

Ghid de înscriere OCR World Series-V

Concurează pentru România la Campionatul OCR World Series-V!

- » Devino gratuit membru OCR România.
- » Crează gratuit un cont pe platforma virtuală World OCR.
- » Înscrie-te în campionat.
- » Încarcă rezultatul obținut de tine pe platformă.

1. Devino gratuit membru OCR România

Intră pe site-ul OCR România la secțiunea [contact](#) și completează formularul:

Înscrie-te acum la OCR World Series-V și devii GRATUIT membru legitimat al clubului sportiv! Îți promitem că vei primi numai informații relevante din domeniul curselor de alergare cu obstacole.

Pentru a lua legătura cu noi în legătură cu alt subiect, te rugăm să folosești formularul de mai jos.
Suportul telefonic va fi disponibil în curând.

Subiect

Inscriere gratuita - OCR World Series-V

Inscriere gratuita - OCR World Series-V
Inscriere în clubul sportiv
Parteneriat
Certificare
Informatii generale
Altele

În scurt timp vei primi pe mail informațiile legate de înscrierea în cadrul clubului sportiv și de cum poți intra în posesia legitimației vizate pe 2020. Între timp, poți trece la pasul 2.

2. Crează gratuit un cont pe platforma virtuală World OCR

2.1 Crează un cont pe platformă de [aici](#) prin apăsarea butonului **Register** (din dreapta sus). După apăsarea acestuia, îți va apărea fereastra de autentificare:

The screenshot shows the 'Conquest Events' login and registration page. At the top, the logo 'Conquest Events™' is displayed with the tagline 'Your online Fitness solution'. Below the logo are two input fields: 'Email or Username *' and 'Password *', each with a small eye icon for visibility control. There are three buttons: an orange 'LOGIN' button, a blue 'FACEBOOK' button, and a grey 'SIGN UP' button. The 'OR' text is centered between the 'FACEBOOK' and 'SIGN UP' buttons.

2.2 Autentifică-te rapid folosind contul de Facebook sau crează un cont folosind adresa de mail.

Dacă ai ales să creezi un cont folosind adresa ta de mail, caută în mesaje subiectul 'Welcome to Conquest Events by SweatWorks', deschide-l și apasă pe butonul 'Let's Go!':

Conquest Events™

POWERED BY SWEATWORKS

Welcome to Conquest Events™ by SweatWorks!

We're glad to inform you that you have been added to take part in a great fitness experience!

Just fill in your profile and you'll be all set to enjoy the **Ultimate Challenge** (Symposium Seminar at CrossFit Conquest 2022)

LET'S GO

Click on Let's go to setup your Conquest profile.

2.3 Completează datele și apasă pe butonul **Create Account**:

The screenshot shows the 'Create Account' form on the Conquest Events website. The form is titled 'Conquest Events™ Your online Fitness solution'. It contains several input fields: 'First Name *', 'Last Name *', 'Email *', 'Username', 'Birthdate *', 'Gender *', 'Password *', 'Confirm Password *', 'Country *', 'Zip Code *', and 'City *'. There is also an 'Address *' field. A checkbox is present with the text 'I have read and fully understand terms and condition of this agreement.' and a red asterisk note: '* You must accept terms and conditions to continue.' At the bottom of the form is a prominent orange button labeled 'CREATE ACCOUNT'.

După crearea contului, vei fi automat logat pe platformă și poți trece la pasul 3.

3. Înscrie-te în campionat

Intră pe pagina campionatului de [aici](#) și înscrie-te în competiție. Pentru o înscriere validă, alege din listă opțiunea **Afilate > OCR Romania**.

4. Încarcă rezultatul obținut de tine pe platformă

Pentru introducerea rezultatului, apasă pe **Activities**.

4.1 Introducerea timpului

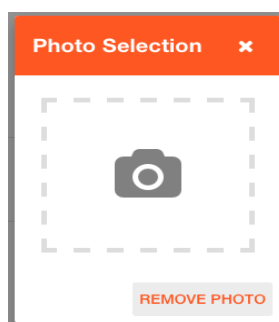
Chiar lângă numele tău, vei observa căsuța în care se introduce rezultatul obținut (**Score PTS**). După introducerea, apasă bifa pentru validare.

Rezultatul se introduce astfel:

Dacă am obținut 30 de minute și 15 secunde, vom scrie 3015 (**fără semne de punctuație**).

4.2 Încărcarea capturii de ecran cu traseul de alergare

Pentru validarea alergării, încarcă o captură de ecran (din orice aplicație GPS, ex: Garmin, Polar sau direct de pe smartphone) din care să reiasă că ai parcurs distanța conform cerințelor. Atașează poza prin click pe iconița ce reprezintă o **cameră foto**:



4.3 Încărcarea clipului video cu efectuarea exercițiilor

Pentru atașarea filmării cu efectuarea exercițiilor, te rugăm să dai click pe imaginea cu **butonul de play** și specifică linkul către videoclipul de pe profilul tău de YouTube.

Notă: Dacă nu ai un cont pe YouTube și nici nu știi cum se face, găsești [aici](#) un tutorial. Nu uita când încarci videoclipul să setezi pe PUBLIC, altfel arbitrii nu îl vor putea viziona și nu îți vor putea valida rezultatul.

* videoclipurile mai lungi de 15 minute necesită efectuarea unei verificări suplimentare din partea YouTube numită validare. Găsești [aici](#) un tutorial pentru asta.



Apasă pe bifă pentru a confirma încărcarea:



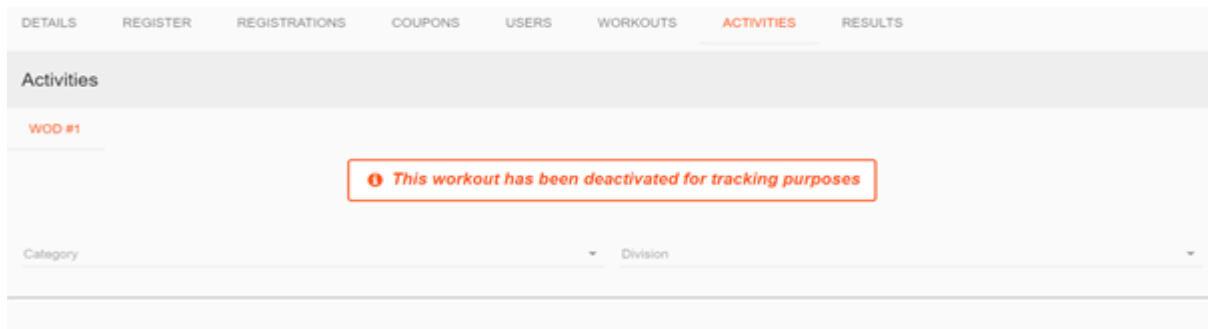
Îți va apărea un mesaj care confirmă încărcarea cu succes:



Notă: Crezi că poți obține un timp mai bun? Poți repeta probele și poți să le reîncarci pe platformă. **Poți actualiza rezultatul de câte ori dorești** folosind procedura descrisă. Dacă faci o actualizare cu succes a rezultatelor, vei vedea un mesaj cu textul **Updated** în colțul dreapta sus:



Dacă nu mai poți efectua actualizări înseamnă că au început validarea rezultatelor. Secțiunea Activities va afișa acest mesaj:



Verificarea clasamentului:

Pentru verificarea clasamentului, accesează secțiunea Results:

The screenshot shows the 'Results' page of the website. At the top, there are navigation tabs: DETAILS, REGISTER, WORKOUTS, ACTIVITIES, and RESULTS (highlighted). On the right side, there is a 'SHARE' button. The main content area is divided into two columns. The left column contains event details, and the right column contains event metadata.

Event Details (Left Column):

- Your road to... starts here! Our online qualifier & challenge is for all divisions. For Elite Divisions you must qualify. All other divisions you will be playing for thousands of dollars in prizes and the most important item priority registration. Last year the event sold out, so if you place high enough in your division registrations will open early for you.
- Workout 1: All Divisions, 3-Minutes to Establish, Athlete A: 1 Rep Max Shoulder to Overhead, Athlete B: 3 Rep Max Shoulder to Overhead, Athlete C: 5 Rep Max Shoulder to Overhead
- Score: all weights combined
- Workout 2: Elite/Rx, Masters
- 5 Minute AMRAP, 30 Toes to Bar, 30 Calorie Row

Event Metadata (Right Column):

- When:** Dec 14, 2018 9:00:00 AM to Dec 21, 2018 9:00:00 AM
- Location:** Online Event
- Categories:** rx/elite, intermediate, masters 35+/40+
- Individual Divisions:** female, male

Leaderboard (Table):

NAME	RANK TOTAL SCORE	WOD #1	WOD #2	WOD #3
Andrew Milanese	1 st 7 PTS	4 th 90 PTS	2 nd 450 PTS	1 st 03:15:00
Alexis Contreras	2 nd 12 PTS	7 th 115 PTS	3 rd 333 PTS	2 nd 11:11:00
Aaron Decaires	3 rd 14 PTS	5 th 100 PTS	5 th 155 PTS	4 th 18:15:00
Alejandro Mercado	4 th 19 PTS	8 th 120 PTS	8 th 65 PTS	3 rd 12:15:00
Armando Mendoza	5 th 51 PTS	3 rd 85 PTS	1 st 677 PTS	47 th -
Brandon Pavel	6 th 57 PTS	1 st 33 PTS	9 th 50 PTS	47 th -
Ben Nevid	7 th 58 PTS	5 th 100 PTS	6 th 100 PTS	47 th -
Chad Flanick	8 th 59 PTS	2 nd 50 PTS	10 th 44 PTS	47 th -
Brett Levy	9 th 63 PTS	9 th 133 PTS	7 th 80 PTS	47 th -

Pentru a afișa clasamentul general, accesează 'RANK/TOTAL SCORE':

DETAILS		WORKOUTS		RESULTS			SHARE
rx	male	Age	Affiliate	Heat	Search...	LIVE	
NAME	RANK TOTAL SCORE	WOD #1		WOD #2		WOD #3	
Andrew Milanesi	1 st 7 PTS	4 th 90 PTS		2 nd 450 PTS		1 st 03:15:00	
Alexis Contreras	2 nd 12 PTS	7 th 115 PTS		3 rd 333 PTS		2 nd 11:11:00	
Aaron Decaires	3 rd 14 PTS	5 th 100 PTS		5 th 155 PTS		4 th 18:15:00	
Alejandro Mercado	4 th 19 PTS	8 th 120 PTS		8 th 65 PTS		3 rd 12:15:00	
Armando Mendoza	5 th 51 PTS	3 rd 85 PTS		1 st 677 PTS		47 th -	
Brandon Pavel	6 th 57 PTS	1 st 33 PTS		9 th 50 PTS		47 th -	
Ben Nevid	7 th 58 PTS	5 th 100 PTS		6 th 100 PTS		47 th -	
Chad Flanick	8 th 59 PTS	2 nd 50 PTS		10 th 44 PTS		47 th -	

Parafare document