

“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,避免下载到过版本号导致无法使用)

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。

The graphic illustrates the registration and login process. It starts with the app's main interface showing '登录' (Login) and '注册' (Register) buttons. An arrow points to the '注册账号' (Register Account) screen, which includes fields for '手机号' (Mobile Number), '验证码' (Verification Code), and '密码' (Password), along with a '注册' (Register) button. A second arrow points to the '账号登录' (Account Login) screen, which includes fields for '手机号' (Mobile Number) and '密码' (Password), along with a '登录' (Login) button and a '忘记密码' (Forgot Password) link.

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

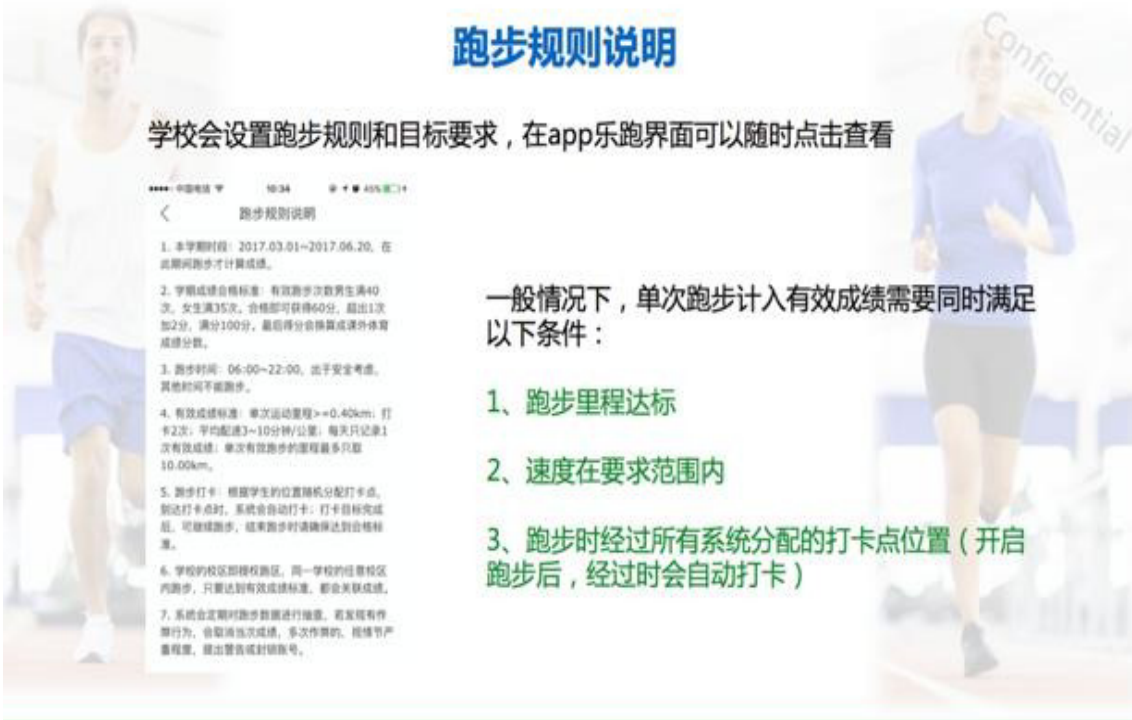


因信息填写错误未通过审核

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



1. 本学期时段：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，最后得分会折算成课标体育成绩分数。

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 ≥ 0.40 km；打卡2次；平均配速 $3\sim 10$ 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取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，报出警告或封账号。

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）

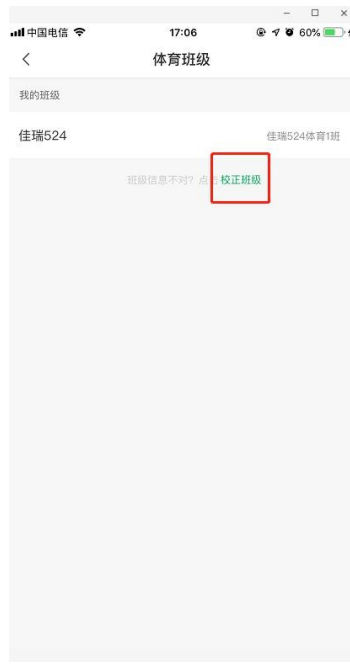
5、跑步流程

常规跑步流程

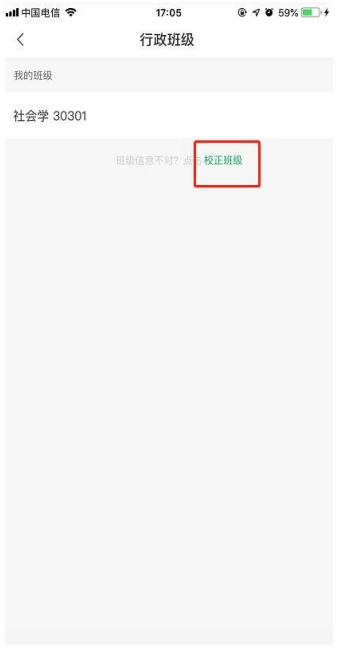


- 1.在主界面点击开始乐跑，并确认安全提醒后，点击“进入乐跑”
- 2.此时会进入跑步地图界面，可以随时点击问号图标查看本次跑步标准
- 3.如学校有打卡要求，则每次运动系统会随机分配打卡点，其位置是本次跑步要经过的地方，确认后点击“开始乐跑”即可计时跑步
- 4.运动过程中，到达打卡点位置时，系统会自动打卡，并有语音播报，同时界面会更新打卡信息，跑步中途可以暂停稍作休息
- 5.运动结束后，会详细反映运动过程数据，成绩是否关联以及原因都会实时反馈

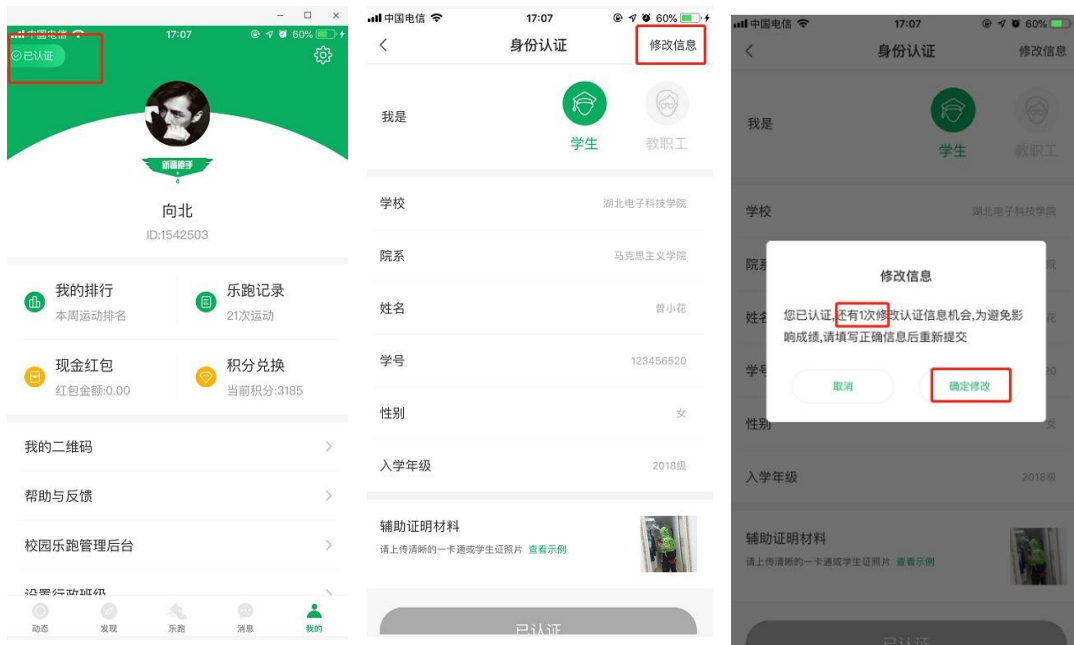
6、认证体育班级



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。

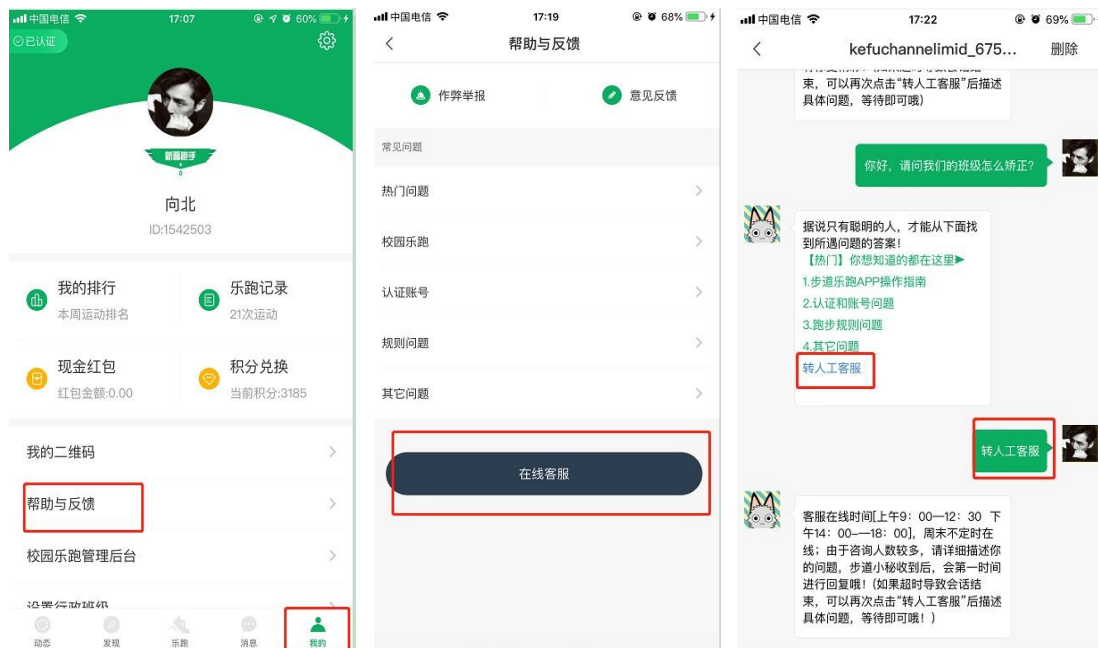
12、跑步过程中，各位同学注意人身安全，注意对各类机动车或自行车的避让，小心路滑。

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