

MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁÉRT



TELEPÍTÉSI ÉS HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ



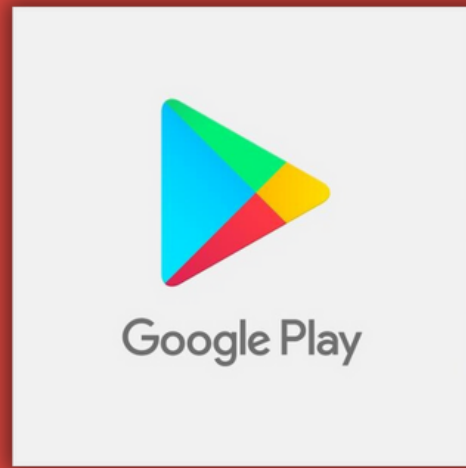
Aktiv
Magyarország



MAGYAR
SZERVÁTÜLTETETTEK
SZÖVETSÉGE

ANDROID TELEFONOKHOZ SZÜKSÉGES GOOGLE FITNESZ

MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁÉRT



Ha még nem rendelkezik Google Fit alkalmazással, telepítse a Play Áruházból!



Google Fitnesz:
Mozgáskövetés

Google LLC

Eltávolítás

Megnyitás

Ha már rendelkezik Google Fit alkalmazással, frissítse a legújabb verzióra.

Family link-et használó gyermekek esetén a Google szabályait nem tudjuk megváltoztatni ezért a lépésszámok, mozgásformák kézi hozzáadását javasoljuk.

GOOGLE FITNESZ ENGEDÉLYEK



A Fitnesz nyomon tudja követni a háttérben a gyaloglást, a futást és a kerékpározást. Ez azt jelenti, hogy különböző mutatókat (pl. lépésszám, megtett távolság és elégetett kalóriák mennyisége) biztosít Önnek ezekkel a tevékenységekkel kapcsolatban.

Ennek érdekében az alkalmazásnak engedélyre van szüksége az Ön tevékenységeinek felismeréséhez. A Fitnesz idővel ezeket az adatokat használja majd a felhasználói élmény személyre szabásához és a tevékenységek hatékonyabb felismeréséhez is.

Ha úgy dönt, hogy kikapcsolja ezt a beállítást, manuálisan továbbra is nyomon követheti az edzéseket a Fitnesz segítségével.



Köszönöm,
nem

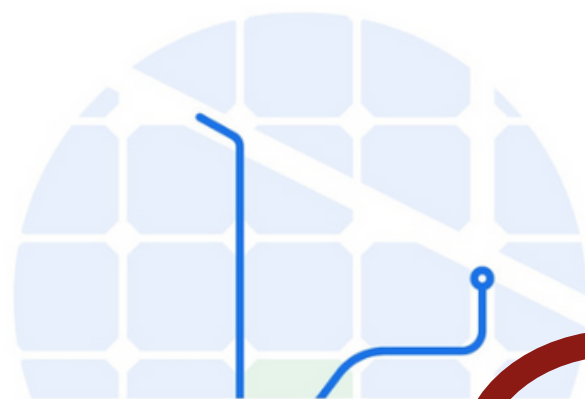
Bekapcsolás



Helyadatok használata

Helyadatok háttérbeli használata a séták, futások és kerékpározások térképen való megjelenítéséhez, valamint pontosabb, edzéssel kapcsolatos mutatók megjelenítéséhez.

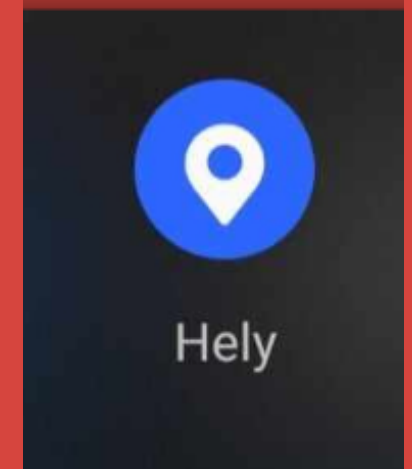
A Fitnesz helyadatokat gyűjt, akkor is, ha az alkalmazás be van zárva, vagy éppen nincs használatban.



Köszönöm,
nem

Bekapcsolás

A pontos lépésméréshez engedélyezze a helyinformációkat a telefonján.



Helyadatok használata

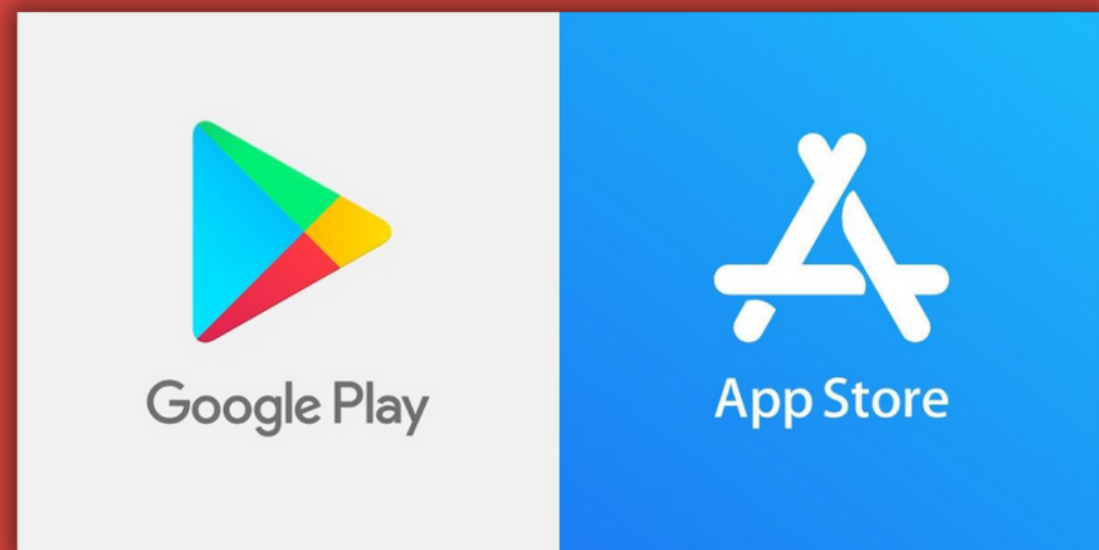
Helyadatok háttérbeli használata a

Engedélyezi a(z) **Fitnesz** számára a következőt: hozzáférés az eszköz földrajzi helyéhez?

ENGEDÉLYEZÉS

ELUTASÍTÁS

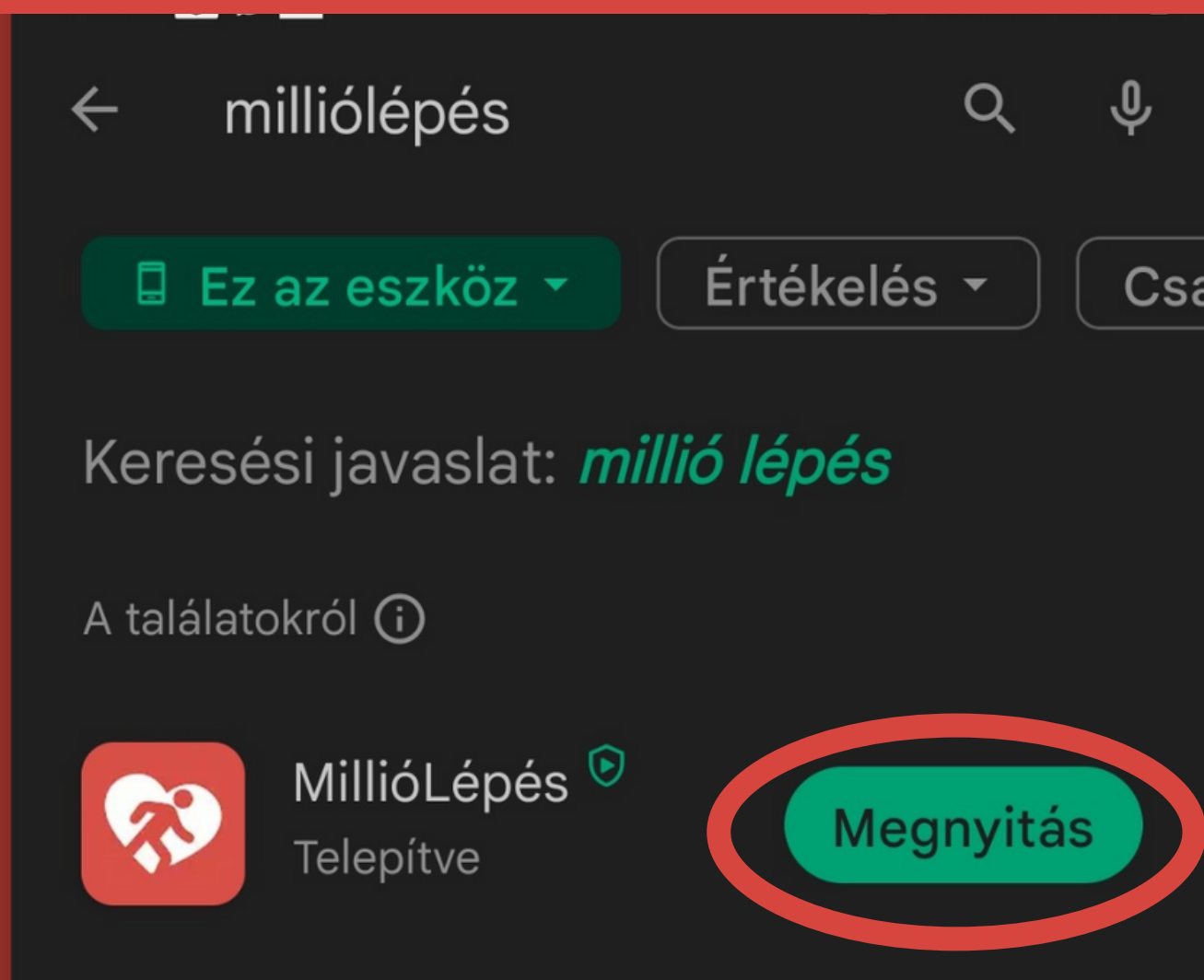




Keresse meg a MillóLépés alkalmazást a Play Áruházban, illetve iPhone esetében az App Store-ban és nyomja meg a **TELEPÍTÉS** gombot.



Ha rendelkezik Millió Lépés alkalmazással, frissítse a legújabb verzióra.



BELÉPÉS

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

BELÉPÉS

E-mail-cím

Jelszó

BELÉPÉS

Elfelejtett jelszó

[Felhasználási feltételek és adatvédelmi tájékoztató.](#)

REGISZTRÁCIÓ

Aktív
Magyarország

Ha korábban már regisztrált az alkalmazásba, lépjen be.

Elfelejtett jelszó esetén a **BELÉPÉS** alatti "elfelejtett jelszó" gomb **EGYSZERI** megnyomása segít: küldünk segítséget egy új jelszó beállításához.

Amennyiben nem érkezik meg az email, érdemes megnézni a SPAM (levélszemét) vagy PROMÓCIÓK mappában is!



MILLIÓ LÉPÉS

JELSZÓ HELYREÁLLÍTÁS

.....

.....

BEÁLLÍTOM

.....

MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

REGISZTRÁCIÓ

E-mail-cím *

Jelszó *

Jelszó mégegyszer *

Név

Becenév *

Születési dátum

Kategória ▼

Nem ▼

Ország ▼

Kijelentem, hogy elmúltam 16 éves.

Ha korábban nem regisztrált:
A **valós adatok** megadására a korcsoportos
toplistákhoz, valamint a nyeremények
sorsolásához van szükségünk.

(A valótlan adatokat megadó (pl. 132 éves, nem
szervátültettként szervátültettként regisztráló,
stb.) felhasználók elesnek a nyerési lehetőségektől)



REGISZTRÁCIÓ 16 ÉV ALATT

The registration form is on a red background. At the top left is the logo 'MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT'. Below it is a white bar with 'REGISZTRÁCIÓ' in red. The form includes dropdown menus for 'Nem' (Gender) and 'Ország' (Country). There are icons for a man, a woman, and a child. A checkbox is labeled 'Kijelentem, hogy elmúltam 16 éves.' (I declare that I am over 16 years old). Below it is a text input field for 'Szülő/gondviselő e-mail-címe (16 éves kor alatt)' (Parent/guardian email address (under 16 years old)). There are two more checkboxes: 'Elfogadom az adatkezelési tájékoztatóban foglaltakat.' (I accept the terms in the data processing notice) and 'Elfogadom az általános szerződési feltételeket.' (I accept the general terms and conditions). At the bottom is a white button with 'REGISZTRÁLOK' in red, and a link 'Vissza a bejelentkezéshez' (Back to login).

16 éven aluliak esetén a **megadott** szülői/gondviselő e-mail címre IS küldünk egy aktiváló e-mailt, a Millió Lépés alkalmazás elindításához szükséges, hogy a gyermek is és a szülő is megnyomja az e-mail fiókjukba érkezett aktiváló linket.



Örömmel értesítünk, hogy regisztrációd a Milliólépés applikációban sikeres volt, utolsó lépésként kérek aktiváld felhasználódat az alábbi linkre kattintva:
REGISZTÁCIÓ AKTIVÁLÁSA.



Az aktiváló levél időnként a levélszemét, illetve a promóciók mappába érkezik!

HOZZÁADOTT PROFIL

Telefonnal nem rendelkező kiskorúak (esetleg nagyszülők) esetén lehetőség van a regisztráció után hozzáadni a saját fiókunkhoz Őket.

Ebben az esetben a telefon csak a saját adatainkat szinkronizálja, a hozzáadott felhasználókat **kézzel kell beírni**.

Több hozzáadott felhasználó is lehet egy adott profilhoz rendelve.

CSALÁDI PROFILT (tehát egy felhasználó által írt több ember lépését) NEM TUDUNK ELFOGADNI!

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁÉRT

PROFIL

Teszt

Típi

@gmail.com

Régi jelszó

Új jelszó

Új jelszó még egyszer

1987. 09. 21.

Nem szervátültetett

Nő

Magyarország

Budapest



The screenshot shows a mobile application interface with a red background. At the top left is the logo 'MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT' with a white heart icon containing a running figure. Below the logo is a white bar with the text 'FELHASZNÁLÓ HOZZÁADÁSA'. Underneath are two input fields: 'E-mail-cím' and 'Jelszó'. A white button with the text 'BELÉPÉS' is positioned below the fields. Further down, there are links for 'Elfelejtett jelszó' and 'Felhasználási feltételek és adatvédelmi tájékoztató.'. At the bottom of the form area is a white bar with the text 'REGISZTRÁCIÓ'. Below this is the logo for 'Aktív Magyarország' featuring a stylized green figure. At the very bottom of the page is a white bar with the logo for 'MAGYAR SZERVÁTULTETTESK SZÖVETSÉGE'.

Felhasználó hozzáadása esetén a **REGISZTRÁCIÓ** gombra kattintva az előzőekben ismertetett módon kell végigcsinálni a regisztrációt.

Ha egy ilyen módon hozzáadott alfelhasználó másik készülékre lép be, akkor nem marad meg az előzőn. Tehát: ha valaki az édesanyja telefonján alfelhasználó és az édesapja telefonján is belép, akkor az édesanyja telefonján legközelebb hibát jelez, majd törlődik onnan.



BELÉPÉS



MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

LÉPÉSEK LEKÉRÉSE



A MillióLépés szeretne értesítéseket küldeni neked!

NEM ENGEDÉLYEZEM

ENGEDÉLYEZEM

MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

GOOGLE FIT LETÖLTÉSE




A lépésadataid szinkronizálásához le kell töltened a Google Fit alkalmazást!

MÁR LETÖLTÖTTEM

LETÖLTÖM A PLAY STORE-BÓL

MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

LÉPÉSEK LEKÉRÉSE



Hozzájárulsz, hogy az alkalmazás lépésadataidat lekérje a Google Fit alkalmazásból?

NEM ENGEDÉLYEZEM

ENGEDÉLYEZEM

Amennyiben **nem járul hozzá**, hogy az alkalmazás lekérje a lépésadatait a Google Fitness alkalmazásból, abban az esetben a **Millió Lépés applikáció nem fog szinkronizálni a Google fittel.**





Válasszon fiókot

a(z) MillióLépés alkalmazás
használatához

 Másik fiók hozzáadása

A folytatáshoz a Google megosztja az Ön nevét, e-mail-címét és profilképét a következő alkalmazással: MillióLépés. Az alkalmazás használata előtt tekintse át a következőket: [adatvédelmi irányelvek](#) és [szerződési feltételek](#).

A(z) milliolepes hozzá szeretne férni az Ön Google-fiókjához



Ha engedélyezi ezt a hozzáférést, a(z) [milliolepes](#) a következőkre lesz képes:

- A Google Fit használata a fizikai tevékenységek adatainak megtekintésére és tárolására. [További információ](#)

A Google Fit alkalmazáskor megadott e-mail fiók kiválasztása után engedélyezze, hogy a Millió Lépés hozzáférjen a Google fiókjához - hiszen csak így tudja szinkronizálni a lépéseket.



“ELFELEJTETTEM A JELSZAVAMAT”



MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

BELÉPÉS

E-mail-cím

Jelszó

BELÉPÉS

Elfelejtett jelszó

[Felhasználási feltételek és adatvédelmi tájékoztató.](#)

REGISZTRÁCIÓ

Aktiv
Magyarország

Elfelejtett jelszó esetén a **BELÉPÉS** alatti “elfelejtett jelszó” gomb **EGYSZERI** megnyomása segít: küldünk segítséget egy új jelszó beállításához. Amennyiben nem érkezik meg az email, érdemes megnézni a SPAM (levélszemét) vagy **PROMÓCIÓK** mappában is!

MILLIÓ
LÉPÉS

JELSZÓ HELYREÁLLÍTÁS

.....

.....

BEÁLLÍTOM

HIBÁS KÓD

ZÖLD PONTOK



Mindennap bejelölheted egy felugró ablakban, hogyan mentél iskolába vagy munkába.

↓ A zöld pontok az iskoláknál is gyűlnek és minden 2000 pontért egy sorsjegy jár.

A sorsoláson 30 szerencsés iskola – a korábbi nyereményektől függetlenül – nyerhet 250 000 forintot. Minden péntek zöld péntek, amikor az aznapi – iskoláknak jóváírt – zöld pontok duplázódnak!

GYERMEKHÁZ ISKOLA 0

Feszt #0

ORSZÁGOS KÉKKÖR 0

SZERVÁTÜLTETTEK SENIOR GYALGLÓ KLUBJA 0

KLUBOM

ORSZÁGOS KÉKKÖR 0

Mivel mentél ma suliba/munkába?

MA

MILLIÓ LÉPÉS TAVASZI KIHÍVÁS
MÁRCIUS 25-ÉN
ÚJRA INDULUNK!
ÁLLJATOK KÉSZEN!

SCHERER PÉTER színész
VARGA DOMINIK szervátültetett diák

YouTube

2.586.477 LÉPÉS

#184
10406 / 347721

JELVÉNYEIM 2

SIKEREIM

CSAPATOM

Mivel mentél ma suliba/
munkába?

TÖMEG-KÖZLEKEDÉS

GYALOG

AUTÓ

BICIKLI

ROLLER

MA KIHAGYOM

A ZÖLD KIHÍVÁS KIKAPCSOLÁSA

SIKEREIM

CSAPATOM

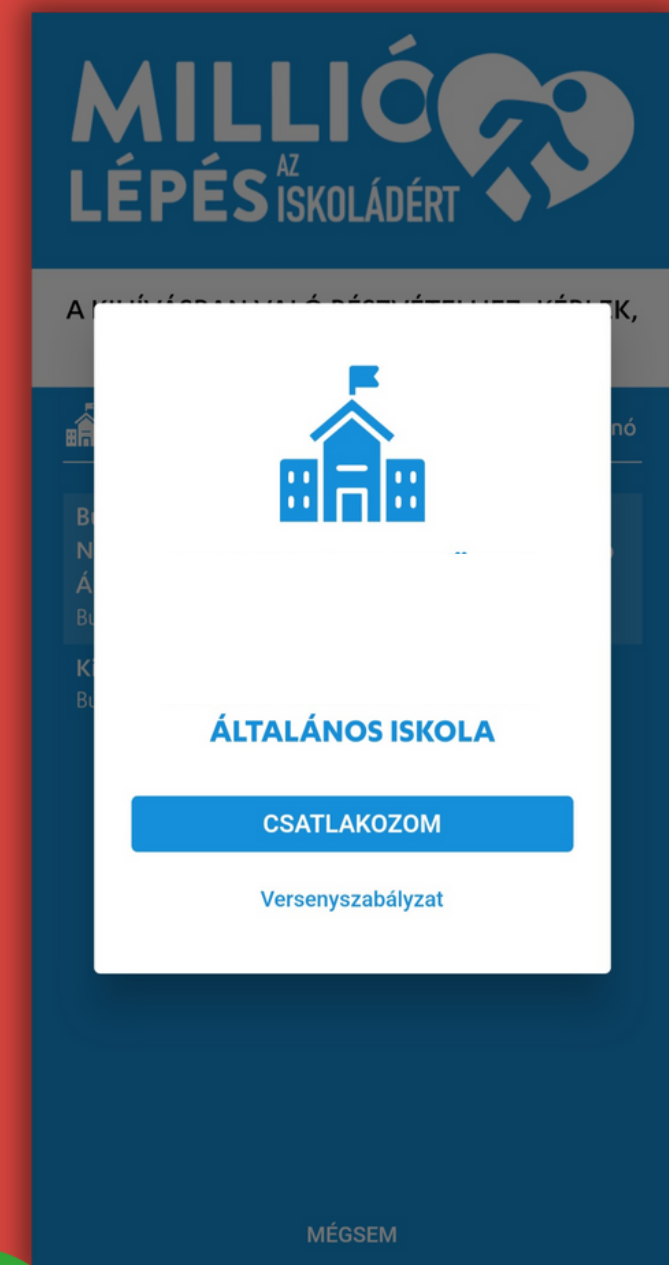
CSATLAKOZÁS EGY ISKOLÁHOZ



Az app felső részén látható kék sávra kattintva megnyílik az iskolák listája.

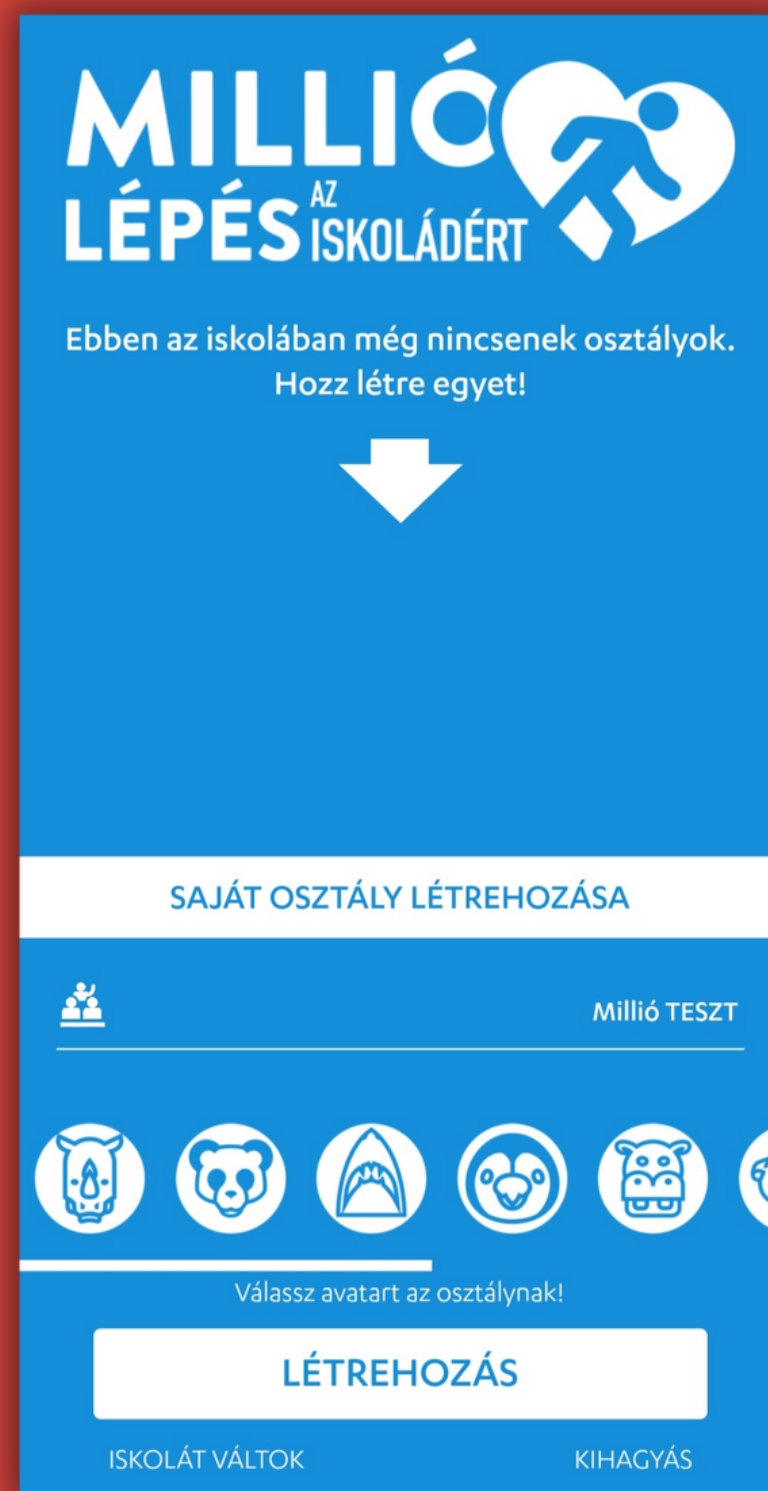


A kiválasztott iskolára ráklicskelve egy előugró ablakban a **CSATLAKOZOM** gombbal lehet megerősíteni a csatlakozást.



ISKOLA ELHAGYÁSA

A kihívás során bármikor lehet iskolát váltani, ehhez először az osztályból kell kilépni, majd az osztályoknál a képernyő bal alsó sarkában látható Iskolát váltok-ra kattintani.



A lépések (maximum napi 20 ezer/fő) az iskolához csatlakozás napjától az iskola elhagyása napjáig számolódnak az adott iskolához.

Iskolaváltás esetén a váltás időpontjától kerülnek a lépések az új iskolához.

Az adatokat a rendszer naponta egyszer (éjszaka) frissíti, tehát másnapra jelennek meg a változások és a lépések is.

“TAGISKOLAKÉNT SZERETNÉNK MI IS RÉSZT VENNI A VERSENYBEN”

MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT



Ebben az esetben a tagiskolának lehetősége van e-mailen kérnie, hogy vegyük fel az iskolák közé.

Az info@milliolepes.hu / milliolepes@trapilap.hu e-mail címen az iskola képviselőjétől szükségünk az iskola hivatalos nevére, címére (vármegye és irányítószám is), valamint OM számára.

A felvételt csak az adott tagiskola képviselője (dolgozója) kérheti.

MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

A KIHÍVÁSBAN VALÓ RÉSZVÉTELHEZ, KÉRLEK, VÁLASSZ SZERVEZETET!

A kereséshez írd be legalább 3 betűt!

- Budapesti Divatiskola Divat-stílustervező Művészeti Szakképző Iskola
Budapest
- Budapesti Gazdasági SZC Dobos C. József Vendéglátóipari Technikum és Szakképző Iskola
Budapest
- Budapesti Gazdasági SZC Giorgio Perlasca Vendéglátóipari Technikum és Szakképző Iskola
Budapest
- Budapesti Gazdasági SZC Szász Ferenc Kereskedelmi Technikum és Szakképző Iskola
Budapest
- Budapesti Gazdasági SZC Terézvárosi Technikum és Szakképző Iskola
Budapest
- Budapesti Gépészeti SZC Arany János Technikum és Szakképző iskola
Budapest

MÉGSEM

Lehetőség van csatlakozni egy meglévő osztályhoz, vagy létrehozni egy saját osztályt.



Az adatokat a rendszer **naponta egyszer (éjszaka) frissíti**, ezért sem az új osztály, sem az osztályhoz csatlakozás nem jelenik meg a csatlakozás napján!

(esetenként szellemszobának látszódhat az éjszakai frissítésig)

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

Válassz osztályt, vagy hozz létre sajátot!

Ebben az iskolában még nincsenek osztályok.
Hozz létre egyet!

SAJÁT OSZTÁLY LÉTREHOZÁSA

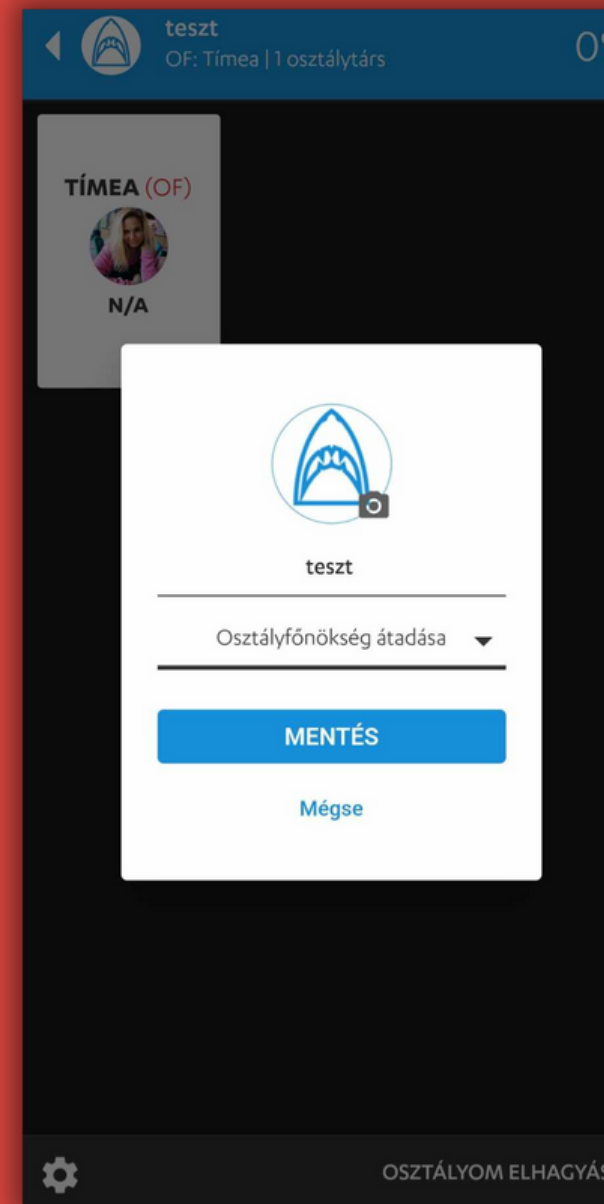
Add meg az új osztály nevét!



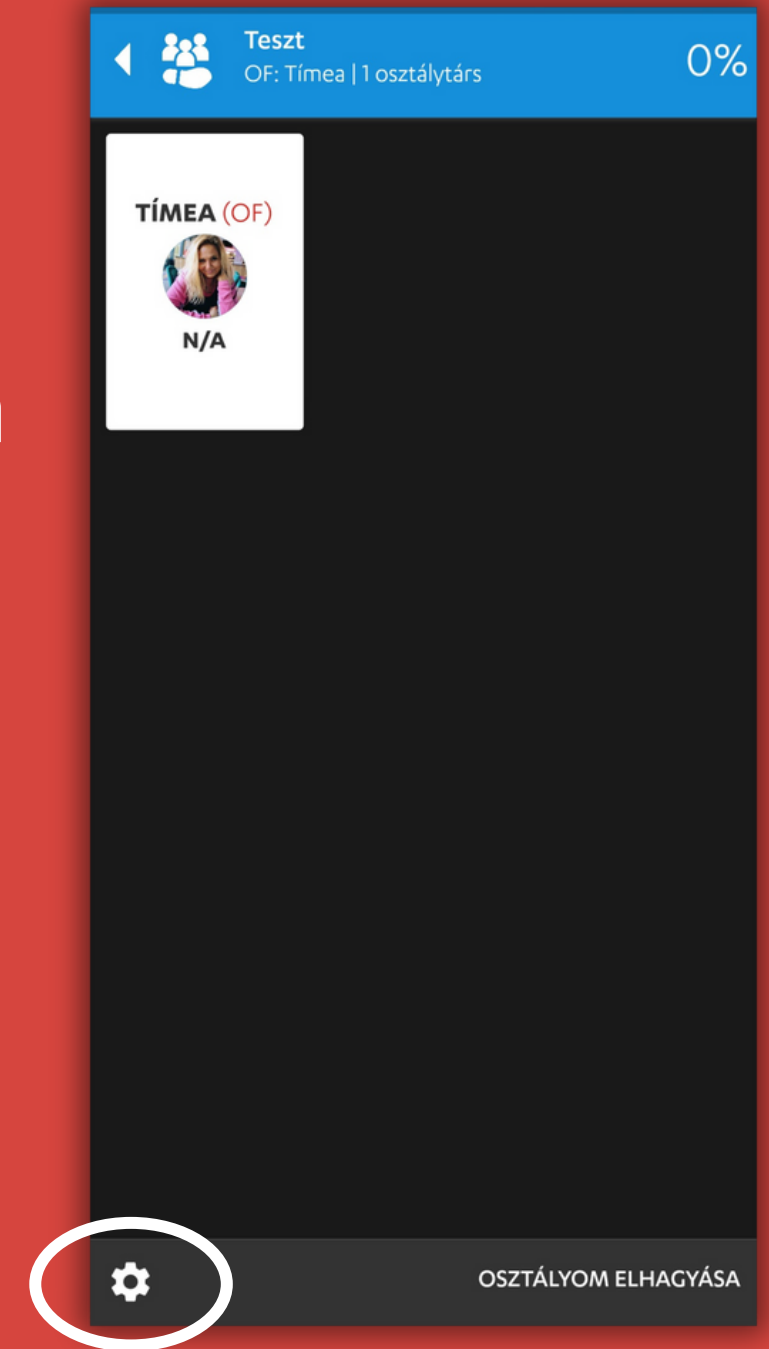
OSZTÁLYOK KEZELÉSE



Az osztályok listájánál látható, hogy az iskola hányadik Kék Körnél tart, valamint az osztályok mellett látható, hogy az adott osztály hány százalékot tett hozzá az iskola teljesítményéhez.

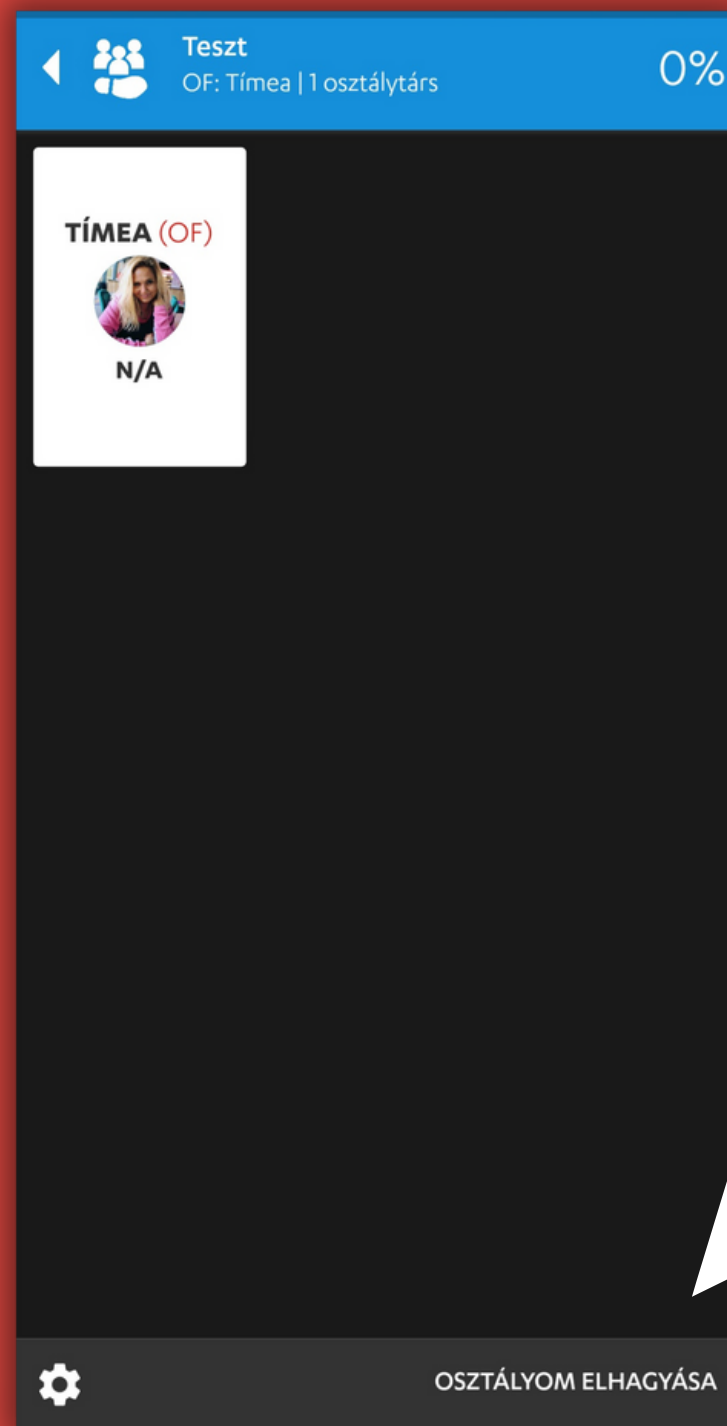


Az osztály nevét, illetve az osztályfőnök személyét az osztály létrehozója tudja megváltoztatni: Az osztályba lépve bal oldalon alul a kis csavarra klikkelve



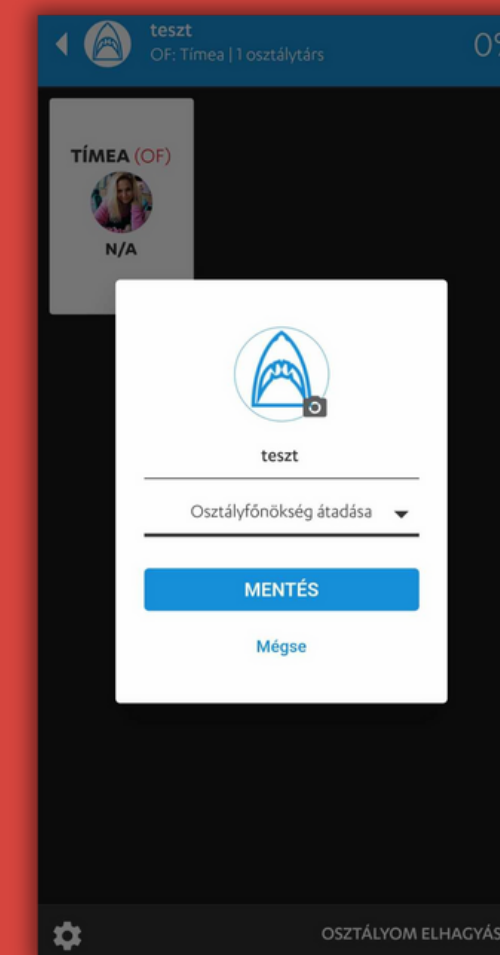
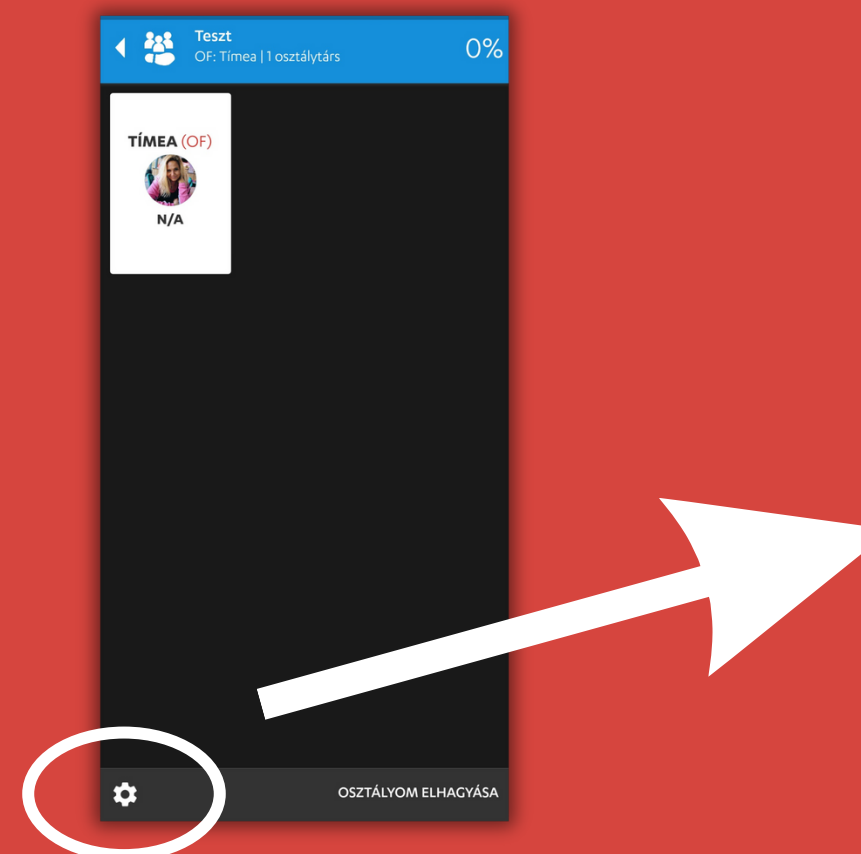
AZ ADATOK ÉJSZAKÁNKÉNT FRISSÜLNEK, 24 ÓRÁNKÉNT EGYSZER!

OSZTÁLY ELHAGYÁSA



Az osztályba lépve jobb oldalon alul látható az "Osztályom elhagyása"

Ha valaki osztályfőnök és szeretné elhagyni az osztályát, az osztályfőnökséget át kell adnia a kilépés előtt!



Az adatokat a rendszer naponta egyszer (éjszaka) frissíti, tehát másnapra jelennek meg a változások és a lépések is.

CSAPATOK

Az app alsó részén látható fekete CSAPATOM négyzetre kattintva lehet csatlakozni egy meglévő csapathoz, vagy létrehozni egy újat. A csapathoz csatlakozás csak egy extra lehetőség, nem feltétele a játéknak.



A csapatok maximum öt fősek lehetnek és teljesen függetlenek az iskoláktól és osztályoktól. Egy 5 tagú baráti csapat összeállhat úgy is, ha mind az öten másik iskolát támogatnak a lépéseikkel.

Az adatokat a rendszer naponta egyszer (éjszaka) frissíti, tehát másnapra jelennek meg a változások és a lépések is.

CSAPATOK LÉTREHOZÁSA



A CSAPATOM gomb megnyomása után egy tetszőleges csapatnévvel lehet saját csapatot létrehozni. Új csapattagot e-mailen, vagy a kód megadásával tud meghívni. Egy csapatnak maximum 5 tagja lehet.



Az adatokat a rendszer naponta egyszer (éjszaka) frissíti, tehát másnapra jelennek meg a változások és a lépések is.

CSATLAKOZÁS MEGLÉVŐ CSAPATHOZ

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

Frissítsd az appot az új funkciók eléréséhez!

2.586.325 LÉPÉS #177 10384 / 347373 JELVÉNYEIM

SÍKEREIM CSAPATOM

MAGYARORSZÁG CSODÁI

HÍREK INDUL A MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT TAVASZI FORD... VÁLTS ZÖLDRE, ÉS NYERJ 1 MILL...

LÉPJ BE! TÁMOGATÓINK TUDJ MEG TÖBBET!

Aktiv Magyarország Business Software SOLUTIONS

ÚJ CSAPATTAG MEGHÍVÁSA

Meghívás e-mail-címmel

MEGHÍVÁS

J P V 2 2



MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

CSATLAKOZZ MEGLÉVŐ CSAPATHOZ

Csapatkód

KÓD BEKÜLDÉSE

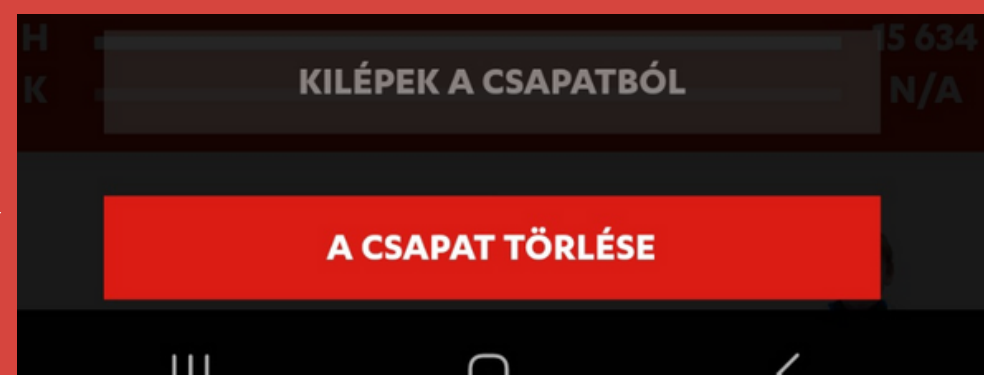
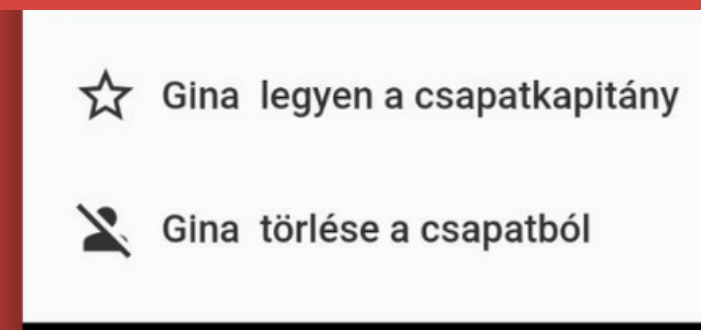
A kapott csapatkóddal tudsz csatlakozni egy csapathoz. Egy csapatnak maximum 5 tagja lehet.

Az adatokat a rendszer naponta egyszer (éjszaka) frissíti, tehát másnapra jelennek meg a változások és a lépések is.

KILÉPÉS EGY CSAPATBÓL

A csapatok kezelése gombra kattintva lehet kilépni egy csapatból.

Ha valaki csapatkapitány és szeretné elhagyni a csapatát, a csapatkapitányságot át kell adnia a kilépés előtt!



Az adatokat a rendszer naponta egyszer (éjszaka) frissíti, tehát másnapra jelennek meg a változások és a lépések is.



GYALOGLÓ IDŐSEK MOZGALOM



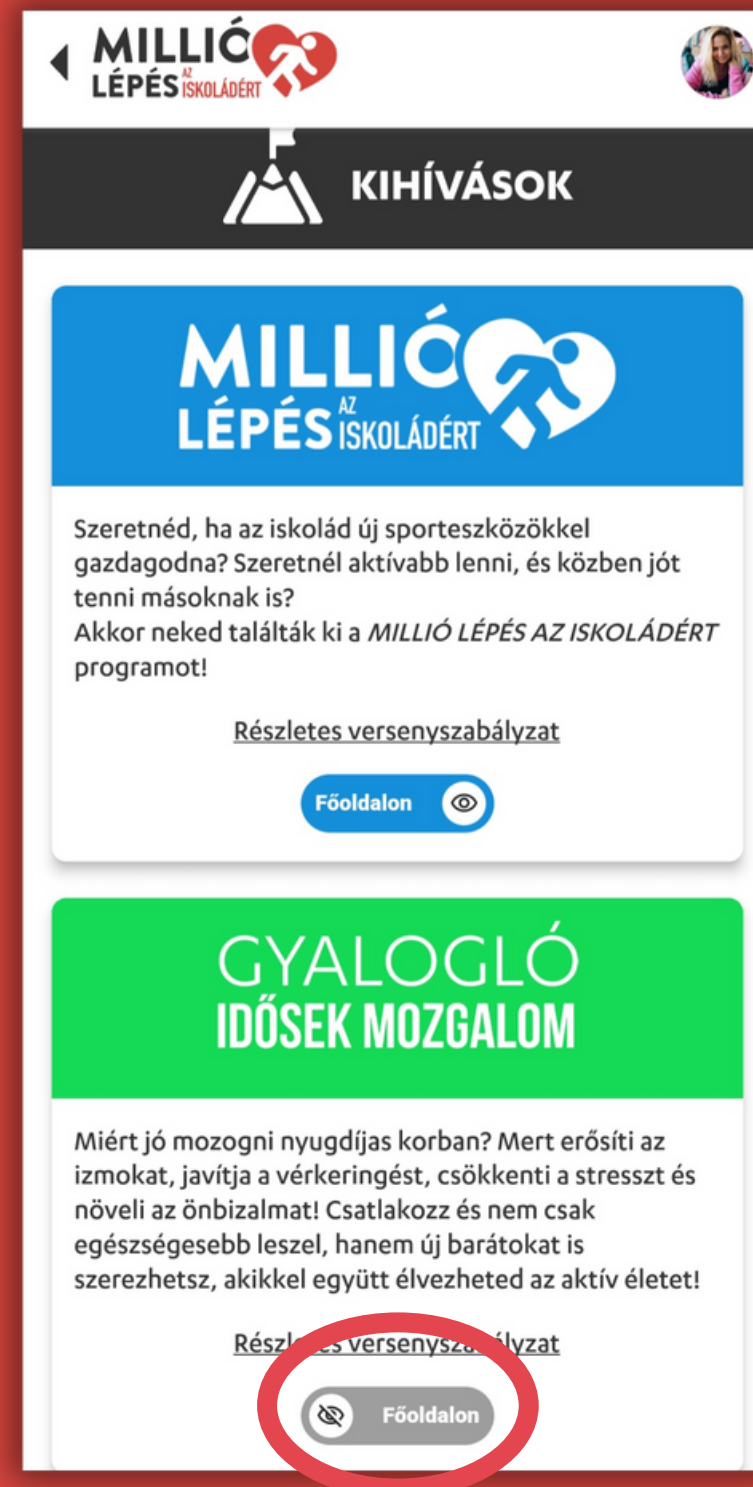
ORSZÁGOS GYALOGLÓ IDŐSEK KLUBHÁLÓZATA

O G Y I K



GYALOGLÓ IDŐSEK MOZGALOM

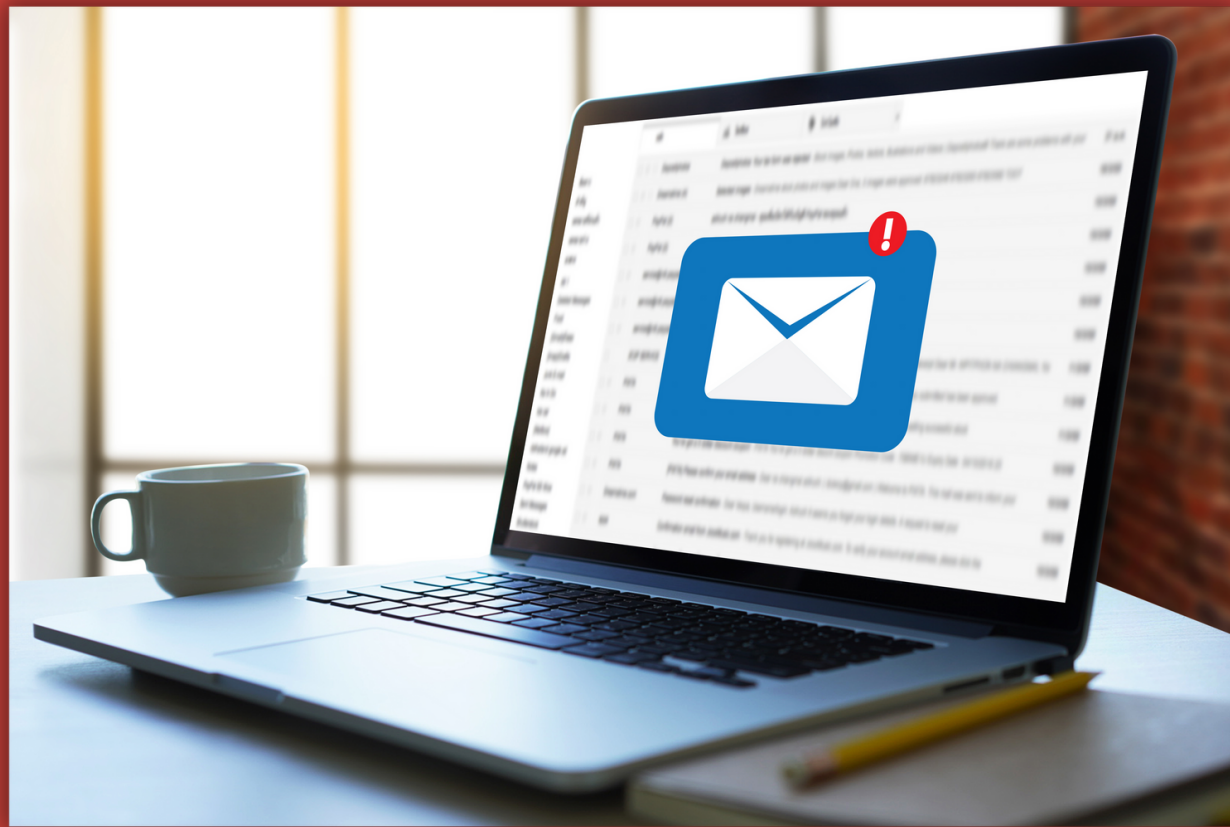
A kihívások négyzetre kattintva érhető el.



A szürke gombot bekapcsolva átkerül a főoldalra is a kihívás.



Hogyan tud csatlakozni egy KLUB az Országos Gyalogló Idősek Klubhálózatához?



A klubvezető - vagy az általa kijelölt személy - gyaloglo@mosa.hu címre küldött levelével. Ezután kap egy általános tájékoztatót és egy adatlapot. Az adatlap kitöltésével és aláírásával válik véglegessé a regisztráció.

<https://mosa.hu/gyaloglo-klubok/>

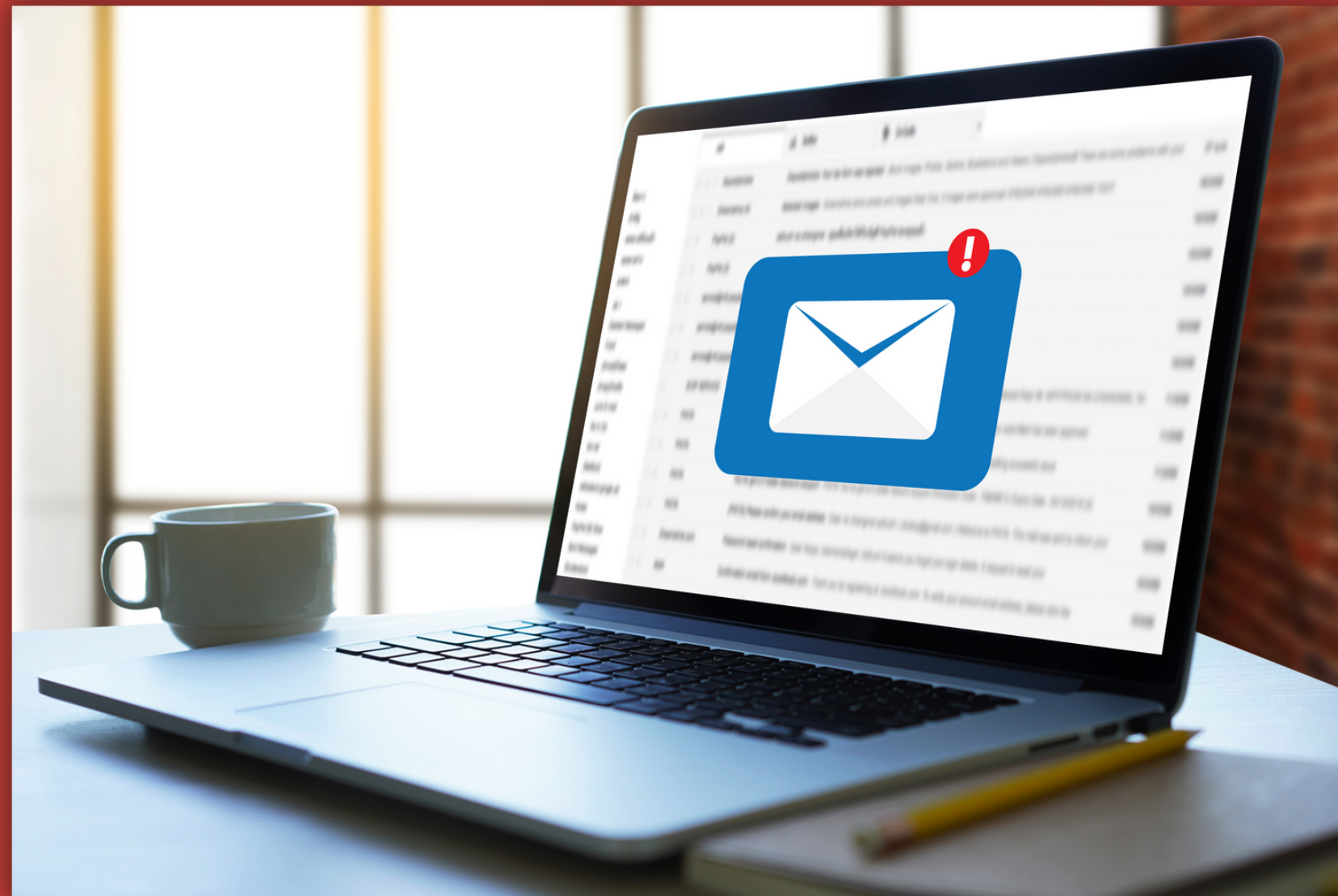
Hogyan tud csatlakozni egy KLUB az Országos Gyalogló Idősek Klubhálózatához?



“Szeretnénk, ha teljesülne Monspart Sarolta kívánsága, és év végéig legalább 500 gyalogló klub jönne létre az országban, amelyek keretében az idősebb generáció átélheti a közös mozgás örömét, és aktívan tehet egészsége megőrzése érdekében.”

<https://mosa.hu/gyaloglo-klubok/>

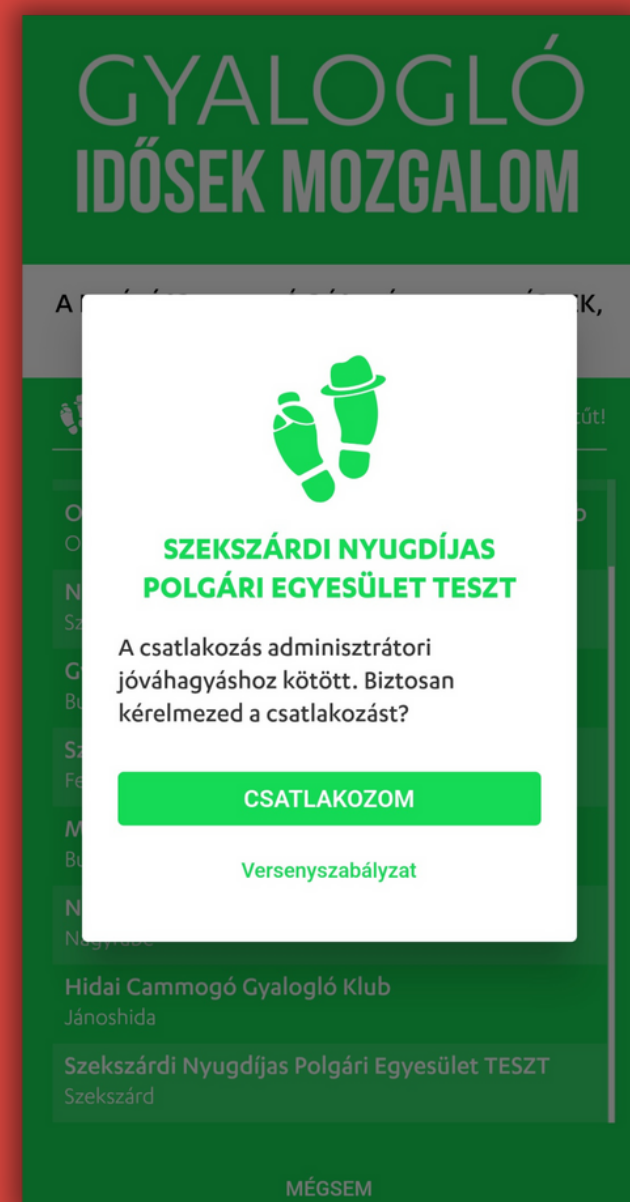
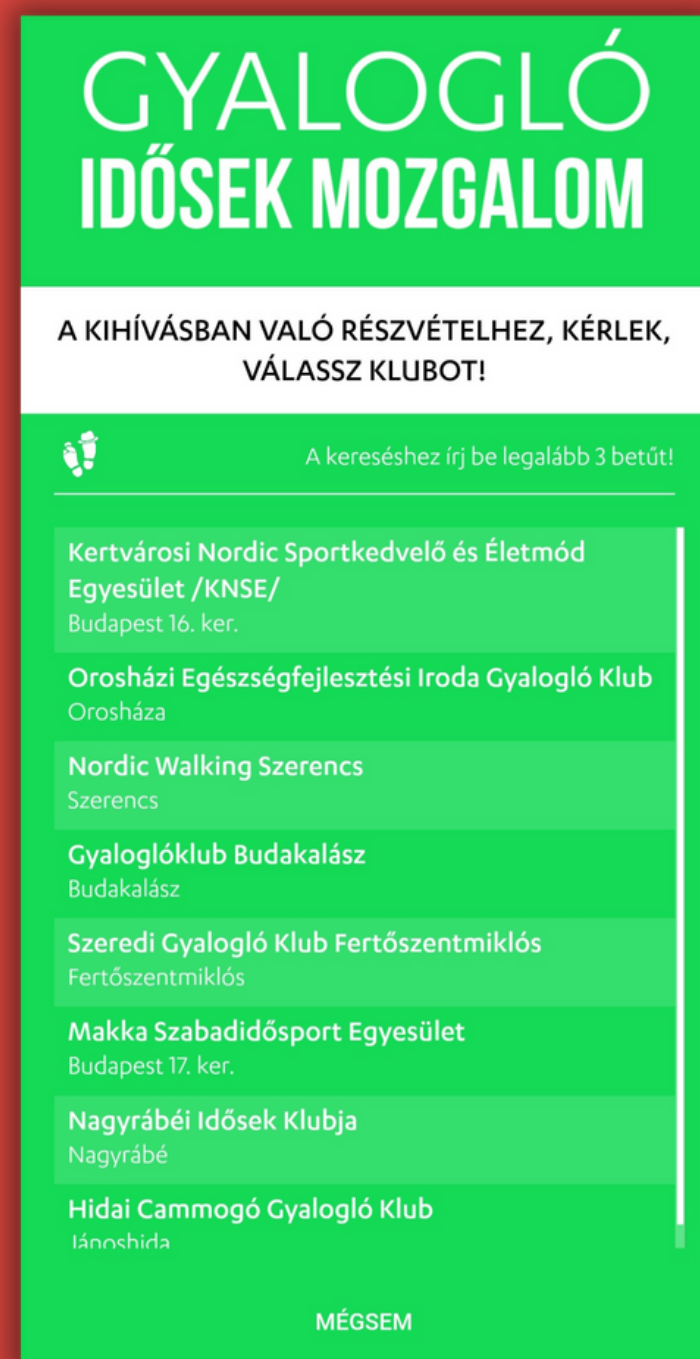
Hogyan tudok valódi tagjává válni az Országos Gyalogló Idősek Klubhálózatának?



A gyaloglo@mosa.hu címre küldött levéllel, ahol segítséget nyújtanak a környékbeli klubokkal történő kapcsolatfelvételhez .

<https://mosa.hu/gyaloglo-klubok/>

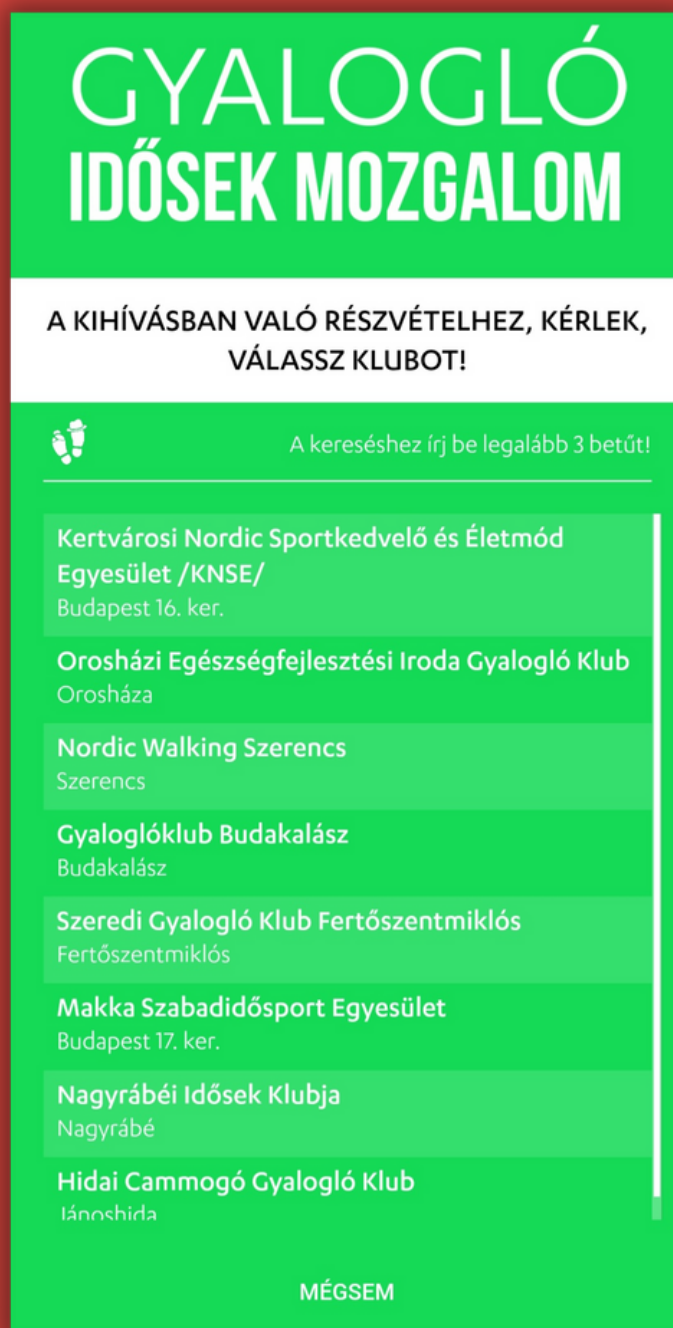
Hogyan tudok a Millió Lépés applikációban a tagjává válni valamelyik Gyalogló Idősek Klubjának?



Ehhez az szükséges, hogy az adott gyaloglóklubnak **VALÓDI tagja legyen.** A Millió Lépés applikációban kiválasztott Klub vezetője értesítést kap arról, hogy szeretne az applikációban csatlakozni, csak azoknak a jelentkezését tudja jóváhagyni, akik az adott klubnak valóban tagjai.



Mit tegyek, ha az a Gyalogló Idősek Klubja nincs benne a listában, akikhez tartozom?



Jelezze a klubvezetőnek, hogy szeretné ha részt vennének a programban.

Amennyiben nem tudja, hogy ki a klub vezetője vagy nem ismeri az elérhetőségét, abban az esetben kérjen segítséget a gyaloglo@mosa.hu e-mail címen.

<https://mosa.hu/gyaloglo-klubok/>

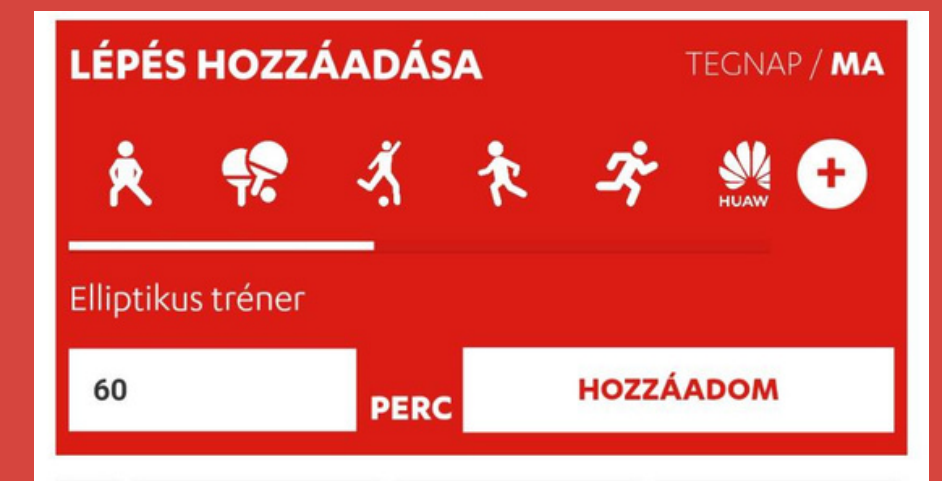
MOZGÁS/LÉPÉS KÉZI HOZZÁADÁSA



A főoldalon a lépésszámainkra kattintva a lépéseinkhez érkezőnk. A két felső négyzetben lévő lépésszám alatt a **LÉPÉS HOZZÁADÁSA** sáv végén található egy plusz jel, amivel kiválaszthatjuk a mozgásformát és beírhatjuk, hogy hány percig végeztük.



Az ikonok között az első két tappancs, azzal lépésszámot tudunk hozzáadni.



KÉZZEL BEÍRT MOZGÁS TÖRLÉSE

MA
12 348
LÉPÉS

TEGNAP
2 354
LÉPÉS

LÉPÉS HOZZÁADÁSA TEGNAP / MA

Elliptikus tréner
PERC **HOZZÁADOM**

2354
LÉPÉS RÖGZÍTVE
HÉTFŐ

12180
ELLIPTIKUS TRÉNER
KEDD

168
LÉPÉS RÖGZÍTVE
KEDD

A tévedésből rosszul bevitt lépésszámmra kattintva a téglalap feketévé válik és megjelenik jobb oldalon felül egy x.

Az x-re kattintva megjelenik a kuka ikon, arra is rá kell klikkelni!



MA
12 348
LÉPÉS

TEGNAP
2 354
LÉPÉS

LÉPÉS HOZZÁADÁSA TEGNAP / MA

Elliptikus tréner
PERC **HOZZÁADOM**

2354
LÉPÉS RÖGZÍTVE
HÉTFŐ

KEDD

168
LÉPÉS RÖGZÍTVE
KEDD

“NINCS NÁLAM MINDIG A TELEFONOM”

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁÉRT

MA
168
LÉPÉS

TEGNAP
2 354
LÉPÉS

LÉPÉS HOZZÁADÁSA TEGNAP / MA

Válassz mozgásformát

Keress név alapján!

- Aerobic
- Asztalitenisz
- Balett tánc
- Baseball
- Boks
- Bowling

12100
LÉPÉS RÖGZÍTVE
VASÁRNAP

HÉTFŐ KEDD

Sz 2 885

A segédlet **MOZGÁS/LÉPÉS KÉZI HOZZÁADÁSA** része részletesen segít abban, hogy hogyan lehet kézzel hozzáadni akár mozgást, akár lépést, valamint hogy hogyan lehet javítani, ha véletlenül rossz lépésszám kerül rögzítésre.



“NINCS TELEFONOM”, vagy KISKORÚ VAGYOK

MILLIÓ LÉPÉS ISKOLÁDÉRT

PROFIL

Teszt

Timi

@gmail.com

Régi jelszó

Új jelszó

Új jelszó még egyszer

1987. 09. 21.

Nem szervátültetett

Nő

Magyarország

Budapest

A segédlet REGISZTRÁCIÓ része

- REGISZTRÁCIÓ 16 ÉV ALATT
- MOZGÁS/LÉPÉS KÉZI HOZZÁADÁSA részletesen segít ebben.



LÉPÉS HOZZÁADÁSA

TEGNAP / MA

Elliptikus tréner

60 PERC

HOZZÁADOM

“NEM SZÁMOLJA A LÉPÉSEKET”

A MillióLépés alkalmazás nem számolja a lépéseket, hanem KÉSLELTETVE szinkronizálja a lépésszámokat - android telefon esetében a Google fitnessből.



Új jelszó még egyszer

1972. 01. 01.

Nem szervátültetett

Nő

Magyarország

Budapest

Település

Felhasználási feltételek és adatvédelmi tájékoztató.

Nézd meg, hogyan működik az applikáció!

MENTÉS

FELHASZNÁLÓ TÖRLÉSE

KIJELENTKEZÉS

A Google Fitness alkalmazáshoz írt segédlet megmutatja ezt.

A Millió Lépés alkalmazásból való kilépés (profilképre kattintva lefelé görgetve megjelenik a kijelentkezés gomb), majd újra belépés is segíthet, az újbóli belépésnél az engedélyek megadása sok esetben megoldja a problémát, illetve a profilképre kattintva a lépésszinkronizálás engedélyezése is segíthet.



PROFIL

Lépésszinkronizálás bekapcsolása

A Bekapcsolás gombbal engedélyezed, hogy felhasználód megpróbálja szinkronizálni a lépéseit a Google Fit alkalmazással.

BEKAPCSOLÁS

Mégse

1972. 01. 01.

Nem szervátültetett

Nő

Magyarország

Budapest

Ha végképp nem számol, akkor a kézi lépésszám bevitel a megoldás.

LÉPÉSSZÁMOK

**Az iskolák felé jóváírható napi maximum lépésszám:
20 000 lépés fejenként**



**A csapatokhoz, toplistákhoz jóváírt napi lépésszám maximuma:
70 000 lépés fejenként**

Az egyéni lépésszámait limitektől függetlenül mindenki látja.

Az adatokat a rendszer naponta egyszer (éjszaka) frissíti, tehát másnapra jelennek meg a változások és a lépések is.

“NEM UGYANANNYI A LÉPÉSSZÁMOM”

Az osztályban a lépések az osztályhoz csatlakozás időpontjától jelennek meg, napi **20 ezer lépés/fő** maximummal. Ha valaki osztályt vált – akár iskolán belül – akkor is nulláról indul, hiszen az osztályok is versenyeznek több iskolában egymással.



Csapatok esetében is a csatlakozás napjától számolja a csapathoz a lépéseket, itt – és a toplistákon – napi **70 ezer lépés/fő** a maximum, ami megjelenik.

Az applikáció az adatokat – az alkalmazásba való belépés után! – éjszakánként frissíti. Aki néhány napig nem lép be, annak egyszerre frissíti az eltelt időszakot (másnapra).

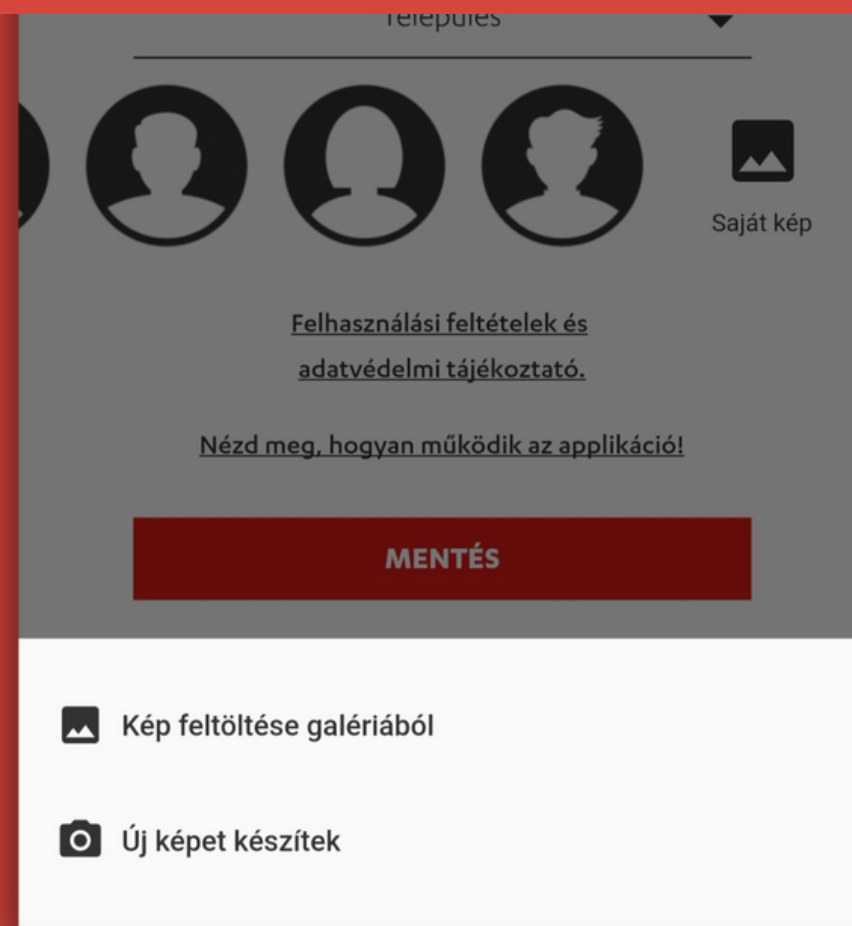
Tehát: aki nem indítja el az alkalmazást, annak nem jelennek meg az osztályban és a csapatban az adatai.

PROFILKÉP



MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁÉRT

A profilképre kattintva lefelé görgetve megjelenik a kép választása, illetve feltöltése lehetőség.



MAGYARORSZÁG KINCSEI

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁÉRT

Győr Tatabánya Budapest Székesfehérvár Székesfehérvár Kecskés Zalaegerszeg Zalaegerszeg -65000

FELSŐ-TISZA [0/5] PALÓCFÖLD [0/5] CSEREHÁT [0/5] VÉRTESE [0/5]

40000 LÉPÉS **Hegyes-tű a Balaton-** HÁTRAVAN: 105000 lépés

Fertőrákosi Kőfejtő EHHEZ MÉG LÉPNED KELL

Római-fürdő vizesés EHHEZ MÉG LÉPNED KELL

Oszoly-szikla EHHEZ MÉG LÉPNED KELL

Aktiv Magyarország

Ez egy kiegészítő tartalom a közös játékhoz, ha elér valaki egy bizonyos számú lépést, akkor újabb és újabb csodákat fedezhet fel.

Az összlépésszámot ez a funkció nem érinti.



MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁÉRT

Tatabánya Budapest Eger Miskolc Nyíregyháza Salgótarján -65000

FELSŐ-TISZA [0/5] PALÓCFÖLD [0/5] CSEREHÁT [0/5] VÉRTESE [0/5]

40000 LÉPÉS **Bükk-fennsík** HÁTRAVAN: 105000 lépés

Dunakanyar EHHEZ MÉG LÉPNED KELL

L'Huillier-Coburg-kastély EHHEZ MÉG LÉPNED KELL

Áldó Krisztus szobor EHHEZ MÉG LÉPNED KELL

Aktiv Magyarország

OKOSÓRA



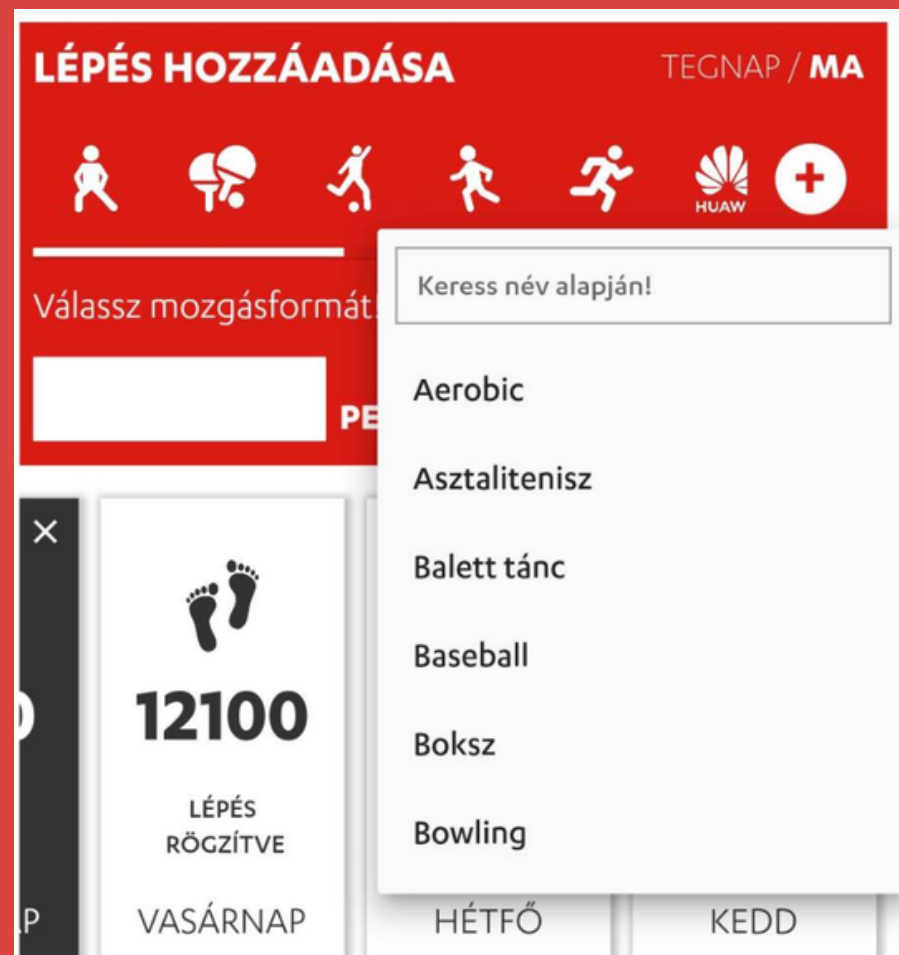
Rengeteg féle okos eszköz van forgalomban, sajnos nem tudunk ehhez egyéni segítséget adni, de a kereső segít: pl.: Google Fitnesz + Polar , nagyon sok okosóra alkalmazását lehet összekötni a Google fittel.

Sok esetben bevált a Health Sync_alkalmazás (Garmin óra esetében többeknek!), valamint a FitnesSyncer alkalmazás is. Samsung esetében a Samsung Health alkalmazás beállításai között található Health Connect is segíthet.

Apple telefonok esetében többnyire nincs szükség kiegészítő alkalmazásra, az Apple Health alkalmazásból automatikusan megkapja a MillióLépés app a lépésszámokat.

Amennyiben nem sikerül, abban az esetben az okosóráról kézzel érdemes beírni a lépésszámokat esténként.

A MOZGÁSFORMÁK



Minél több mozgásformát lehet kiválasztani, annál nehezkesebb ennek a résznek a felhasználói kezelése.

Ezért szűkített a lista, a jelenleg benne lévők alapján mindenki meg tudja találni, hogy kb. mi hasonlít a legjobban az Ő tevékenységéhez.

A különböző mozgásformák lépésszámá konvertálása nemzetközi szabvány alapján történik, tehát nem mi találtuk ki, hogy mi mennyit ér. Több helyen megtalálhatóak az interneten ezek a számok.

(pl. bigteamchallenge.com)

HIBAJELENTÉS

Amennyiben úgy érzi, hogy hibát talált az applikációban, abban az esetben a **milliolepes@trapilap.hu** vagy az **info@milliolepes.hu** címre várjuk az erről szóló e-mailt, mely tartalmazza



- a hiba leírását,
- a képernyőfotót, valamint a
- felhasználói e-mail címet.

Az így kapott hibajelzéseket szükség esetén továbbítjuk a fejlesztőknek, akik a megadott adatok alapján tudják megnézni a hiba forrását.

HOL AZ ÉN HELYEM?

Egyéni versenyzőként gyűjtheti mindenki a lépéseit az iskolának, ahol tanul/dolgozik, vagy amelyik iskolának segíteni szeretne

+

Mindenki csatlakozhat a kiválasztott iskola valamelyik osztályához

+

Mindenki részt vehet az
5 tagú csapatok játékában

+

A Nagyit ezenfelül még várjuk a
GYALOGLÓ IDŐSEK MOZGALMÁBA IS.



KI NYER MA?

Az iskolák játékanak a végén az Országos Kékkört **minimum hétszer** teljesítő iskolák annyi sorsjegyet kapnak, ahányszor teljesítették az Országos Kékkör távját (2583 km). A sorsjegyek között kisorsolunk - a korábban nem győztes - iskolák között **100 iskolának 1 millió forintot**. (Egy iskola csak egyszer nyerhet.)

Ezenkívül a zöld pontok az iskoláknál is gyűlnek és minden 2000 zöld pontért egy sorsjegy jár. A sorsoláson 30 szerencsés iskola – a korábbi nyereményektől függetlenül – nyerhet 250 000 forintot. Minden péntek zöld péntek, amikor az aznapi – iskoláknak jóváírt – zöld pontok duplázódnak!

Azok az iskolák, akik teljesítettek 7 kékkört és a helyi Önkormányzat csatlakozott támogatóként a kihíváshoz, 300 000 Ft-ot kapnak az Önkormányzatuktól – korábbi győzelemtől függetlenül. A csatlakozott Önkormányzatok listája a támogatóink oldalon látható.



MILLIÓ
LÉPÉS AZ ISKOLÁÉRT



ÚJDONSÁGOK A 2024. TAVASZI KIHÍVÁSBAN



Aktiv
Magyarország



MAGYAR
SZERVÁTÜLTETETTEK
SZÖVETSÉGE



0
GYERMEKHÁZ ISKOLA

#0
Feszt

0
ORSZÁGOS KÉKKÖR

0
SZERVÁTÜLTETETTEK SENIOR GYALOGLÓ KLUBJA

KLUBOM

0
ORSZÁGOS KÉKKÖR

MILLIÓ LÉPÉS TAVASZI KIHÍVÁS
MÁRCIUS 25-ÉN
ÚJRA INDULUNK!
ÁLLJATOK KÉSZEN!

SCHERER PÉTER
színész
VARGA DOMINIK
szervátültetett diák

YouTube

Frissítsd az appot az új funkciók eléréséhez!

2.586.325
LÉPÉS

#177
10384 / 347373

JELVÉNYEIM

SIKEREIM

CSAPATOM

MAGYARORSZÁG CSODÁI



YouTube
szervátültetett diák

Frissítsd az appot az új funkciók eléréséhez!

2.586.325
LÉPÉS

#177
10384 / 347373

JELVÉNYEIM

SIKEREIM

CSAPATOM

MAGYARORSZÁG CSODÁI



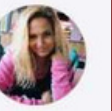
HÍREK
INDUL A MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT TAVASZI FORD...
VÁLTS ZÖLDRE, ÉS NYERJ 1 MILL...

KIHÍVÁSOK

LÉPJ BE!

TÁMOGATÓINK

TUDJ MEG TÖBBET!



KÉPES BEMUTATÓ

A Magyar Szervátültetettek Szövetsége (MSZSZ) Millió lépés programja segít, hogy rendszeres mozgással egészségesebbek és fittebbek legyünk. Az applikáció a különböző mozgásformákat egységesen lépésszámmá alakítva megmutatja, hogy mennyit is mozgunk valójában

Az MSZSZ civil szervezetként 1998 óta dolgozik a szervátültetett és szervre váró gyermekek és felnőttek hosszabb és minőségibb életéért. Fő tevékenységünk: érdekvédelem és segélyezés, sport, betegegyógyítás, közösségépítés.

SZERETNÉL SEGÍTENI?

Munkánkat adományokból és pályázatokból valósítjuk meg. Támogatásoddal Te is segíthetsz! Kattints a fenti gombra!


Kérdésed van? Hátha itt a válasz!

- Mi ez a sulis verseny?
- Lépésszám problémám van
- Iskolai kérdésem van
- Ha valakinek nincs telefonja?
- Nullázódtak a lépéseim!!!
- Véletlenül kétszer írtam be valamit, hogy tudom törölni?


MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

NÉZZ KÖRÜL!

Új csempe került a főoldara: "Sikereim", ezt megnyomva további részletekhez juthatsz a korábbi teljesítményeidről:



SIKEREIM



CSAPATOM

Látható a tendencia, hogy jobban vagy rosszabbul teljesítesz az utóbbi 7 napban.

2.51M
ÖSSZES LÉPÉS

+75%
ELMÚLT 7 NAP
6 262 / NAP

#566
10612 / 346366

Az alábbi részen pedig az időszak átváltásával láthatsz további statisztikákat:

- mennyit léptél
- mik voltak a leggyakoribb tevékenységeid
- mennyire érkeztél munkába/iskolába zöld közlekedéssel



MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

2.59M ÖSSZES LÉPÉS

-38% ELMÚLT 7 NAP
2 837 / NAP

#177
10384 / 347373

HÉT	HÓNAP	NEGYEDÉV	
ÁTLAG 2837			
K	Sze	Cs	
P	Szo	V	H

TOP  77%  22%

2 NAPI BELÉPÉS

0 NAPI CÉL

24/41 JELVÉNYEIM

KORÁBBI KIHÍVÁSOK

2023 ŐSZ - GYALOGLÓ IDŐSEK MOZGALOM (OGYIK)

2023 ŐSZ - MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT - HOZD EL A NAGYIT IS!

2023 TAVASZ - MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

NÉZZ KÖRÜL!

Nyomon követheted, hány napja léptél be az alkalmazásba folyamatosan, 5/10/25... napos belépés esetén jelvényel jutalmazunk (ismételhető)

2 NAPI BELÉPÉS

0 NAPI CÉL

12/30 JELVÉNYEIM

Napi cél elérése esetén is még várható jelvény, de ennek tesztelése még folyamatban.

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

NÉZZ KÖRÜL!

Az iskolai listában is újdonságok várnak:

Mostantól látható az előző kampányhoz képest számított helyezése az iskoláknak.

TERÜLETI SZŰRÉS

#	ISKOLA	MEGTETT KÖR
1	Bonyhádi Petőfi Sándor Evangélikus Gimnázium, Kollégium, Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola [1496 fő]	130.77
+1	Kálvin Téri Református Általános Iskola [1005 fő]	117.0
3	Szent Miklós Görögkatolikus Általános Iskola, Óvoda és Alapfokú Művészeti Iskola [1459 fő]	111.88

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

NÉZZ KÖRÜL!

Az osztály által gyűjtött aznapi zöldpontok látszanak az osztály csempén.



Az iskolában pedig a 3 legzöldebb osztály sorában zöld jelölés látható. (Azok a minimum 5 fős osztályok kaphatják, akik létszamarányosan a legzöldebben jöttek aznap.)



A lépegető olyan színű háttérrel kap, ahogy aznap

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT

NÉZZ KÖRÜL!

A 2024. március 25.-től induló "Millió Lépés az Iskoládért" fordulóban további játékokra hívunk!

Gyűjtsd a zöld pontokat is az iskoládnak továbbá nyerd egyénileg is!

Jelöld be minden nap, hogyan mentél iskolába vagy munkába!

Mivel mentél tegnap suliba/munkába?

TEGNAP



- Zöld: gyalog, kerékpárral, rollerrel (2 zöld pont)
- Sárga: tömegközlekedéssel (1 zöld pont)
- Piros: gépkocsival (0 pont - de ha 1000 lépéssel hamarabb szállsz ki az autóból, akkor 1 pont).

Értékes nyeremények várnak rád és az iskoládra is.

MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT



TÖLTSD LE AZ APP-OT
ÉS CSATLAKOZZ A KIHÍVÁSHOZ!

VÁLTS
ZÖLDRE!

