

## VAD ÄR SPRINTCROWD?

Sprintcrowd appen ger dig möjlighet att springa tillsammans med andra löpare i sociala lopp eller träningspass i realtid oavsett plats. Du väljer själv var du springer den distans som loppet är.

Under ett lopp får du kontinuerliga uppdateringar kring din position och hur du ligger till i realtid i förhållande till andra löpare. Det går även att prata med de löpare som du är "vän" med i appen

**Spring För Livet**  
I samarbete med Företag för Malawi



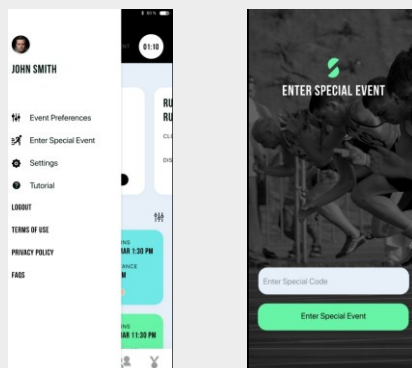
GET IT ON  
Google Play

Download on the  
App Store

<https://sprintcrowd.gsc.im/1/spingforlivet21>

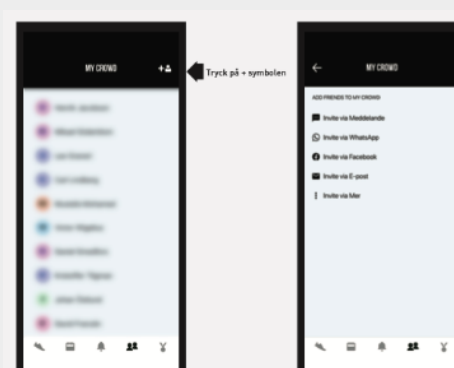
## 1 REGISTRERA DIG

Efter att du har loggat in så klickar du på "S" i över vänster hörnan och "Enter Special Event" och slår in din pin kod för det lopp du vill delta i.



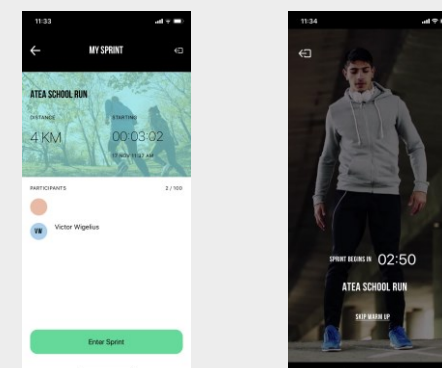
## 2 LÄGGA TILL VÄNNER

Du kan lägga till en vän i appen. Om man är vänner i appen så kan man bjuda in till egna lopp som man skapar samt prata med varandra under loppet.



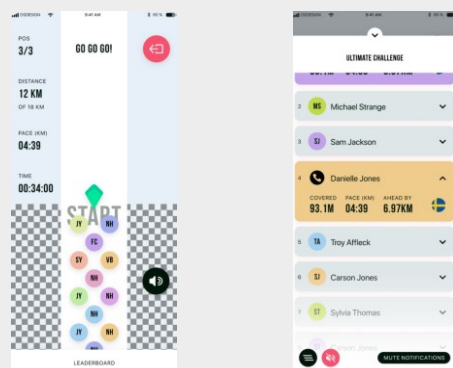
## 3 DELTA I LOPPET

När det är 5 minuter kvar till start så klickar du på loppet och "Enter Sprint" du hamnar då i uppvärmningslobbyn med nedräkning.



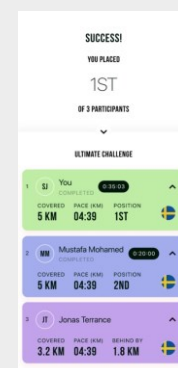
## 4 SPRINGA LOPPET

När det är 1 minut kvar så öppnas "banan" och du kan se de andra deltagarna. När start signalen går så börjar du springa. Du får då uppdateringar både via dina hörlurar och på skärmen.



## 5 MÅLGÅNG

När du går i mål så både hör och ser du din placering. Du kan välja att stanna kvar i appen och se när de andra deltagarna går i mål



## 6 STATISTIK

Efter loppet kan du se din statistik och placering. Samt andra deltagares placering.

