



# วิธีการส่งผลวิ่งผ่านระบบ Running Connect

หน้าหลัก [ชีวิตทั้งหมด](#) [สำหรับผู้จัดงาน](#) [สำหรับผู้ดูแลระบบ](#) [สวัสดี ADMIN MEGA SUPREME](#)

[+ New workout](#) [Workout his](#)

**การอน - Virtual Marathon ปทุม**

Ends	Time left
<b>31 Aug</b> 23:59	<b>10</b> Days

- โปรไฟล์ของฉัน
- เวอร์ชวลรันของฉัน
- เพื่อนของฉัน
- ชีวิตที่เคยมัก

ออกจากระบบ

## เข้าสู่หน้า เวอร์ชวลรันของฉัน

ทาง [www.runningconnect.com/vrun/my](http://www.runningconnect.com/vrun/my)  
หรือ กดที่ชื่อของตัวเอง แล้วเลือก เวอร์ชวลรันของฉัน

หน้าหลัก อีเวนต์ทั้งหมด สำหรับผู้จัดการงาน สำหรับผู้ดูแลระบบ

+ New workout Workout history

## มาราธอน - Virtual Marathon ปทุม

Ends	Time left
<b>31 Aug</b> 23:59	<b>10</b> Days

จากนั้นกด “New workout”  
เพื่อเข้าสู่หน้า Submit new  
workout

หรือจะเข้าผ่านทาง  
[www.runningconnect.com/vrun/workout/new](http://www.runningconnect.com/vrun/workout/new)  
ก็ได้

## SUBMIT NEW WORKOUT

### Workout Report

Event  BVM2018 - Virtual Marathon กรุงเทพฯ  
 TESTEV - Virtual Run Test

Start date  Start time

Time used  Hrs  Mins  Secs

Distance  Km.  m.

Photo  No file chosen

\*Max file size (ขนาดไฟล์สูงสุด) 1.5 MB. / Only JPG and PNG file.

## Submit new workout

1. กดเลือกอีเวนท์ที่ต้องการส่งการบ้าน
2. ใส่วันที่เริ่มวิ่ง
3. ใส่เวลาที่เริ่มวิ่ง
4. เวลาที่ใช้วิ่ง
5. ระยะทางที่วิ่ง \*
6. แนบรูปภาพที่ Capture จากแอปพลิเคชันวิ่ง (ข้อมูลจากรูปภาพต้องประกอบด้วย วันที่, เวลาที่เริ่ม, เวลาที่ใช้, ระยะทาง และแผนที่วิ่ง)

\*ระวังการกรอกระยะทาง เช่น วิ่งไป 4.34K ในช่องเมตร จะต้องกรอกเป็น 340 ไม่ใช่ 34)

## SUBMIT NEW WORKOUT

### Workout Report

Event  BVM2018 - Virtual Marathon กรุงเทพฯ  
 TESTEV - Virtual Run Test

Start date

Start time

Time used

Hrs

Mins

Secs

Distance

Km.

m.

Photo

Choose File

No file chosen

\*Max file size (รวมไฟล์ลูกชุด) 1.5 MB. / Only JPG and PNG file.

Submit Your Workout

กด "Submit your workout"  
เพื่อส่งการบ้าน

1

4

