

Manual – SES Tariff (Online bedömningsunderlag & musikuppladdning)

Förkunskaper: Kunna fylla i bedömningsunderlag på papper.

1. Logga in med de användaruppgifter som ni har fått via Föreningen/Förbundet
2. - Välj Tävling ("Select Competition")
 1. Välj klass/Pool ("Select Class")
 2. Välj Lag/Trupp ("Select Team")

Ni kommer enbart se lagen i eran förening (alla lag som föreningen har anmält). Välj rätt lag!
3. Tryck på "Select Team"!
4. Ni kommer nu till Deltagarlista "Participants"
 1. Tryck på "Add New" för att lägga in en gymnast/tränare.
Fyll i deltagarlistan i samma ordning som gymnasterna står i på Pensumlistan
 2. Skriv ut deltagarlistan ("Print list"), skriv under och ta med till tävlingen.
 3. Deltagarlistan ska lämnas in i ackrediteringen på tävlingen tillsammans med pensumlistan.
OBS! Pensumlistan ska endast visas upp i ackrediteringen, inte lämnas in.
5. Välj "Music" i menyn
 1. Välj Redskap (Floor = Fristående, Tumbling = Tumbling, Trampet = Trampett)
 2. Välj fil att ladda upp ("Browse").
Filen måste vara i .mp3 format och max 20MB stor.
 3. Tryck på "Upload". Filen laddas upp, det kan ta en stund beroende på uppkoppling.
Dock får det ta max 3min. Om det inte fungerar kontrollera att den är rätt fil-format och att uppkopplingen är bra.
 4. Ni kan kontrollera att filen har laddats upp korrekt genom att ladda ner den igen (Tryck på "Download". Vill ni ta bort filen så tryck på "Delete".
6. När ni klar med att ladda upp musiken är det dags att skriva in underlagen.

7. Fristående (Floor)

1. Välj "Floor" i menyn.
2. Om inget underlag finns för den aktuella truppen – Tryck på "Add Tariff".
Om ni har flera lag eller vill använda underlag från en annan tävling kan ni trycka på "Import Tariff". Där kan ni välja från redan inlagda underlag från föreningens trupper.
3. Välj det underlag ni vill redigera genom att trycka på "Edit".
4. Lägg till en formation genom att välja antal gymnaster i formationen ("Number of gymnasts"). Tryck sedan på "Add formation".
5. Rita upp formationen genom att flytta kryssen med hjälp av musen. För muspekare över krysset och håll ner mus-knappen (Krysset ska bli en O). För musen till rätt position, släpp sedan mus-knappen. Fortsätt tills alla kryssen är på rätt ställe.
Ni kan lägga till och ta bort gymnaster i formationen genom att trycka på "Add gymnast"/"Remove gymnast"
Ange eventuella fronter ("Front"), riktningar ("Direction"), rytmisk sekvens ("Moving Rhythmic Sequence") och/eller gruppmoment ("Group Element").
6. Lägg till svårigheterna som finns i formationen.
 1. Välj Svårigheter i rullistan.
 2. Tryck på "Add Difficulty".
 3. Svårigheten ska nu synas ovanför rullistan.
 4. Ta bort svårigheter genom att klicka på svårigheten.
 5. Gör likadant tills alla svårigheter i formationen är tillagda.
7. Lägg till Kombinationer
 1. Välj vilka svårigheter som ska ingå i kombinationen från de två rullistorna.
 2. Tryck på "Add Combination".
 3. Kombinationen ska nu synas ovanför rullistorna.
 4. Ta bort kombinationen genom att klicka på kombinationen.
 5. Gör likadant tills alla kombinationer i formationen är tillagda.
8. Tryck på "Save" när ni är färdiga.
9. Lägg till nya formationer genom att starta från punkt 4 igen.
10. Man kan skriva ut underlagen genom att trycka på knappen "Print Tariff form". Den laddas då ner som en PDF-fil.
Ni kan ändra ordningen på formationerna genom att trycka på pilarna upp och ner.
Ni kan ta bort formationer genom att trycka på "Delete".
För att ändra en formation tryck på "Edit".
För att kopiera en formation tryck på "Copy".

8. Tumbling

1. Välj "Tumbling" i menyn.
2. Om inget underlag finns för truppen, tryck på "Add Tariff" annars tryck på "Edit" vid det underlag som ni vill ändra.
3. Välj övningarna som ska utföras på de olika varven genom att välja övningar i rullistan. Man tar bort en övning genom att klicka på krysset vid rutan. Behövs fler övningar i serien så kan man lägga till extra övningar med hjälp av plus-tecknet.
Tips: Det går även att skriva i rutorna.
4. Tryck på "Save Changes" när ni är klara.
5. Man kan skriva ut underlagen med knappen "Print Tariff". Den laddas då ner som PDF- fil

9. Trampett

1. Välj "Trampett" i menyn.
2. Om inget underlag finns för truppen, tryck på "Add Tariff" annars tryck på "Edit" vid det underlag som ni vill ändra.
3. Välj övningarna som ska utföras på de olika varven genom att välja övningar i rullistan. Man tar bort en övning genom att klicka på krysset vid rutan.
Tips: Det går även att skriva i rutorna.
4. Tryck på "Save Changes" när ni är klara. (OBS på Trampett måste man skriva in övningar på varje varv för att man ska kunna spara!)
5. Man kan skriva ut underlagen med knappen "Print Tariff". Den laddas då ner som PDF- fil