbil e logo, na casa, con wifi, xa se poden realizar as tarefas de compartir actividade, etc.

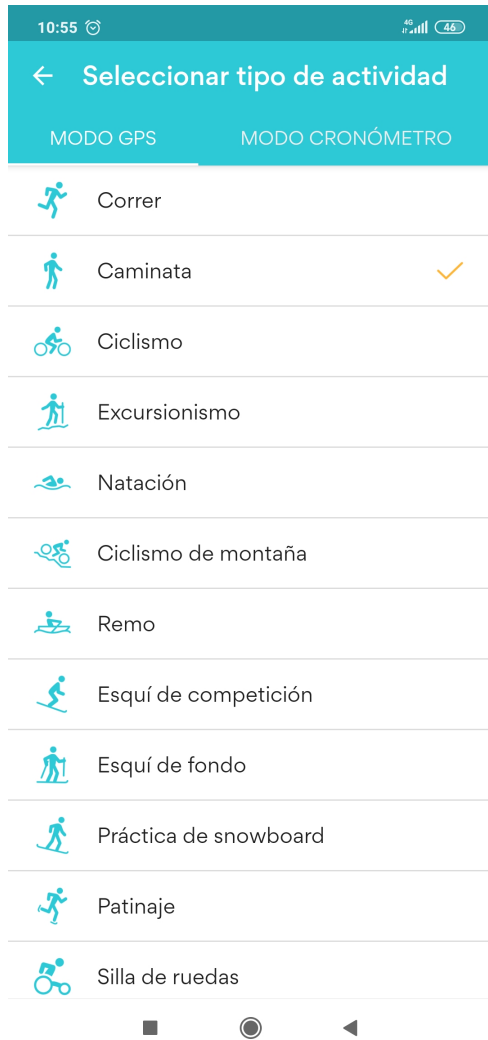
PASOS:

1. Tedes que descargar a plicación no voso móbil

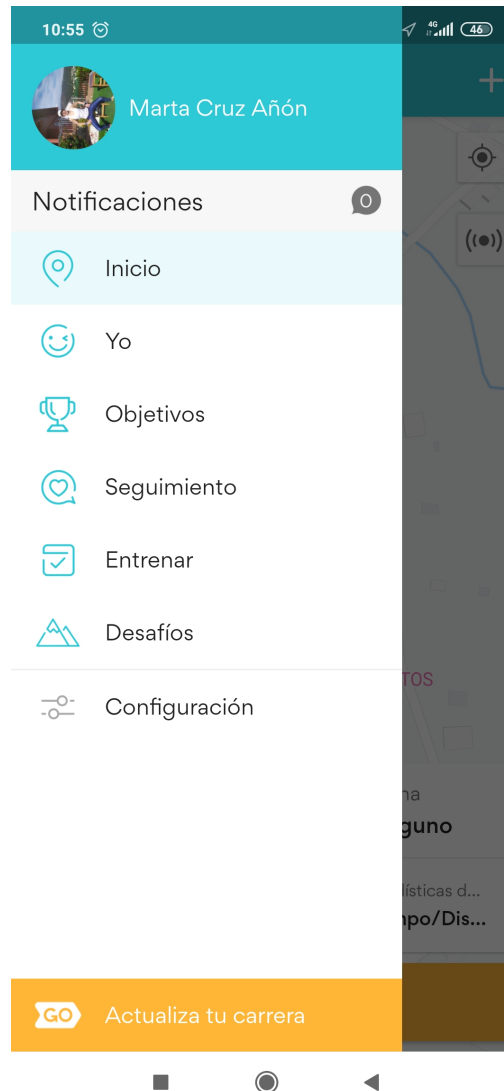


2.

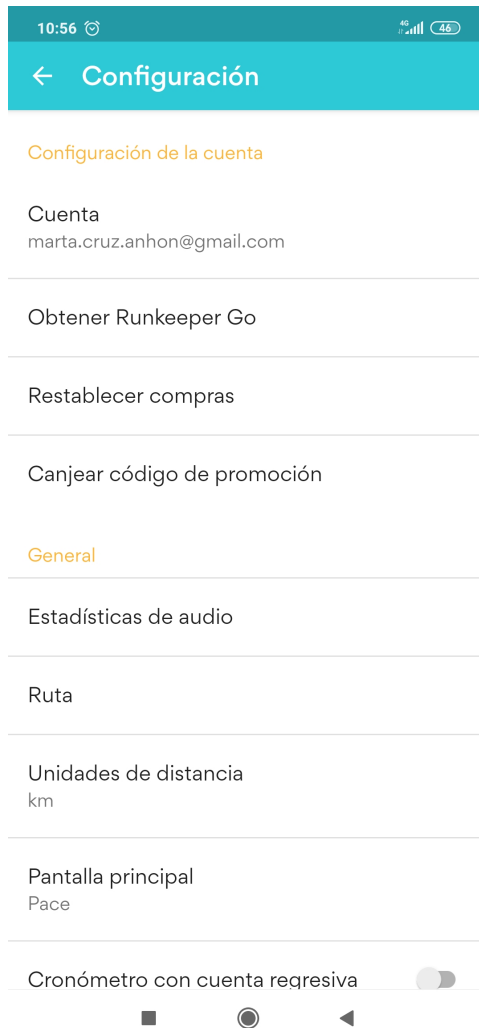
3.



4.



5.



6. IMPORTANTE: Na CONFIGURACIÓN, modificar as Unidades de distancia, que por defecto veñen en millas.
7. INSISTO, **non é necesaria** ningunha compra de melloras do producto.
8. Ides probando, e mañá comentamos na clase.