

## CHRONOMÉTRAGE DE VOTRE CHALLENGE IRCM

### Option 1 : Application gratuite *IYR Virtual*

Afin de chronométrer votre Challenge IRCM, nous vous proposons d'utiliser l'application gratuite pour téléphones mobiles *IYR Virtual*. L'avantage d'utiliser l'application est que dès que vous aurez complété la distance prévue, l'application soumettra automatiquement votre temps au chronométreur.

### Option 2 : Autres applications de chronométrage

Autrement, vous pouvez utiliser une autre méthode de chronométrage (montre, autre application telle Strava, Adidas, RunKeeper, ...) puis revenir sur le site ItsYourRace.com et soumettre manuellement votre temps.

### OPTION 1 – Utilisation de *IYR Virtual* - application gratuite pour cellulaires

**IMPORTANT : Faites les étapes 1 à 4 avant le jour de votre course, afin de préparer votre téléphone pour le chronométrage.**

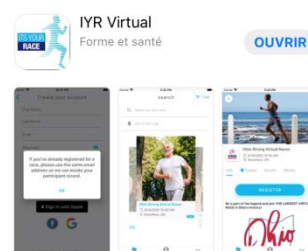
#### Étape 1 – Inscription

Vous devez avoir complété votre inscription au « Challenge IRCM » depuis au moins 24 heures, afin de permettre aux données de se synchroniser. Lors de l'utilisation de l'application *IYR Virtual*, vous devrez utiliser la même adresse courriel que celle utilisée lors de votre inscription.

#### Étape 2 – Téléchargement de l'application pour téléphones mobiles *IYR Virtual*

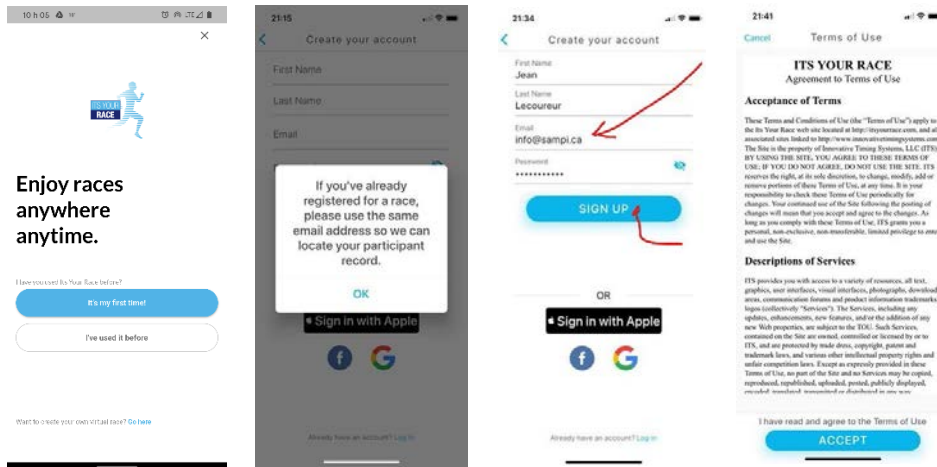
Nous avons facilité la recherche de l'application sur l'App Store (iPhone) et Google Play (Android) de la façon suivante :

- À l'aide du fureteur de votre téléphone, visitez le site de chronométrage de la course : <https://challengeIRCM.itsyourrace.com/>
- Naviguez vers le bas jusqu'à la section « Virtual Race App ». Vous pourrez voir les logos de l'App Store et Google Play :
- Téléchargez et installez sur votre mobile la version associée à votre téléphone mobile.

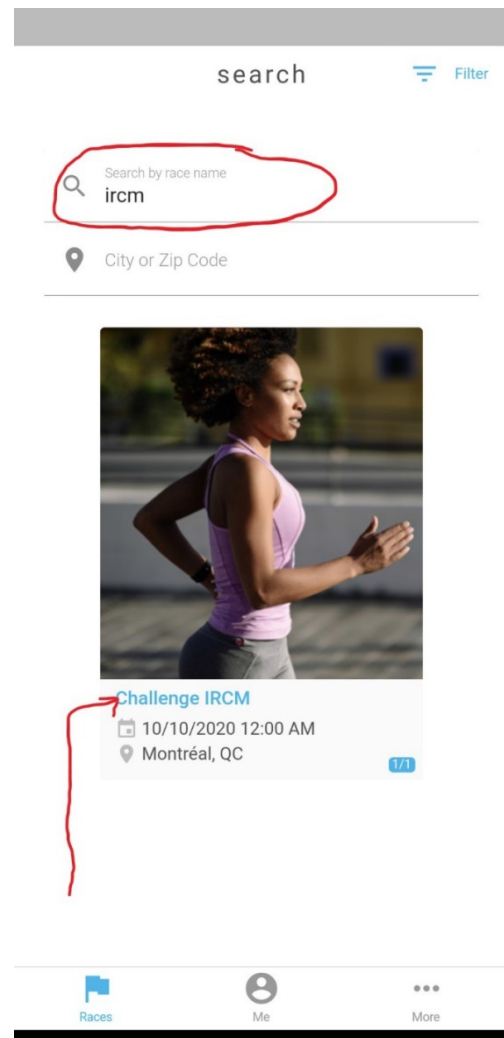


### Étape 3 – Liez l'application à votre inscription

- Démarrez l'application *IYR Virtual*
- Lors de la première utilisation, autorisez l'application à envoyer des notifications.
- Suivez les étapes selon les images suivantes :

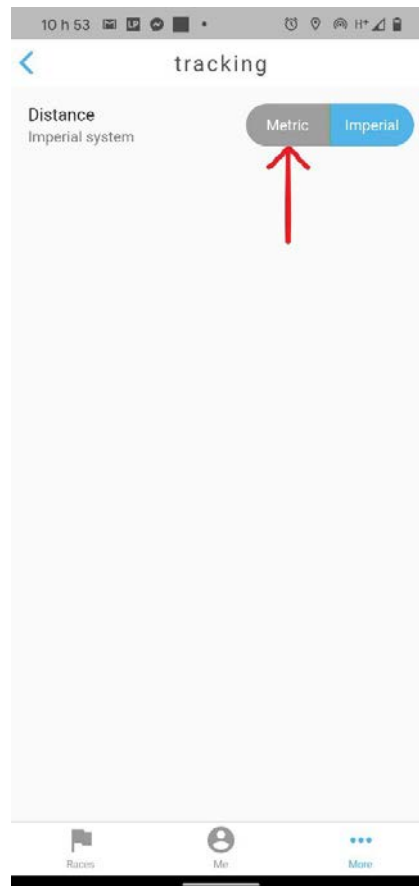
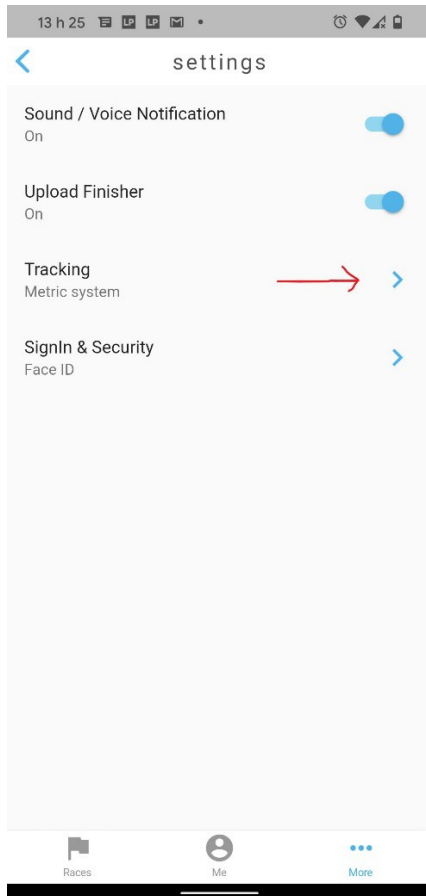


- Ensuite, vous devez retrouver l'événement parmi la vaste liste des événements de courses virtuelles. Donc à l'écran de recherche, vous devez rechercher le texte du début du nom de l'événement. En indiquant « **IRCM** », le système retrouvera votre événement et affichera son nom sous une image : « Challenge IRCM ».
- Cliquez sur le nom de l'événement affiché sous l'image.



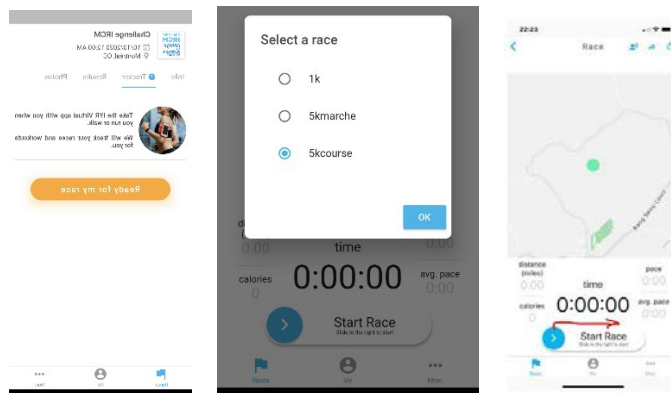
#### Étape 4 – Complétez vos paramètres

- Au bas de l'écran, appuyez sur « More »
- Appuyez sur « Settings »
- Choisir « Tracking »
- Appuyez sur « Metric »



## Étape 5 – Chronométrage de votre course

- Choisissez le moment qui vous convient du 10 au 25 octobre  
*NB. Les distances seront disponibles dès 1h du matin, le 10 octobre et pour que votre résultat soit comptabilisé par l'application, vous devrez avoir terminé votre distance avant 21h le 25 octobre.*
- Choisissez un parcours sécuritaire, dans la région de votre résidence
- Respectez les consignes de sécurité et de distanciation de deux mètres
- Assurez-vous que la géolocalisation du téléphone est activée
- Démarrez l'application *IYR Virtual*



- Allez à l'onglet « Tracker ».
- Appuyez sur « Ready for my race ».
- Choisissez votre distance. Il y aura une vérification de votre inscription. Si votre inscription est confirmée, un message vous indiquera que lorsque vous aurez terminé la distance prévue, l'application soumettra automatiquement votre temps.
- Selon le modèle de téléphone et la version du système d'exploitation, vous devrez peut-être autoriser l'application à accéder à la géolocalisation. Une fenêtre sera affichée si c'est le cas. Choisir « l'accès en tout temps ».
- Quand vous êtes prêts à débiter, appuyez sur le bouton bleu « Start Race » et glissez-le de gauche vers la droite.
- Attendez les instructions « 5, 4, 3, 2, 1... » puis partez.
- Effectuez votre distance avec votre téléphone mobile avec vous tout en laissant l'application ouverte durant votre course afin de capter les satellites GPS.
- Au moment où vous aurez parcouru la distance totale, basée sur la géolocalisation de votre téléphone mobile, l'application émettra une notification avec effet sonore et va soumettre votre temps à la base de données centralisée des coureurs. Soyez vigilants... vous devrez parcourir la distance totale prévue. Par exemple, si vous faites 4,95 km pour un 5 km, le temps ne sera pas sauvegardé! Il est donc suggéré de prévoir une distance additionnelle de 50 à 100 mètres.

## **Étape 6 – Résultats**

Les résultats seront disponibles dès 21h30 le dimanche soir 25 octobre. Visitez le site <https://challengeIRCM.itsyourrace.com/> pour consulter les résultats.

### **Besoin d'aide?**

Envoyez un courriel à [info@chrono900.ca](mailto:info@chrono900.ca) et nous vous aiderons avec vos questions.

**N'oubliez pas de capturer des photos de vous,  
avec votre dossard bien visible, pendant votre Challenge IRCM!  
Partagez-les sur les médias sociaux en utilisant les mots-clés  
#ChallengeIRCM et #ManuvieIRCM**

**ou**

**Envoyez-nous vos photos par courriel à :  
[fondation@ircm.qc.ca](mailto:fondation@ircm.qc.ca)**

---

## OPTION 2 – Déclaration manuelle

Si vous n'avez pas de téléphone mobile iPhone ou Android, ou si vous préférez utiliser une autre application de chronométrage, vous pourrez transmettre votre temps en utilisant le site ItsYourRace.com.

### Étape 1 – Chronométrage

Choisissez votre méthode de chronométrage

- Applications d'entraînement telles Strava, MapMyRun, RunKeeper, Nike+, etc.
- Montre avec chronomètre
- Chronomètre à bouton

### Étape 2 – Chronométrage de votre course

- Choisissez le moment qui vous convient du 10 au 25 octobre  
*NB. Vous serez en mesure d'entrer votre temps sur la plateforme des résultats à compter du 10 octobre et jusqu'à 21h le 25 octobre.*
- choisissez un parcours sécuritaire, près de votre résidence
- Respectez les consignes de sécurité et de distanciation de deux mètres
- Prenez une photo de votre système de chronométrage

### Étape 3 – Déclaration sur le site ItsYourRace.com


- Retournez sur le site de l'événement <https://challengeRCM.itsyourrace.com/>
- Accédez à l'onglet « Résultats »
- Choisissez votre distance
- Retrouvez la ligne de votre nom
- Cliquez sur le bouton « Inscrire le temps »

Résultats de la course

Marche 1 km samedi, 2020 Les résultats sont: non-officiels	Participants 3	Finissants 1
--	-------------------	-----------------

Année: 2020 Course: Marche 1 km Sexe: Tous Recherche: Recherche des résultats [Demande de révisi](#)

Pos.	Participant	Sexe	Age	Temps
1	DENIS GAGNON (# 32)	M	50	00:12:47 <a href="#">Inscrire le temps</a>
0	JORDAN COTE (# 6)	M	3	<a href="#">Inscrire le temps</a>
0	SYLVIE DROLET (# 22)	F	63	<a href="#">Inscrire le temps</a>



- Entrez vos coordonnées et votre mot de passe



- Inscrivez votre temps



- Cliquez sur « Sauvegardez votre temps »

#### Étape 4– Résultats

Les résultats seront disponibles dès 21h30 le dimanche soir 25 octobre. Visitez le site <https://challengeIRCM.itsyourrace.com/> pour consulter les résultats.

#### Besoin d'aide?

Envoyez-nous un courriel à [info@chrono900.ca](mailto:info@chrono900.ca) et nous vous aiderons avec vos questions.

**N'oubliez pas de capturer des photos de vous,  
avec votre dossard bien visible, pendant votre Challenge IRCM!**

**Partagez-les sur les médias sociaux en utilisant les mots-clés  
#ChallengeIRCM et #ManuvieIRCM**

**ou**

**Envoyez-nous vos photos par courriel à :**

**[fondation@ircm.qc.ca](mailto:fondation@ircm.qc.ca)**