

入力の手順

●●●さん専用

—2012年〇〇月〇〇日(△曜)の報告—

～報告一覧～

本日の報告はありません

～報告の追加～

フィールドを選んでください

ロード  インドア  大会(レース)

次へ

[トップへ戻る](#)

フィールドを選択



●●●さん専用

—2012年〇〇月〇〇日(△曜)の報告—

下記の内容を入力してください

\* 距離の入力は必須です

フィールド	ロード
走った日	<input type="radio"/> 今日 <input type="radio"/> 昨日 <input type="radio"/> 2日前 <input type="radio"/> 3日前
距離 *	<input type="text"/> X100m ※ 5500m 走ったときは 55 と入力
タイム(速度)	<input type="text"/> 時間 <input type="text"/> 分(00.00 km/h)
メモ	<input type="text"/> 天候や体調など(20字以内)

時速が自動表示

確認画面へ

[はじめから報告する](#)

[トップへ戻る](#)



## 入力データを確認

●●●さん専用

—2012年〇〇月〇〇日(△曜)の報告—

報告内容を確認し、送信ボタンをクリックしてください

フィールド	ロード
走った日	今日
距離(km)	120 X 100m(12 km)
時間	1 時間 30 分
速度	8.00 km/h
メモ	雪がチラチラ、シューズのつま先が寒い

(注意)

距離×時間×速度で過大報告や勘違いを防げます

送信

戻る



## 1日最大3回報告できます

●●●さん専用

—2012年〇〇月〇〇日(△曜)の報告—

報告しました  
本日1回目の報告です

[報告手続きのはじめへ戻る](#)

[トップへ戻る](#)

(注意)

1日の合計が100Kを大きく  
超える場合は集計されません

## ネットマラソン選手権への登録

●●●さん専用

—2012年〇〇月〇〇日(△曜)の報告—

下記の内容を入力してください

※ネットマラソン選手権へ登録するにはタイムの入力が必要です

フィールド	大会(レース)
大会日	<input checked="" type="radio"/> 今日 <input checked="" type="radio"/> 昨日 <input checked="" type="radio"/> 2日前 <input checked="" type="radio"/> 3日前
大会名称	<input type="text"/>
カテゴリ	<input checked="" type="radio"/> 10キロロードレース <input checked="" type="radio"/> 20キロロードレース <input checked="" type="radio"/> ハーフマラソン <input checked="" type="radio"/> 30キロロードレース <input checked="" type="radio"/> フルマラソン <input checked="" type="radio"/> その他のレース <input type="text"/> X100m ※その他の場合のみ 5500m 走ったときは55と記入
タイム(速度)	<input type="text"/> 時間 <input type="text"/> 分 <input type="text"/> 秒 (00.00 km/h)
メモ	<input type="text"/> 天候や体調など(20字以内)

この記録をネットマラソン選手権へ

- 登録する
- 登録しない

**「登録する」を選択しないと  
ランキングに反映されません**

**※「登録しない」を選択すると通常の  
ロード練習を同じ扱いになります**

確認画面へ

[はじめから報告する](#)  
[マイページのトップへ戻る](#)

ネットマラソン選手権の種目の



「詳細」をクリックすると今まで

の大会の全記録が確認できます

●●●さん専用

ーフルマラソン の大会記録ー

生涯ベスト	03 時間45分48秒
昨年(2011年)のベスト	03 時間45分48秒
今年(2012年)のベスト	03時間50分07秒

～報告リスト～

報告日	大会名称	タイム	速度
-----	------	-----	----

[マイページのトップへ戻る](#)