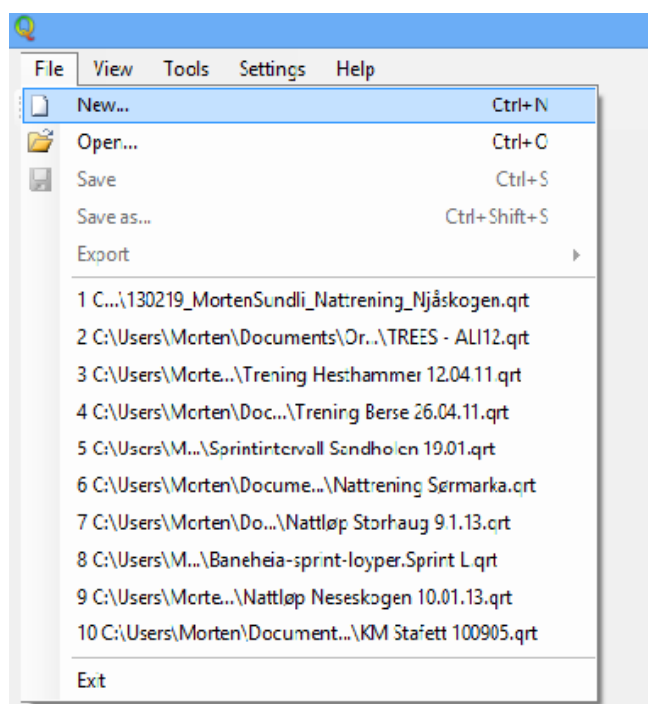


Guide for opplasting av kart til kartarkivet direkte fra Quickroute

Denne guiden forutsetter at du allerede har lastet ned og installert Quickroute på din maskinen. Har du ikke gjort dette kan du gå inn [her](#) for å laste det ned. Her finner du også informasjon om hva Quickroute kan tilby deg av analyseverktøy. Dessverre finnes ikke Quickroute til MAC OS, så det krever at du kjører Windows på maskinen din. For brukermanualen til Quickroute trykk [her](#).

Når du har installert Quickroute på din maskinen åpner du programmet. Her vil du få opp ett tomt vindu. Velg her *file* også *new*. Eller enkelt og greit CTRL+N for å opprette ett nytt dokument.

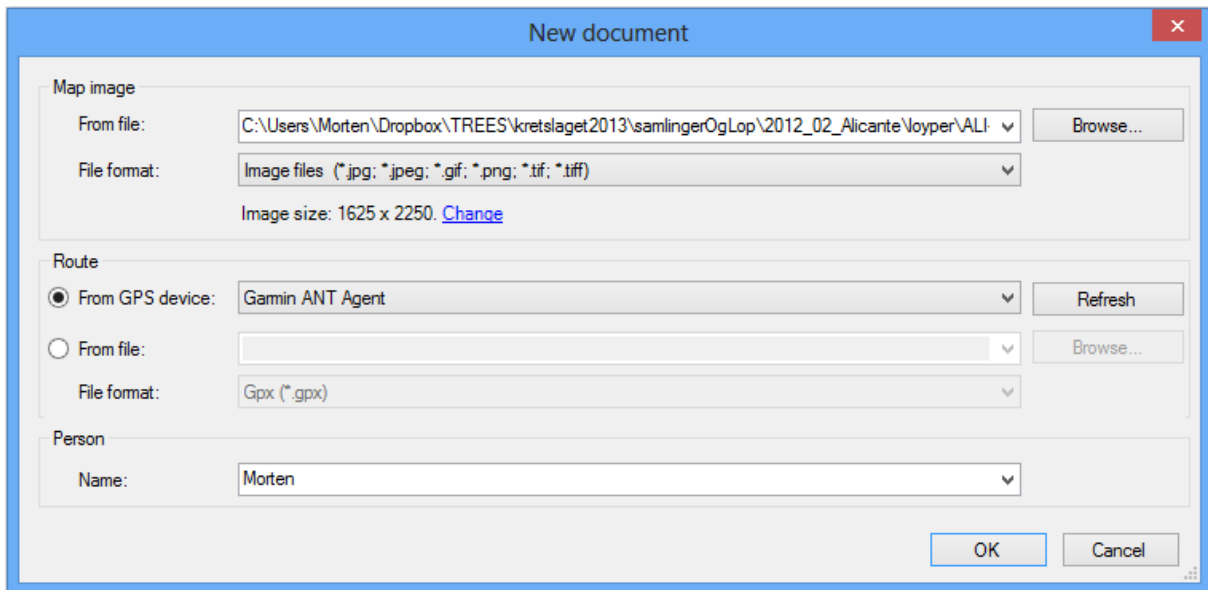


Her vil du få opp ett nytt vindu likt det under. Her må du lete deg frem til hvor du har lagret kartfilen fra løpet/treningen du ønsker å laste opp. Har du ikke denne på maskinen må du skanne denne inn som ett bilde, eller du kan høre med løypelegger om han kan sende denne over til deg i ett bildeformat (fks. .jpg, .jpeg eller .gif). Dette eksporteres enkelt fra OCAD eller PurplePen.

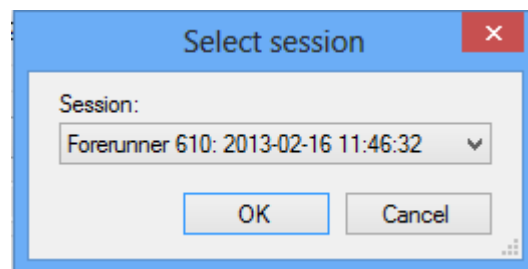
Når dette er gjort må du koble deg til GPS-enheten din, dette skal fungere med alle Garmin GPS-klokker og utvalgte Polar klokker. Får du ikke til å kommunisere med Garmin-klokke direkte eller opplever problemer med at du ikke får med hele løpstraseen anbefaler jeg deg

å hente filen fra [Garmin Connect](#) også legge inn filen manuelt ved å velge *from file*. For mer utfyllende info om hvordan laste GPS-data over til Quickroute henvises til brukermanualen.

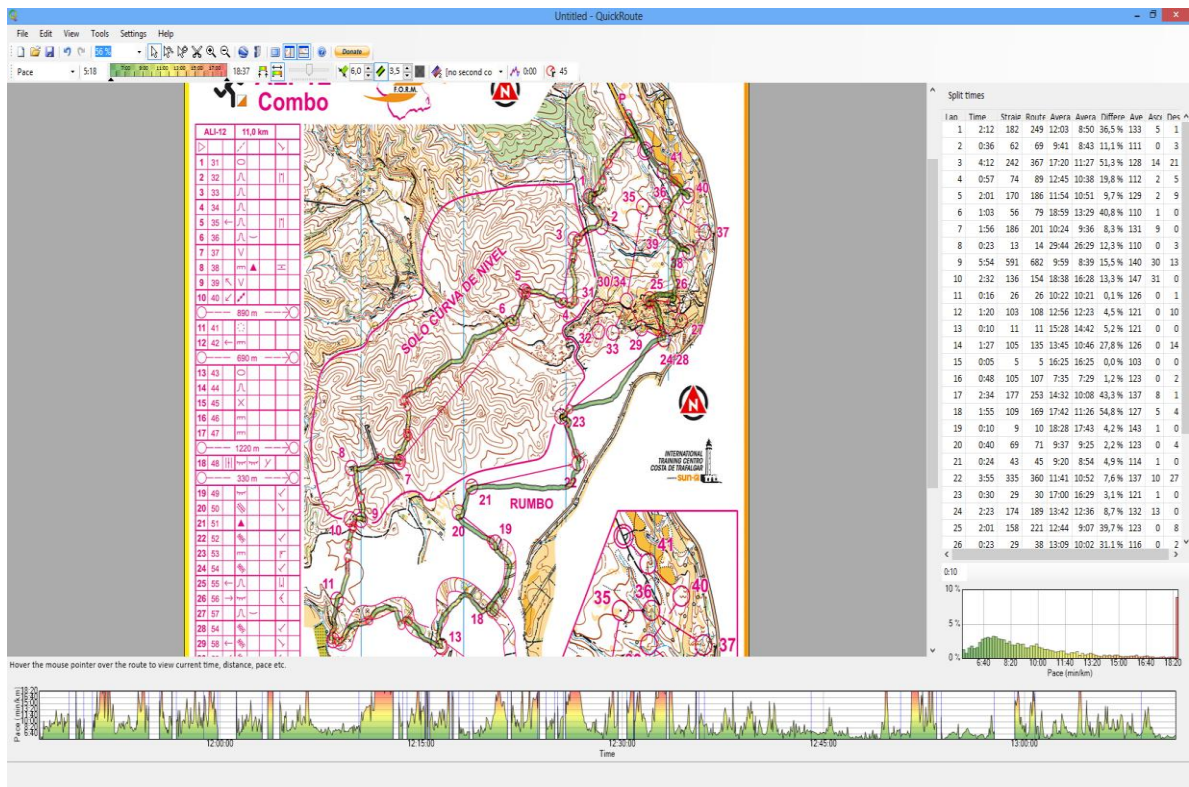
Når du har valgt riktig kartfil og funnet GPS-enheten du vil hente ruten din fra trykker du *OK*.



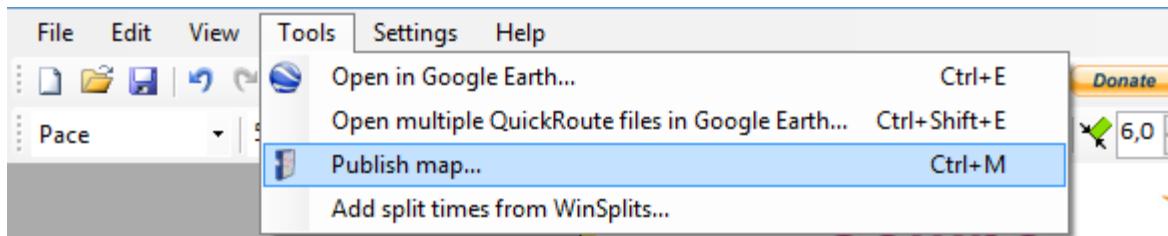
Etter du har valgt *OK* får du opp ett vindu tilsvarende dette (utklippet er for en Garmin Forerunner 610 klokke og vil kunne variere noe). Her blar du deg ned til du finner den riktige filen (er sortert fra siste treningsøkt øverst og eldre nedover i kronologisk rekkefølge) og velger denne. Trykk så *OK*.



Du vil nå få opp ett vindu med kartfilen og en rute. Denne vil være helt ute av sync og du må justere ruten inn. Dette går vi ikke noe nærmere innpå her men for å se hvordan dette skal gjøres (husk å kun bruke to punkter i justeringen) ser du [her](#). Gå til 1.18 for å se fra hvordan du justerer ruten. Denne er for opplasting fra Quickroute til 3drerun så noe av den andre infoen enn justeringen av ruten er forskjellig fra opplasting til kartarkivet.



Når du har fått justert inn ruten er det på tide å laste filen opp til kartarkivet til TREES. Velg *Tools* -> *Publish map* eller trykk CTRL+M for å bruke snarveien.



Du vil nå få opp ett nytt vindu likt det under. Første gang du åpner dette vinduet må du legge inn webadressen til kartarkivet.

Adressen til dette er <http://rok-trees.no/doma/webservice.php>

Så må du fylle inn brukernavnet og passordet ditt til kartarkivet. Dette skal du ha fått tilsendt på mail (vi har laget en brukerkonto til alle på TREES som ikke har dette fra før av) eller så oppretter du en konto [her](#). Når du har fullt inn all adressen, brukernavn og passord trykker du *Connect*.

Publish map ✕

QuickRoute can publish maps to a digital orienteering map archive. Instructions for how to create your own archive are provided at www.matstroeng.se/doma. The web service address for your archive is something like <http://www.yourdomain.com/yoursubfolder/webservice.php>.

Webservice address	<input type="text" value="http://rok-trees.no/doma/webservice.php"/>
Username	<input type="text" value="Morten88"/>
Password	<input type="password" value="••••••"/>
	<input checked="" type="checkbox"/> Remember password <input type="button" value="Connect"/>
Map	<input type="text"/>
Date	<input type="text" value="2013-02-16 11:46"/>
Category	<input type="text"/>
Training/competition name	<input type="text"/>
Map/area name	<input type="text"/>
Organiser	<input type="text"/>
Country	<input type="text"/>
Discipline	<input type="text"/>
Relay leg	<input type="text"/>
Link to result list	<input type="text"/>
Comment	<input type="text"/>
Image format	<input type="text" value="jpg"/>

Nå kan du fylle inn informasjon om treningen/løpet. Prøv å skriv så fullstendig så mye. Fortell gjerne mye om hva du gjør/tenker på de bra/dårlige strekkene (ikke slik som i eksempelet under). Fyll også inn navn på økt, kartnavn, land og kommentar.

Når du er ferdig med å skrive referat fra økten trykker du *OK*.

Publish map ✕

QuickRoute can publish maps to a digital orienteering map archive. Instructions for how to create your own archive are provided at www.matstroeng.se/doma. The web service address for your archive is something like <http://www.yourdomain.com/yoursubfolder/webservice.php>.

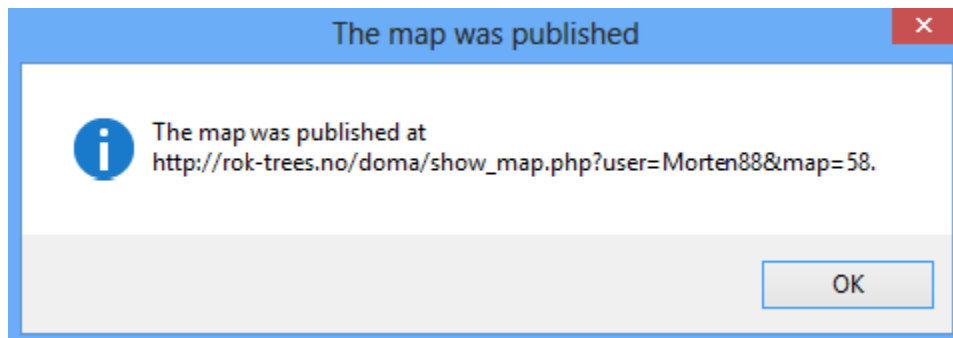
Webservice address	<input type="text" value="http://rok-trees.no/doma/webservice.php"/>
Username	<input type="text" value="Morten88"/>
Password	<input type="password" value="••••••••"/>
	<input checked="" type="checkbox"/> Remember password <input type="button" value="Connect"/>
Map	<input type="text" value="TREES - Alicante ALI12 [16.02.2013]"/>
Date	<input type="text" value="2013-02-16 11:46"/>
Category	<input type="text" value="Trening"/>
Training/competition name	<input type="text" value="TREES - Alicante ALI12"/>
Map/area name	<input type="text" value="Coto Cuadros"/>
Organiser	<input type="text" value="Sun-O"/>
Country	<input type="text" value="Spania"/>
Discipline	<input type="text" value="Moment-o"/>
Relay leg	<input type="text"/>
Link to result list	<input type="text"/>
Comment	<input type="text" value="Springer så og si helt perfekt o-teknisk. Treffer Alfi på dei til post 7, han har bommet mye! Springer sammen med han til vi kommer til postplukkbiten. Han drar meg med på ett par bommer på koridorstrekke. Ellers veldig bra! Kanonfint terreng, men masse søppel og hor i skogen!"/>
Image format	<input type="text" value="jpg"/>

Nå kan du velge kvaliteten på bildefilen. *Image size* skal stå på 100%, mens *Image quality* må være mellom 60-100%. Prøv først med 100%, men tar dette for lang kan du gjerne gå ned på kvaliteten på neste bilde du skal laste opp. Velg *OK*.

Image properties ✕

Image size	<input type="text" value="100 %"/>
	1627 x 2317 pixels
Image quality	<input type="text" value="80 %"/>

Når du får opp vinduet under er du ferdig med å laste opp kartet til kartarkivet. Du finner da kartet ditt på [kartarkivet](#) til TREES.



Alle kart som blir lastet opp til kartarkivet lastes direkte opp til [3drerun](#). Men dette gjøres kun ett par ganger til dagen. For å tvinge enn oppdatering fra kartarkivet til 3drerun går du inn [her](#) og velger Rok-trees.no og trykker *update maps from Doma archive*.



Import latest maps to 3DRerun/Omaps from Doma-archive

Here you can import your latest maps from your Doma-archive to 3DRerun/Omaps.worldofO.com, so you do not have to wait until the daily updates at 0900, 1500 and 2100. Choose which page you want to update, then type in the anti-crawler code, and click the button to update. If your Doma-site is not on the list, contact me at jan@kocbach.net and I will add it.

Page to update

What is 7+7?

Note that the update can take time - sometimes more than a minute! Please be patient!

Omaps.WorldofO.com - (C) 2010 WorldofO.com - Contact jan@kocbach.net for info about World of O

Nå skal kartet være lastet opp til kartarkivet og til 3drerun.