

CHALLENGE
CONNECTÉ



GUIDE D'UTILISATION

DU 12 AU 24 MARS 2024

LA COURSE DE LA JONQUILLE

CONTRE Le cancer

PARCOUREZ LE MAXIMUM DE KM EN COURANT OU EN MARCHANT
INSCRIPTIONS SUR [UNEJONQUILLECONTRELECANER.FR](https://www.unejonquillecontrelecancer.fr)

Allianz 


institut
Curie

 **UNE JONQUILLE**
CONTRE Le cancer .FR

SOMMAIRE

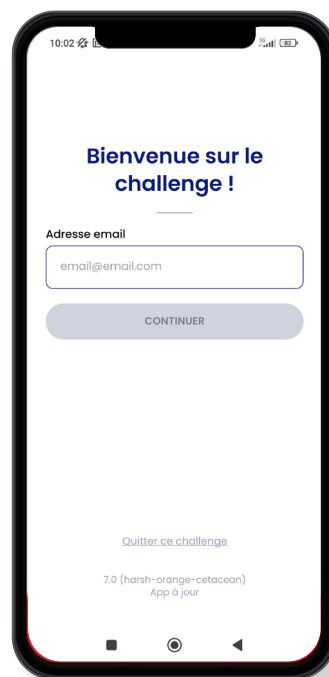
- P3 INSTALLATION APPLICATION
- P4-5 CONNEXION
- P6-7 CHOIX DU CAPTEUR
- P8 ÉCRAN CHALLENGE
- P9 ÉCRAN CLASSEMENT
- P10 ÉCRAN ACTIVITÉ
- P11 ÉCRAN COMMUNAUTÉ
- P12 ÉCRAN CHAT
- P13 PARAMÈTRES

CONNEXION

COURSE JONQUILLE EST DISPONIBLE SUR :

ANDROID : à partir d'Android 6.0 Marshmallow

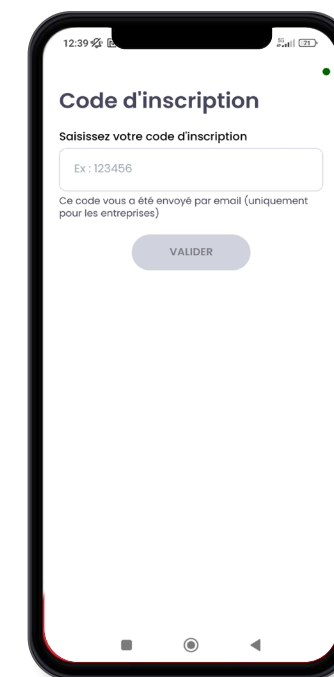
IPHONE : à partir d'iOS 12



Renseignez l'adresse mail utilisée lors de votre inscription et cliquez sur le bouton « continuer »



Sélectionnez « Non je n'ai pas de code d'inscription » si vous participez en tant qu'individuel



Entrez le code reçu par mail par votre référent pour intégrer directement votre entreprise.

CONNEXION



PODOMÈTRE



1. Lors de votre connexion, la configuration du podomètre est proposée pour que vos km du quotidien soient pris en compte. **Si vous avez une montre connectée ou l'application Strava, des indications supplémentaires vous seront proposées pour les configurer.**
2. Pour un décompte optimal des performances, **l'app doit être utilisée en mode « capteur » uniquement lorsque vous courez.** Le reste du temps, elle doit être en mode podomètre.
3. **L'utilisation de GoogleFit est obligatoire pour tous les utilisateurs sous Android.**

PODOMÈTRE

COMPTABILISATION DES KM :

L'application « Course Jonquille » récupère vos pas selon votre système d'exploitation puis les convertit en km sous la conversion de 1 km = 1 538 pas

- Si vous êtes sur Android, **il est obligatoire** de télécharger l'application « Google Fit », de l'activer avec votre compte Google et de la **synchroniser à l'application** « Course Jonquille ».
- Si vous êtes sur iOs, il n'est pas nécessaire de télécharger une application supplémentaire. Il est en revanche conseillé de se connecter quotidiennement à l'application pour ne pas perdre les données du téléphone.

UTILISATION D'UNE MONTRE CONNECTÉE OU DE STRAVA :

Si vous avez une montre connectée ou l'application Strava, vous pouvez changer de capteur à tout moment lors du challenge. Allez dans les paramètres capteurs puis connectez-vous au capteur souhaité.



MONTRES CONNECTÉES

COMPTABILISATION DES KM :

L'application «Course Jonquille» est compatible avec les montres connectées Garmin, Polar, Fitbit et Suunto. Si vous souhaitez en utiliser une, sélectionnez la dans les paramètres avant votre course. Connectez-vous au compte associé à cette montre. Une fois votre course terminée, vous pouvez revenir sur l'application pour valider votre course et repasser en mode podomètre.



LE BASCULEMENT EN MODE PODOMÈTRE À LA FIN DE VOTRE COURSE EST INDISPENSABLE POUR QUE VOS KM SUR LA FIN DE VOTRE JOURNÉE SOIENT COMPTABILISÉS.



STRAVA

COMPTABILISATION DES KM :

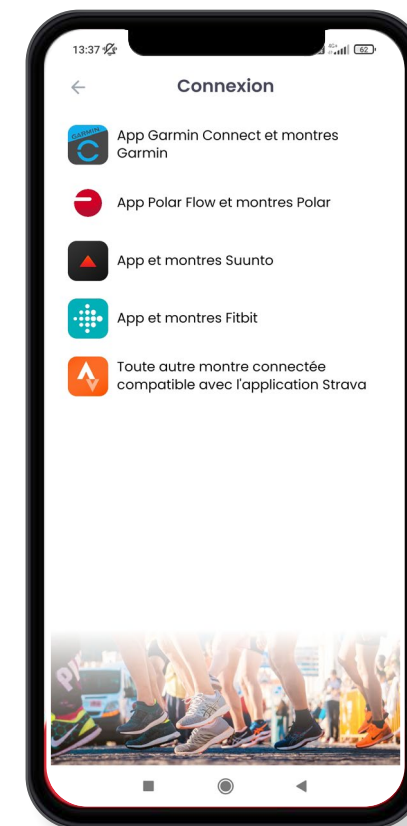
L'application « Course Jonquille » est compatible avec l'application de running Strava.

Si vous souhaitez l'utiliser, avant votre course, sélectionnez le capteur « Strava » dans les paramètres et connectez-vous à votre compte Strava **(sans passer par un compte Google)**.

Une fois votre course terminée, vous pouvez revenir sur l'application pour valider votre course et repasser en mode podomètre.



UNE FOIS QUE VOTRE COURSE APPARAÎT SUR L'APP, LE BASCULEMENT EN MODE PODOMÈTRE À LA FIN DE VOTRE COURSE EST INDISPENSABLE POUR QUE VOS KM SUR LA FIN DE VOTRE JOURNÉE SOIENT COMPTABILISÉS.



ÉCRAN CHALLENGE

Une fois connecté à l'application, vous arrivez directement sur la page d'accueil qui recense toutes les informations relatives au challenge.

COMPTEUR :

- Le chiffre en jaune est le total des km des participants
- Moi : Le total de mon activité personnelle

JAUGE :

- La jauge interne correspond à mon objectif individuel
- La jauge externe correspond à l'objectif global des participants

FILTRES :

Vous pouvez afficher votre score en :

- Kilomètres
- Euros

NB : En déroulant la page, vous aurez accès aux quiz et missions.
La jauge verte indique l'état de votre avancée sur une mission.



ÉCRAN CLASSEMENT

Sur l'écran « classement », vous pourrez consulter votre classement selon les filtres que vous choisirez.

VOUS POUVEZ FILTRER SELON

LE TYPE DE CLASSEMENT :

- Entreprises
- Individuels
- Equipes
- Homme/femme

LA MÉTRIQUE

- Kilomètres
- Euros
- Km/personne
- Nombre de participants

RÉSULTAT DU CHALLENGE :

vous avez la notion « En cours »
(pendant la durée du challenge)
et « Terminé » (lorsque le challenge
est terminé).



ÉCRAN ACTIVITÉ

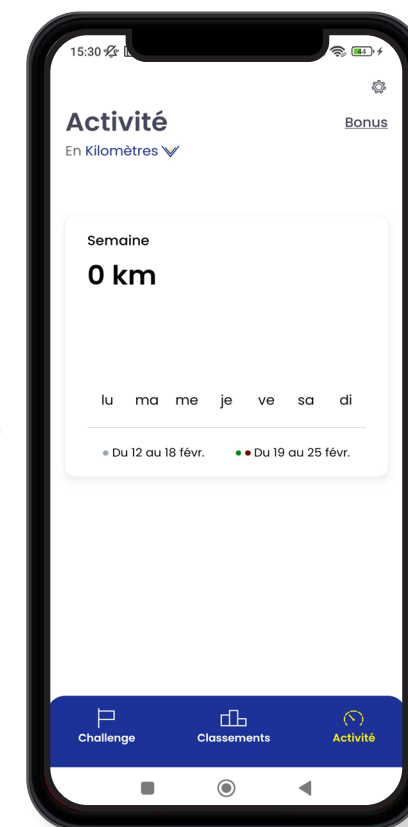
Sur l'écran « Activité », vous retrouvez toutes les statistiques liées à votre activité personnelle.

VOUS AVEZ LA POSSIBILITÉ DE CHANGER LA MÉTRIQUE SELON VOTRE ENVIE :

- Kilomètres
- Points

Le troisième encadré représente votre activité vs la semaine précédente (en rouge pour une régression, en vert pour une progression).

NB : A côté «d'activité» vous pouvez cliquer sur « Bonus » afin de vous détailler les quiz et missions réussis.



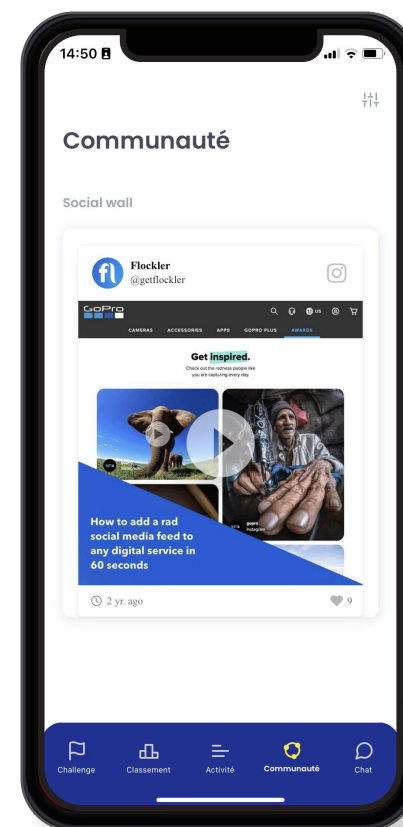
ÉCRAN COMMUNAUTÉ

Vous souhaitez savoir ce qu'il se passe en France et dans le monde ?

RETROUVEZ TOUTES LES INTERACTIONS LIÉES À LA COURSE JONQUILLE GRÂCE AU #UNEJONQUILLECONTRELENCANCER

Jetez un œil au social wall, les posts des réseaux sociaux seront remontés sur cet écran.

Partagez vos moments avec le **#Unejonquillecontrelecancer** sur Instagram ou en taggant la page **Facebook de l'institut Curie**.

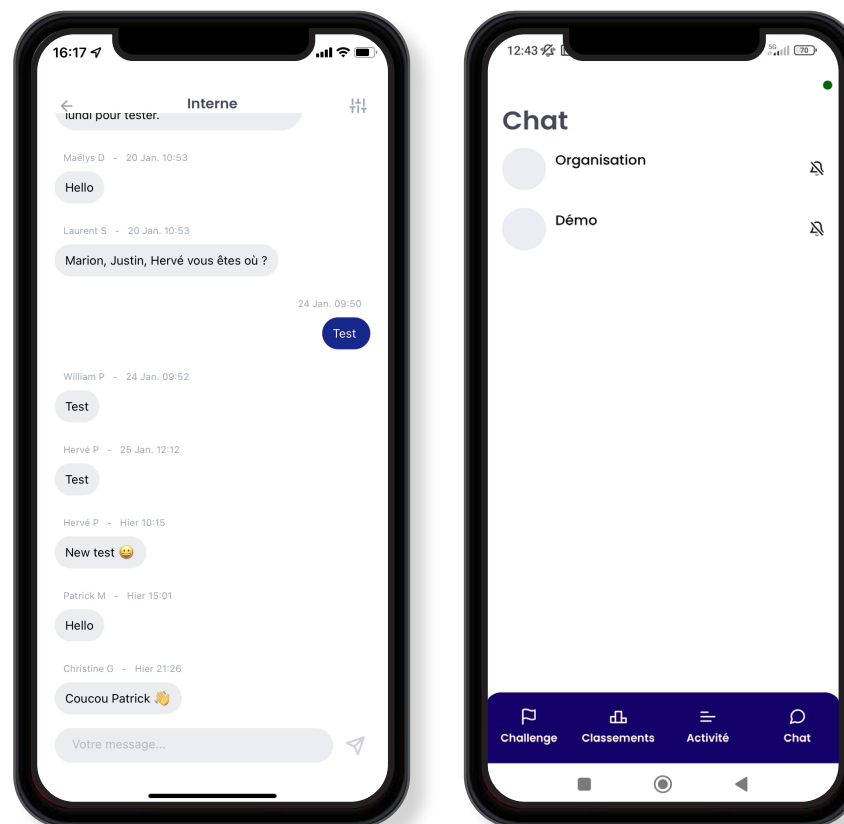


ÉCRAN CHAT

Sur l'écran « Chat », vous pourrez retrouver tous vos collaborateurs dans des conversations privées.

VOUS SOUHAITEZ MOTIVER VOTRE ÉQUIPE ?

En cliquant sur la cloche, vous pouvez activer ou désactiver les notifications.



PARAMÈTRES

VOUS SOUHAITEZ MODIFIER VOS INFORMATIONS PERSONNELLES, CONTACTER LE SUPPORT OU CHANGER DE CAPTEUR ?

Cliquez en haut à droite de l'écran (disponible sur toutes les pages),
et vous aurez accès aux paramètres de l'application.

NB : Si vous changez régulièrement de capteur, pensez bien à le faire
avant de réaliser votre course sinon l'activité ne sera pas prise en compte.
Revenez en mode podomètre dès que votre course est terminée.



**CHALLENGE
CONNECTÉ**



CONTACT :

course-jonquille@inscription-event.com - [unejonquillecontrelacancer](http://unejonquillecontrelacancer.com)

Allianz 


institut
Curie



UNE JONQUILLE
CONTRE LE CANCER .FR