

Sjømannsidretten 2020

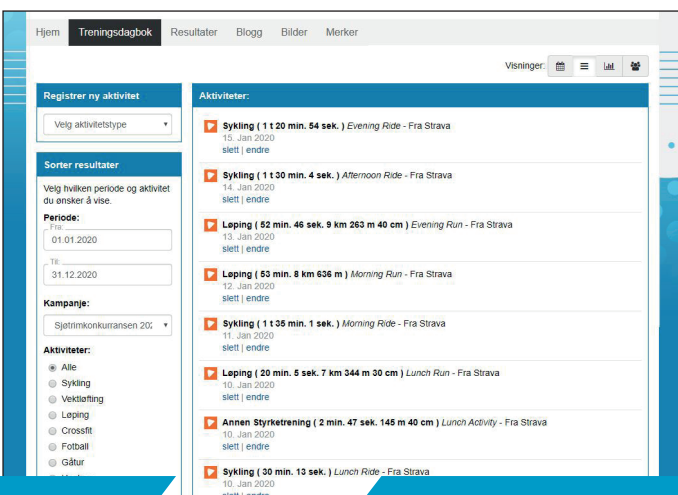
Vil du være med oss?

Vi vil gjerne samle alle aktive sjøfolk hos oss i Sjømannsidretten for å skape et miljø som kan motivere, samt vise alle hvor aktive og flinke våre maritime kvinner og menn er!

Og ikke minst være et sted hvor du personlig kan ha oversikt over hvor mye aktivitet og trening du har gjort i en periode. Det er for mange motiverende å så hvor mye som blir gjort!



The screenshot shows the homepage of the Sjømannsidretten 2020 website. It features the Norwegian Maritime Authority logo and a navigation bar. The main content area displays statistics for the 2020 competition: 4380 total entries, 4 091 t (tonnes), 25337 (points), and 355 active participants. Below this, there's a section for the Julestria 2019 event, a grid of icons representing various sports, and a list of the top 10 participants for the 2020 competition. The list includes names like Far Solitaire Skift A, Edda Fauna skift 2, and others, along with their respective scores.



The screenshot shows the Sjømannsidretten app interface. It has a top navigation bar with options like 'Hjem', 'Treningsdagbok', 'Resultater', 'Blogg', 'Bilder', and 'Merker'. The main screen is divided into two sections: 'Registrer ny aktivitet' (Register new activity) and 'Aktiviteter' (Activities). The 'Registrer ny aktivitet' section allows users to select an activity type, set a period, and choose a competition. The 'Aktiviteter' section displays a list of activities with details like time, distance, and location. Each activity entry includes a date and a 'slett | endre' (delete | edit) option.

Hva gjør vi?

Forhåpentlig nok til at du kan motiveres til å være med! I tillegg til å være din personlige treningsdagbok, legges det ut flere artikler for kunnskap og motivasjon, samt også informasjon om kampanjer vi holder og informasjon om arrangement.

For ikke å snakke om all den motivasjonen du er med å gi alle oss andre som er med. Det er mye kjekkere når vi er mange!



Hvordan gjør vi det?

Du må først og fremst få deg en profil hos [Sjømannsidretten](https://sjomannsidretten.no). Gå inn på idrett.sdir.no og registrer deg. Velg rederi og fartøy.

Det er både en egen app for registrering, samt også automatisk synkronisering med populære treningsapper som Strava, Endomondo, Polar Flow og Garmin Connect.

Alle aktiviteter kan registreres. Gåture, sykkel, dans, yoga, styrke, fotball, squash med veldig mye mer.

Og ikke minst, denne treningsdagboken holder oversikten over all treningen din, både det du gjør på jobb og det du trener hjemme. Alt legges inn enkelt inn, enten via automatisk synkronisering, via appen "aktiv sjømann" eller via nettsiden.

Ta kontakt på idrett@sdir.no om dere vil ha eget opplegg for deres rederi, eller lurer på noe annet!