

# FreedomTrack

Manuale Utente

---

Tracciamento GPS di Percorsi per iOS

Giugno 2026

# 1. Panoramica

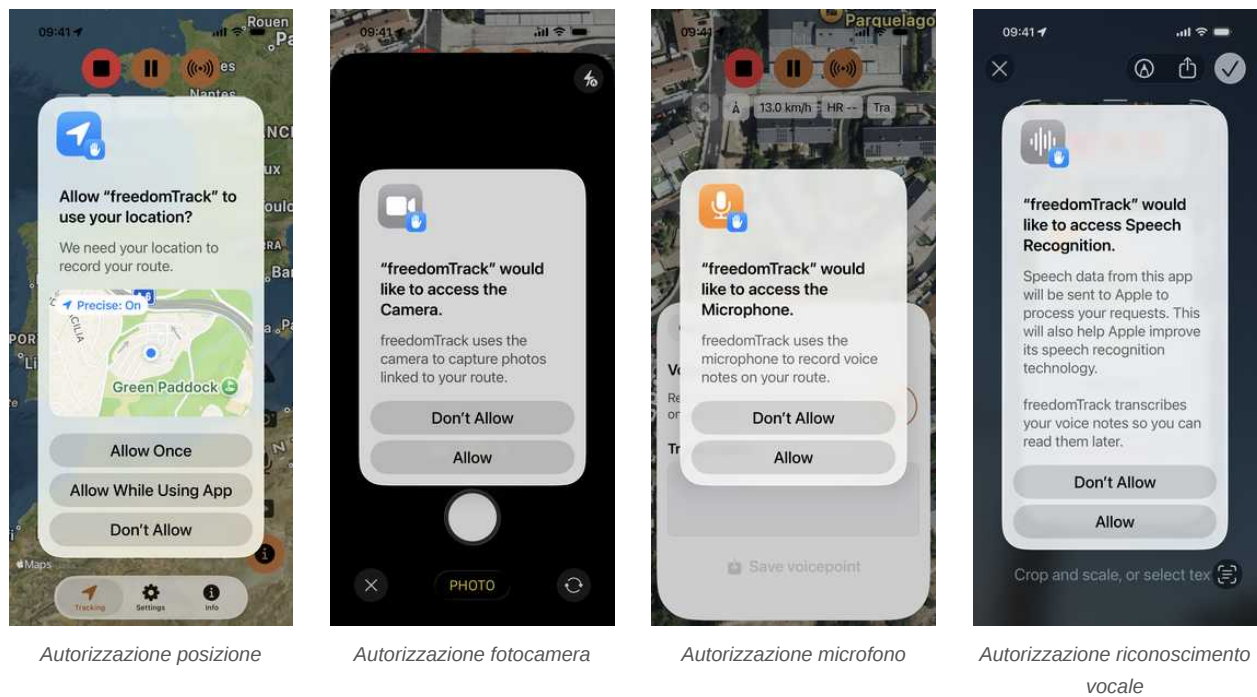
**FreedomTrack** è un'app iOS per il tracciamento GPS dei percorsi. Consente di registrare attività all'aperto (corsa, ciclismo, escursionismo, camminata, sci), allegare foto e note vocali al percorso, condividere link alla posizione in diretta con altri e rivedere o esportare le proprie tracce in seguito.

# 2. Primo avvio e autorizzazioni

FreedomTrack richiede le seguenti autorizzazioni di sistema la prima volta che viene utilizzata ciascuna funzione. Concederle è necessario affinché la funzione corrispondente funzioni.

| Autorizzazione            | Quando viene richiesta                                     | Scopo                                   |
|---------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| **Posizione**             | All'avvio della prima registrazione                        | Traccia la posizione GPS in tempo reale |
| **Fotocamera**            | Toccando il pulsante fotocamera durante la registrazione   | Collega le foto al percorso             |
| **Microfono**             | Toccando il pulsante punto vocale durante la registrazione | Registra le note vocali                 |
| **Riconoscimento vocale** | Dopo aver concesso l'accesso al microfono                  | Trascrive le note vocali in testo       |

**Suggerimento:** Scegli **Consenti durante l'uso** per la Posizione in modo che il percorso venga registrato continuamente senza interruzioni.



### 3. Navigazione principale

L'app ha tre schede nella parte inferiore dello schermo:

| Scheda           | Icona               | Descrizione                           |
|------------------|---------------------|---------------------------------------|
| **Tracce**       | Figura di corridore | Elenco di tutti i percorsi registrati |
| **Impostazioni** | Ingranaggio         | Preferenze e configurazione dell'app  |
| **Info**         | Cerchio-i           | Piani di abbonamento e assistenza     |

La scheda **Tracciamento** (icona bussola/mappa) appare automaticamente mentre è in corso una registrazione.

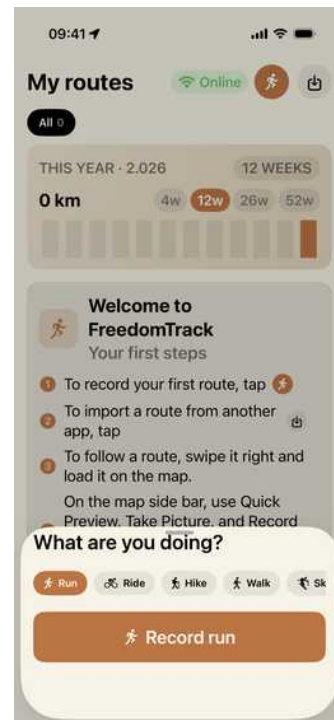
### 4. Registrazione di un percorso

1. Apri la scheda **Tracce**.
2. Tocca l'**icona del corridore** in alto a destra dello schermo.
3. Appare un pannello inferiore che chiede **"Cosa stai facendo?"** — scegli la tua attività:
  - Corsa • Ciclismo • Escursionismo • Camminata • Sci • E-Bike • Auto • Caccia • Trattore • e altro
4. Tocca **Registra [attività]** (es. *Registra corsa*).
5. Se richiesto, concedi l'autorizzazione **Posizione**. Scegli **Consenti durante l'uso** per un tracciamento senza interruzioni.

6. La mappa si apre e la registrazione inizia immediatamente.



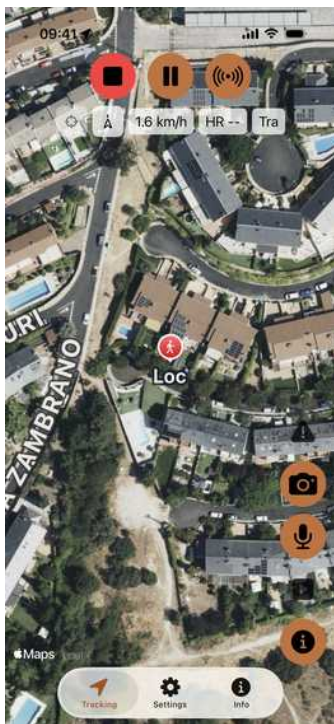
I miei percorsi — schermata principale



Selettore attività

## 5. Controlli della schermata di tracciamento

Durante la registrazione sono visibili i seguenti controlli:



Mappa con registrazione attiva



Indicatori foto e punto vocale sulla mappa

Barra degli strumenti superiore

| Pulsante                    | Azione                                                          |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| **Quadrato rosso (Stop)**   | Ferma e chiude la registrazione corrente                        |
| **Pausa arancione (Pausa)** | Mette in pausa temporaneamente la registrazione                 |
| **Icona antenna/segnale**   | Avvia il tracciamento in diretta e genera un link condivisibile |

Barra delle statistiche (sotto la barra degli strumenti superiore)

Mostra dati in tempo reale: orientamento bussola • velocità (km/h) • frequenza cardiaca (FC) • info traccia (Tra)

Pulsanti flottanti sul lato destro

| Pulsante             | Azione                                                               |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------|
| **Icona fotocamera** | Scatta una foto collegata alla posizione attuale                     |
| **Icona microfono**  | Registra una nota vocale (Punto vocale)                              |
| **Icona info (i)**   | Visualizza i dettagli del tracciamento in diretta                    |
| **Icona gruppo**     | Apri il pannello Group Ride (visibile quando un Group Ride è attivo) |

## Indicatori sulla mappa

- **Pulsante play verde** — Punto di partenza del percorso
- **Figura corridore (Loc)** — La tua posizione attuale
- **Icona fotocamera sulla mappa** — Foto scattata in quella posizione
- **Icona microfono sulla mappa** — Punto vocale registrato in quella posizione

## 6. Tracciamento in diretta

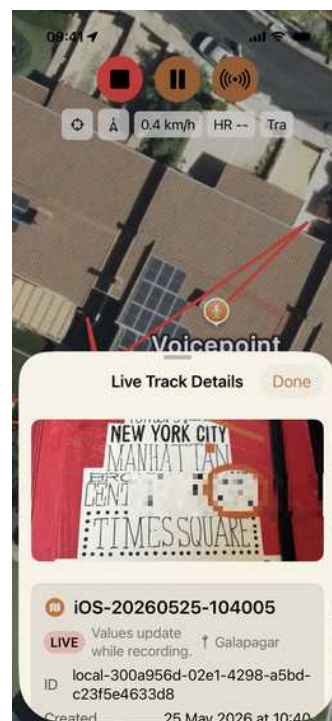
Il tracciamento in diretta consente ad altre persone di seguire il tuo movimento in tempo reale.

1. Durante una registrazione, tocca l'**icona antenna/segnale** nella barra degli strumenti superiore.
2. Una finestra di dialogo conferma: "Verrà inviato un link con l'ID della traccia corrente. Nella schermata successiva, scegli quale app utilizzare per condividerlo."
3. Tocca **Sì**.
4. Si apre il pannello di condivisione iOS — scegli qualsiasi app (WhatsApp, Messaggi, Mail, ecc.) per inviare il link.
5. Il destinatario tocca il link e si apre in FreedomTrack, mostrando la tua posizione in diretta.

**Nota:** Il ritardo del tracciamento in diretta dipende dal tuo piano (5 minuti con Gratuito, 1 minuto con Expert).



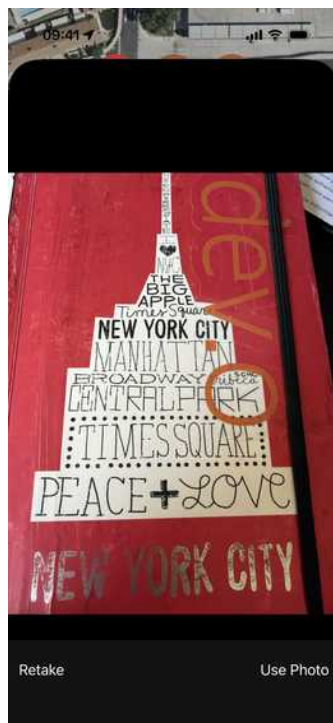
Conferma tracciamento in diretta



Pannello dettagli traccia in diretta

## 7. Scattare foto durante un percorso

1. Durante una registrazione, tocca l'**icona della fotocamera** sul lato destro dello schermo.
2. Se richiesto, tocca **Consenti** per concedere l'accesso alla fotocamera.
3. Si apre il mirino della fotocamera. Scatta la foto.
4. Tocca **Usa foto** per allegarla al percorso nella tua posizione GPS attuale, oppure **Rifai** per riprovare.
5. La foto appare come un indicatore a spillo fotocamera sulla mappa nella posizione esatta in cui è stata scattata.



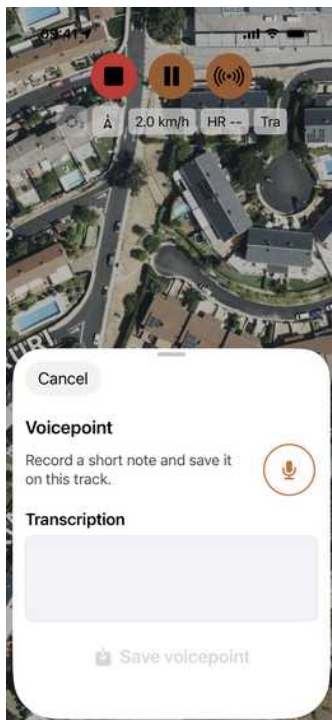
Mirino della fotocamera

## 8. Punti vocali (Note vocali)

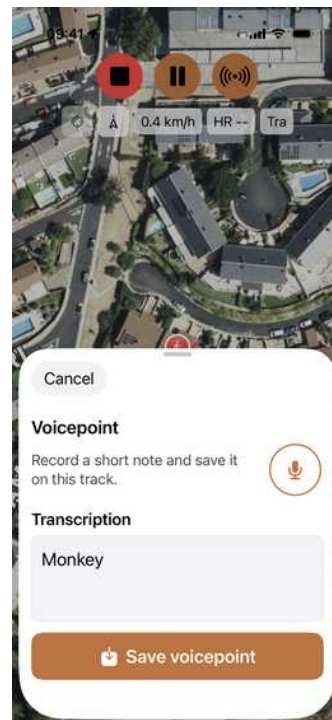
I punti vocali consentono di registrare brevi note parlate che vengono salvate nel percorso e trascritte in testo.

1. Durante una registrazione, tocca l'**icona del microfono** sul lato destro dello schermo.
2. Se richiesto, concedi le autorizzazioni **Microfono** e **Riconoscimento vocale**.
3. Il pannello **Punto vocale** scorre verso l'alto. Tocca il **pulsante microfono** per avviare la registrazione.
4. Parla la tua nota. La trascrizione appare nel campo **Trascrizione** in tempo reale.
5. Tocca **Salva punto vocale** per allegarlo al percorso nella tua posizione attuale.
6. Per annullare, tocca **Annulla**.

Il punto vocale appare come un indicatore a spillo microfono sulla mappa dove è stato registrato.



Pannello punto vocale

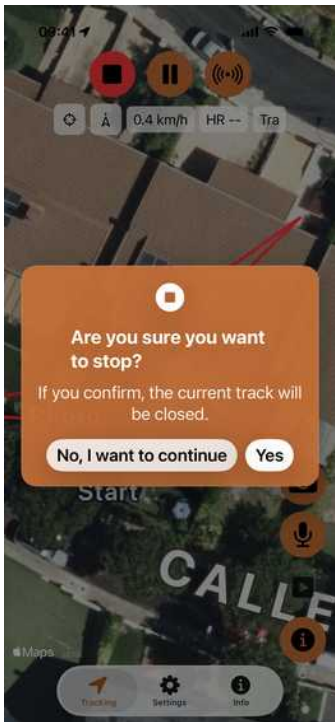


Trascrizione pronta per il salvataggio

## 9. Arresto di una registrazione

1. Tocca il pulsante **quadrato rosso (Stop)** nella barra degli strumenti superiore.
2. Appare una finestra di dialogo di conferma: *"Sei sicuro di voler interrompere? Se confermi, la traccia corrente verrà chiusa."*
3. Tocca **Sì** per fermare e salvare, oppure **No, voglio continuare** per riprendere.

Dopo l'arresto, il percorso viene salvato e appare nell'elenco **Tracce** con lo stato **Solo locale**.



Finestra di dialogo di conferma arresto

## 10. I miei percorsi

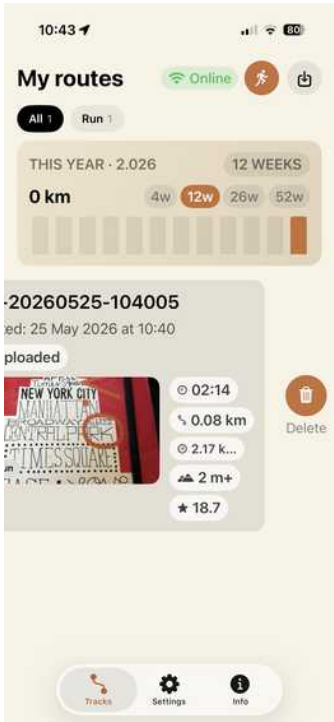
La scheda **Tracce** mostra tutti i percorsi registrati.



Scheda percorso — Solo locale



Scorri sinistra: Condividi / Rinomina / Mappa



Scorri ancora: Elimina

### Filtri per attività

Tocca **Tutti** o un chip di attività specifico (es. *Corsa 1*) per filtrare l'elenco.

### Barra del riepilogo annuale

Mostra la distanza totale per l'anno corrente (2026) con opzioni di finestra temporale: **4s • 12s • 26s • 52s**.

### Informazioni sulla scheda percorso

Ogni scheda mostra:

- **Nome del percorso** (generato automaticamente come iOS-AAAAMMGG-HHMMSS, modificabile)
- **Data e ora di creazione**
- **Badge di stato:** Solo locale • Caricamento... • Caricato • Condiviso
- **Foto di copertina** (se è stata scattata una foto durante il percorso)
- **Statistiche:** Durata • Distanza • Velocità media • Dislivello positivo • Punteggio (dopo il caricamento)

### Azioni di scorrimento su una scheda percorso

| Direzione di scorrimento                       | Azioni rivelate              |
|------------------------------------------------|------------------------------|
| Scorri verso <b>**sinistra**</b>               | Condividi • Rinomina • Mappa |
| Scorri ulteriormente verso <b>**sinistra**</b> | Elimina                      |

## 11. Dettagli e azioni del percorso

Tocca una scheda percorso per aprire i **Dettagli traccia**.

| Azione               | Descrizione                                                                           |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>**Esporta**</b>   | Esporta il file del percorso in formato GPX, GeoJSON o CSV                            |
| <b>**Condividi**</b> | Condividi un link alla mappa FreedomTrack via AirDrop, Messaggi, Mail, WhatsApp, ecc. |
| <b>**Rinomina**</b>  | Imposta un nome personalizzato per il percorso                                        |
| <b>**Elimina**</b>   | Rimuove definitivamente il percorso                                                   |

Il pannello dei dettagli mostra anche l'**ID** univoco del percorso e lo stato dello snapshot (**SALVATO** — *Snapshot storico di questa traccia*).



Pannello dettagli traccia

---

## 12. Caricamento di un percorso

Dopo l'arresto di una registrazione, il percorso viene archiviato localmente. Per eseguirne il backup sul server FreedomTrack:

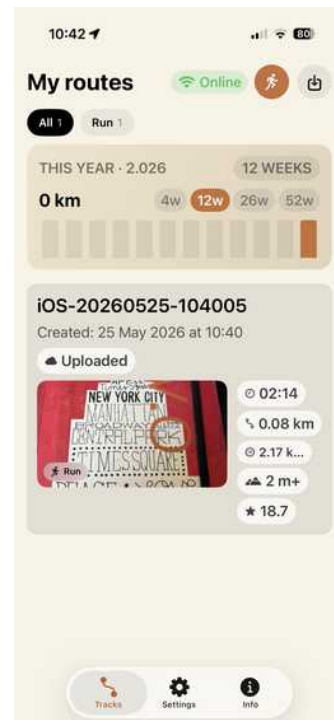
1. Sulla scheda percorso, tocca il pulsante **Carica** (icona nuvola).
2. Lo stato cambia in **Caricamento...** e poi in **Caricato** una volta completato.
3. I percorsi caricati ricevono un **punteggio** (visibile come valutazione a stelle sulla scheda).

*Il caricamento richiede una connessione a Internet ed è soggetto al limite di tracce del tuo piano.*

---



Caricamento in corso



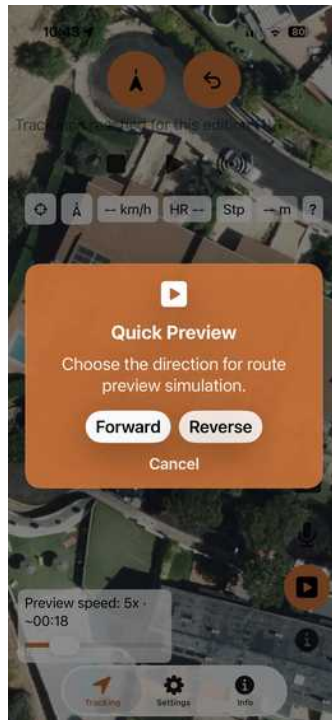
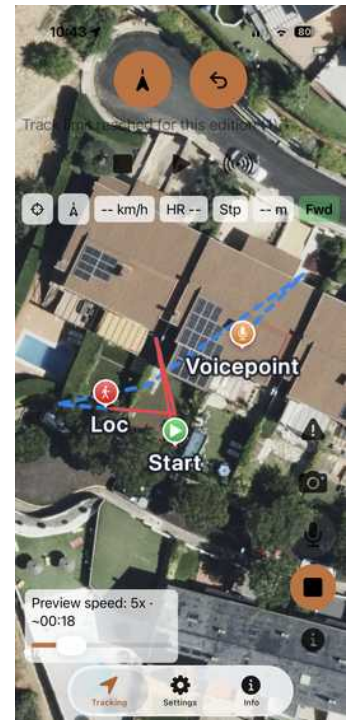
Caricamento completato

---

## 13. Anteprima rapida (Riproduzione percorso)

L'anteprima rapida simula il percorso sulla mappa come un'animazione.

1. Apri la scheda **Tracciamento** mentre un percorso salvato è caricato sulla mappa (scorri la scheda percorso verso destra per caricarlo).
  2. Tocca il **pulsante play** (arancione, in basso a destra).
  3. Scegli una direzione: **Avanti** o **Indietro**.
  4. L'animazione viene riprodotta, spostando un indicatore lungo il percorso e mostrando i segnaposto Foto e Punto vocale nelle posizioni registrate.
  5. Un indicatore di **velocità anteprima** (es. 5x • ~00:18) è mostrato in basso a sinistra.
  6. Usa la **freccia indietro** (in alto a destra) per reimpostare la posizione.
-

*Anteprima in riproduzione sulla mappa**Finestra di dialogo direzione**Anteprima in avanti con indicatori*

## 14. Esportare un percorso

1. Apri i **Dettagli traccia** del percorso che vuoi esportare.
2. Tocca **Esporta**.
3. Scegli un formato:
  - **GPX** — Formato standard di scambio GPS, compatibile con la maggior parte delle app di cartografia (Wikiloc, MEB/IGN, ecc.)
  - **GeoJSON** — Formato geospaziale aperto, utile per la cartografia web
  - **CSV** — Valori separati da virgola, utile per l'analisi dei dati
4. Si apre il pannello di condivisione iOS. Scegli un'app o un'azione per salvare o inviare il file.



Selettore formato di esportazione



Pannello di condivisione iOS con file GPX

## 15. Condividere un percorso

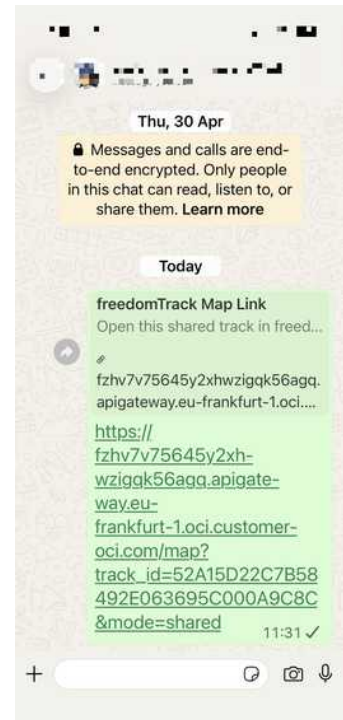
1. Apri i **Dettagli traccia** del percorso.
2. Tocca **Condividi**.
3. Si apre il pannello di condivisione iOS con un **Link alla mappa FreedomTrack**.
4. Seleziona l'app di destinazione (AirDrop, Messaggi, Mail, WhatsApp, ecc.).
5. Il destinatario riceve un URL. Toccandolo, si apre in FreedomTrack e mostra il percorso su una mappa.



Pannello condivisione link mappa



Invio via WhatsApp



Link ricevuto in WhatsApp

## Avviso sulla privacy

Quando si condivide un track che contiene foto con volti o persone riconoscibili, FreedomTrack analizza automaticamente le immagini e mostra un dialogo di **Avviso sulla privacy** prima di procedere:

- **Contenuto rilevato:** numero di volti e persone identificate nelle foto del track.
- **Livello di rischio per la privacy:** valutato come Basso, Medio o Alto in base al contenuto rilevato.
- Tocca **Annulla** per interrompere la condivisione, o **Continua** per procedere.

*Questo avviso aiuta a evitare la condivisione accidentale di contenuti visivi sensibili.*



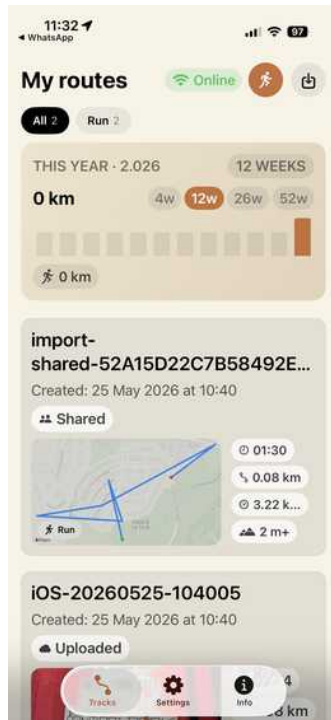
Avviso sulla privacy — rilevamento volti prima della condivisione

---

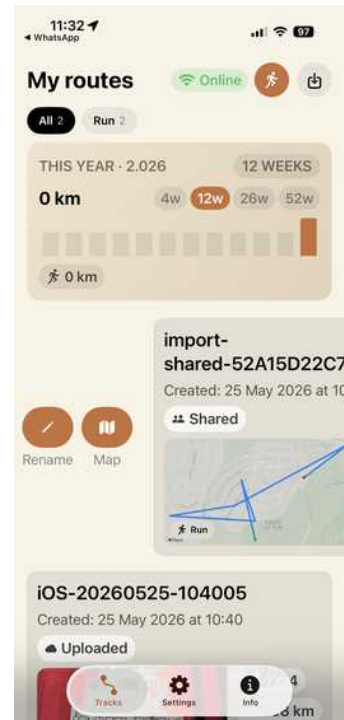
## 16. Importare un percorso

Per importare un file di percorso da un'altra app:

1. Dalla scheda **Tracce**, tocca l'**icona di importazione** (freccia di caricamento, angolo in alto a destra dello schermo).
  2. In alternativa, apri il file da un'altra app e scegli **FreedomTrack** come destinazione tramite il pannello di condivisione iOS.
  3. Il percorso importato appare nell'elenco con il prefisso `import-shared-...` e il badge **Condiviso**.
-



Percorso condiviso importato nell'elenco



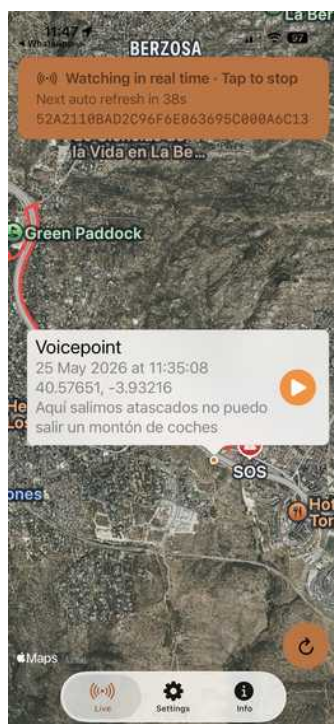
Azioni scorrimento su percorso condiviso

---

## 17. Ricevere un link di percorso condiviso

Se qualcuno ti invia un link alla mappa FreedomTrack (es. tramite WhatsApp):

1. Tocca il link nel messaggio.
2. FreedomTrack si apre automaticamente e carica il percorso condiviso.
3. Il percorso appare nel tuo elenco **Tracce** con il badge **Condiviso**.
4. Puoi visualizzare il percorso sulla mappa, rinominarlo o vedere tutte le statistiche e i punti di passaggio.



Vista in diretta — dettaglio punto vocale



Vista in diretta — percorso con indicatori

## Guardare un percorso in diretta in tempo reale

Se il mittente ha condiviso il link **durante una registrazione attiva**, l'app passa alla scheda **In diretta** e guardi il suo movimento in tempo reale.

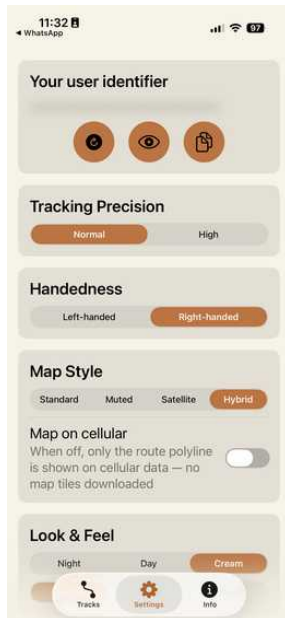
### Interfaccia della vista in diretta:

- Un **banner arancione** in alto recita *"Stai guardando in tempo reale • Tocca per interrompere"* con un conto alla rovescia al prossimo aggiornamento automatico (es. *Prossimo aggiornamento automatico in 38s*). L'ID della traccia osservata è mostrato sotto.
- Il **percorso** del mittente è disegnato come una polilinea colorata sulla mappa, aggiornata automaticamente a ogni ciclo di aggiornamento.
- Un **pulsante di aggiornamento** (freccia circolare, in basso a destra) consente di forzare un aggiornamento immediato senza attendere il conto alla rovescia.
- I **segnaposto punti vocali** (icona microfono) appaiono sulla mappa ovunque il mittente abbia registrato una nota vocale. Tocca qualsiasi segnaposto per vedere:
  - Data e ora della registrazione
  - Coordinate GPS
  - Il **testo trascritto** della nota
  - Un **pulsante play** per ascoltare la registrazione audio originale
- Tocca il banner arancione o il prompt **"Tocca per interrompere"** per smettere di guardare e tornare alla normale vista mappa.

*La frequenza degli aggiornamenti in diretta dipende dal piano del mittente (ritardo di 5 minuti con Gratuito, ritardo di 1 minuto con Expert).*

## 18. Impostazioni

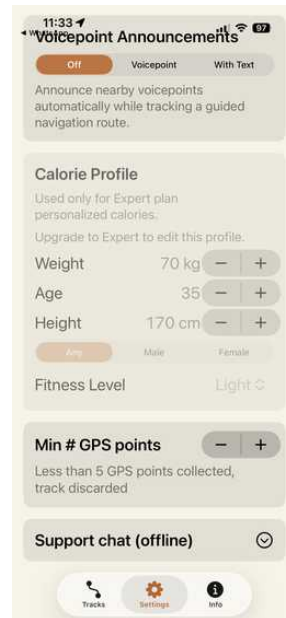
Accessibile tramite la scheda **Impostazioni** (icona ingranaggio).



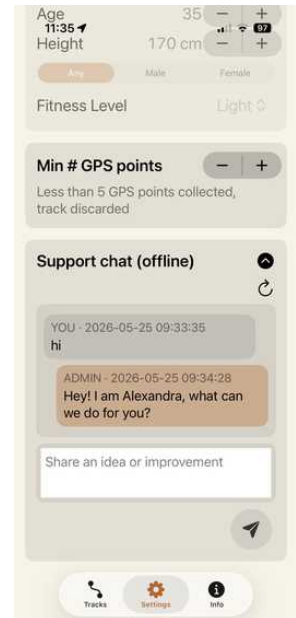
Impostazioni — sezione superiore



Impostazioni — Aspetto / Voce



Impostazioni — Profilo calorico / GPS



Impostazioni — Chat assistenza

### Il tuo identificatore utente

Un ID univoco assegnato alla tua istanza dell'app. Usa le icone accanto per:

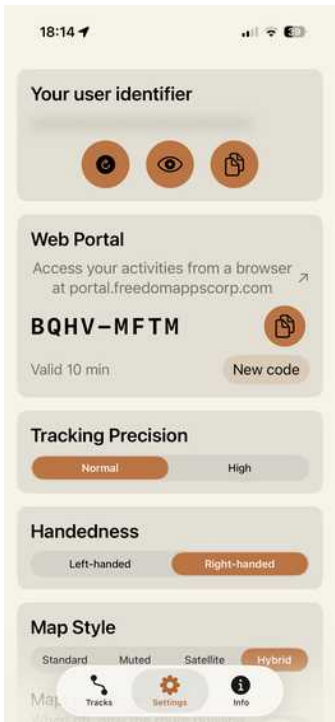
- **Aggiornare** l'identificatore
- **Visualizzarlo** per intero
- **Copiarlo** negli appunti

### Web Portal

Fornisce un accesso rapido dal browser al Portale Attività su **portal.freedomappscorp.com**.

- Viene visualizzato un **Codice di accesso** temporaneo nel formato xxxx-xxxx, valido **10 minuti**.
- Tocca l'**icona di copia** per copiare il codice negli appunti.
- Tocca **Nuovo codice** per generare un nuovo codice quando quello attuale scade.

Usa questo codice per accedere al portale web — nessun ID sessione richiesto.



Impostazioni — Web Portal, codice di accesso temporaneo

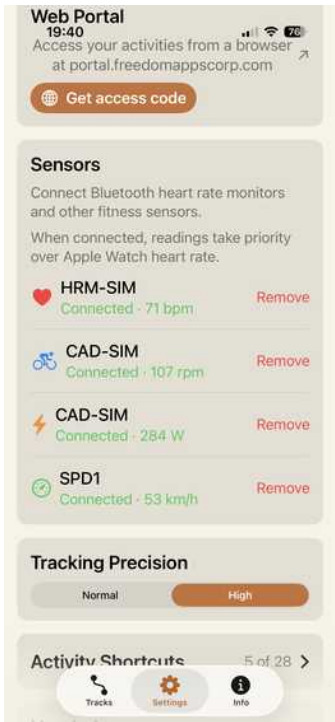
Sensori

Connetti monitor della frequenza cardiaca Bluetooth e altri sensori fitness dalla sezione **Sensori** in Impostazioni. Quando un sensore Bluetooth è connesso, i suoi dati hanno la priorità sui dati dell'Apple Watch.

Tipi di sensori supportati:

| Tipo di sensore                 | Dati forniti              |
|---------------------------------|---------------------------|
| **HRM** (Monitor FC)            | Frequenza cardiaca (bpm)  |
| **CAD** (Sensore di cadenza)    | Cadenza di pedalata (rpm) |
| **CAD** (Misuratore di potenza) | Potenza (W)               |
| **SPD** (Sensore di velocità)   | Velocità (km/h)           |

Tocca **Rimuovi** accanto a un sensore connesso per disconnetterlo.



Impostazioni — sensori Bluetooth connessi

Precisione del tracciamento

| Opzione     | Descrizione                                                 |
|-------------|-------------------------------------------------------------|
| **Normale** | Precisione GPS bilanciata e consumo della batteria moderato |
| **Alta**    | Massima precisione GPS (consumo della batteria più elevato) |

Lateralità

Regola la posizione dei controlli sullo schermo per il comfort:

- Mancino
- Destro

Stile mappa

| Stile         | Descrizione                           |
|---------------|---------------------------------------|
| **Standard**  | Stile Apple Maps predefinito          |
| **Attenuato** | Basso contrasto, colori minimi        |
| **Satellite** | Immagini aeree                        |
| **Ibrido**    | Immagini aeree con etichette stradali |

## Mappa su dati mobili

Quando è **disattivata**, sulla rete cellulare viene disegnata solo la polilinea del percorso su uno sfondo bianco — non vengono scaricate tessere della mappa, risparmiando dati mobili.

## Aspetto

- **Tema:** Notte • Giorno • Crema
- **Colore di accento:** Arancione • Verde • Blu

## Trascrizione vocale

Imposta la lingua utilizzata per trascrivere i punti vocali. Il valore predefinito è **Auto (Dispositivo)**, che utilizza la lingua di sistema del dispositivo.

## Guida vocale agli incroci

Quando è **attiva**, l'app enuncia ad alta voce le istruzioni di svolta imminenti durante la navigazione guidata.

## Annunci punti vocali

Controlla come vengono annunciati i punti vocali nelle vicinanze durante la navigazione guidata:

| Opzione          | Comportamento                                       |
|------------------|-----------------------------------------------------|
| **Disattivato**  | Nessun annuncio                                     |
| **Punto vocale** | Segnale sonoro al passaggio di un punto vocale      |
| **Con testo**    | Legge ad alta voce la trascrizione del punto vocale |

## Profilo calorico (*piano Expert*)

Inserisci i tuoi dati fisici per ottenere stime personalizzate delle calorie:

- **Peso** (kg) • **Età** • **Altezza** (cm) • **Sesso** • **Livello di forma fisica**

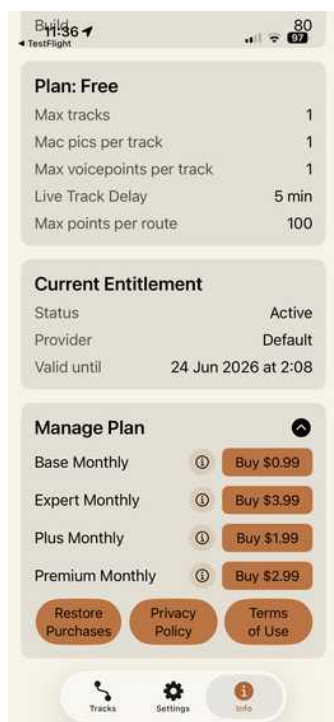
## N. min di punti GPS

Il numero minimo di punti GPS necessari per mantenere una traccia registrata. Le tracce con meno punti di questa soglia vengono automaticamente scartate.

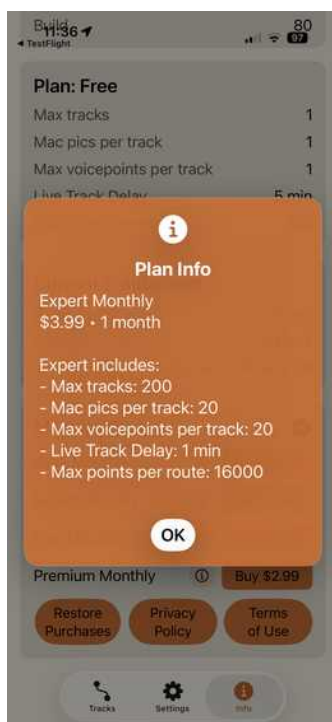
---

## 19. Piani e abbonamenti

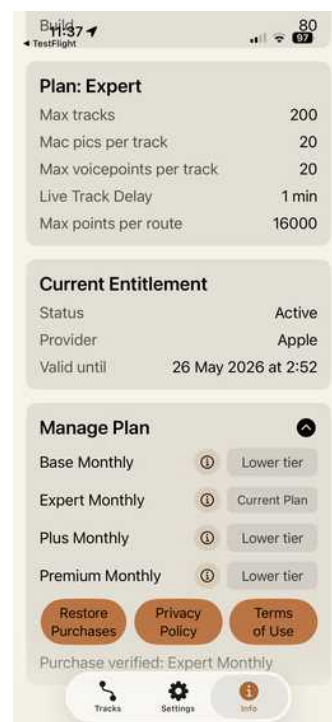
Accessibile tramite la scheda **Info**.



Dettagli piano Gratuito



Info piano Expert



Piano attivato

## Confronto dei piani

Per un confronto completo e aggiornato di tutti i piani e le funzionalità disponibili, visita:

<https://freedomtrack.freedomappscorp.com/plans/>

## Gestione dell'abbonamento

- **Acquista** — Abbonati al piano selezionato.
- **Ripristina acquisti** — Ripristina un abbonamento acquistato in precedenza su un nuovo dispositivo.
- **Informativa sulla privacy** — Apre l'informativa sulla privacy dell'app.
- **Termini di utilizzo** — Apre i termini di servizio dell'app.

La sezione **Diritto corrente** mostra lo stato del piano attivo, il provider (Apple / Predefinito) e la data di scadenza.

## 20. Assistenza

FreedomTrack include una chat di assistenza integrata accessibile da **Impostazioni** → **Chat di assistenza**.

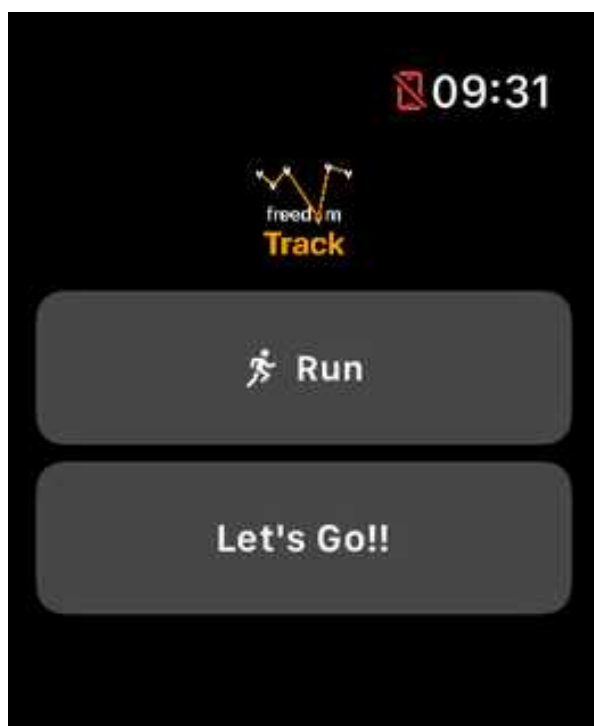
- Digita la tua domanda o commento nel campo di testo e tocca il pulsante **invia**.
- Le risposte dell'assistenza appaiono nel thread della chat.

- La chat può essere disponibile **offline** (le risposte vengono consegnate quando viene ripristinata la connessione).

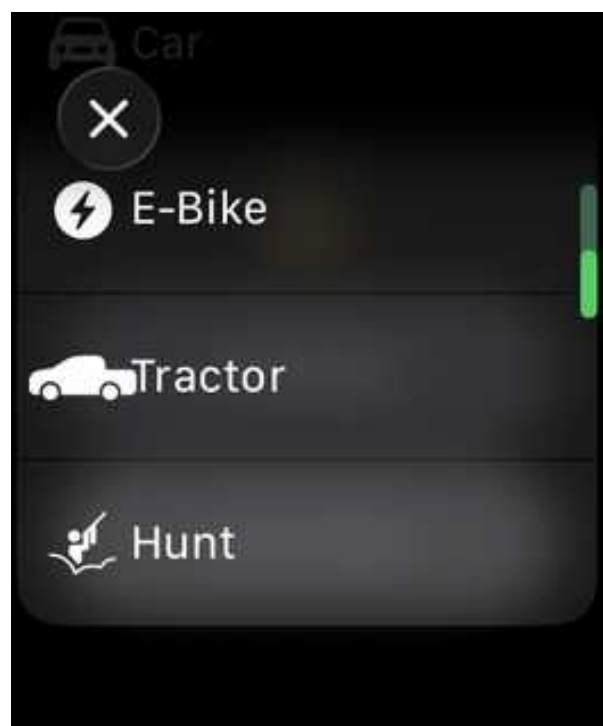
## 21. App Apple Watch

L'app Apple Watch di FreedomTrack ti permette di avviare, controllare e fermare le registrazioni GPS direttamente dal polso, senza toccare l'iPhone.

**Requisiti:** Apple Watch abbinato a un iPhone con FreedomTrack installato. L'app Watch si installa automaticamente insieme all'app iPhone.



App Watch — schermata di avvio



Selettore attività (lista estesa)

### Avviare una registrazione dall'Apple Watch

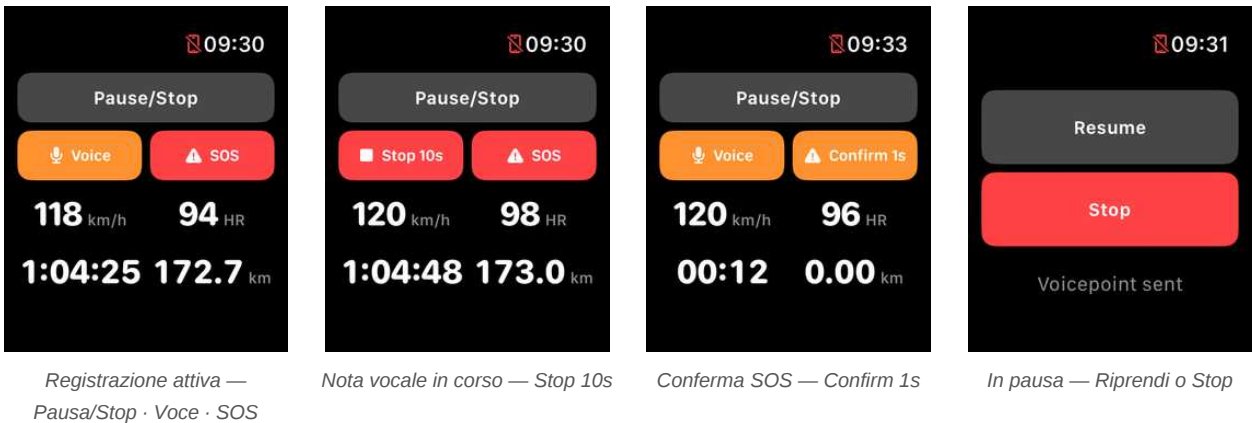
1. Apri l'app **FreedomTrack** sul tuo Apple Watch.
2. La schermata di avvio mostra il logo FreedomTrack, l'**Attività** selezionata (predefinita: Corsa) e il pulsante **Let's Go!!**.
3. Per cambiare attività, tocca il pulsante dell'attività. Appare un elenco scorrevole: **Corsa • Ciclismo • Escursionismo • Camminata • Sci • E-Bike • Auto • Caccia • Trattore** (scorri per altre). Tocca per selezionare.
4. Tocca **Let's Go!!** per iniziare. Il Watch si connette all'iPhone e la registrazione GPS inizia immediatamente.

### Controlli del Watch durante la registrazione

Durante la registrazione il Watch mostra due pulsanti di azione e un pannello statistiche in tempo reale:

| Controllo                             | Descrizione                                                          |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <b>**Pausa/Stop**</b> (grigio, sopra) | Tocca per accedere alle opzioni di pausa e arresto                   |
| <b>**Voce**</b> (arancione, sinistra) | Avvia la registrazione di un punto vocale alla posizione GPS attuale |
| <b>**SOS**</b> (rosso, destra)        | Invia un avviso di emergenza                                         |

Il pannello statistiche mostra in tempo reale: **velocità (km/h) • frequenza cardiaca (FC) • tempo trascorso • distanza (km)**



## Registrazione un punto vocale dal Watch

Tocca **Voce** per avviare la registrazione. Durante la registrazione della nota:

- Il pulsante **Voce** viene sostituito da un conto alla rovescia **Stop 10s** — la nota viene salvata automaticamente dopo 10 secondi, oppure tocca **Stop 10s** per salvarla immediatamente.
- Il pulsante **SOS** rimane disponibile.

## Inviare un avviso SOS

Tocca **SOS** durante la registrazione. Una schermata di conferma sostituisce il pulsante SOS con **Confirm 1s** — un conto alla rovescia di 1 secondo. Tocca **Confirm 1s** per inviare l'avviso, o attendi la fine del conto alla rovescia per annullare.

## Stato di pausa

Tocca **Pausa/Stop** per mettere in pausa la registrazione. La schermata passa a:

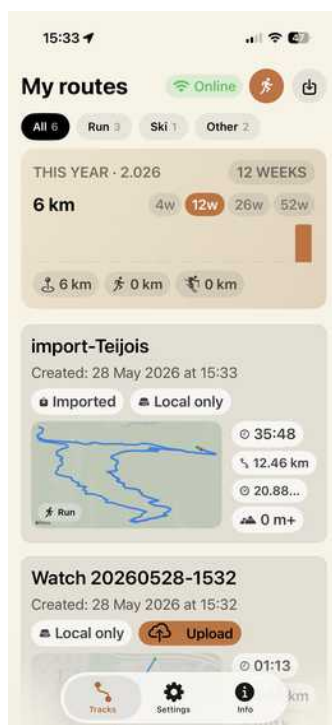
| Controllo                                 | Descrizione                      |
|-------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>**Riprendi**</b> (grigio, sopra)       | Continua la registrazione        |
| <b>**Stop**</b> (rosso, larghezza intera) | Termina e salva la registrazione |

Il messaggio **"Punto vocale inviato"** appare brevemente dopo il salvataggio riuscito di una nota vocale.

## Track creato dal Watch

Quando una registrazione viene fermata sul Watch, il track viene trasferito all'iPhone e appare nell'elenco **Tracce** con il nome watch AAAAMMGG-HHMM e lo stato **Solo locale**. Può poi essere caricato, condiviso o esportato come qualsiasi altro track.

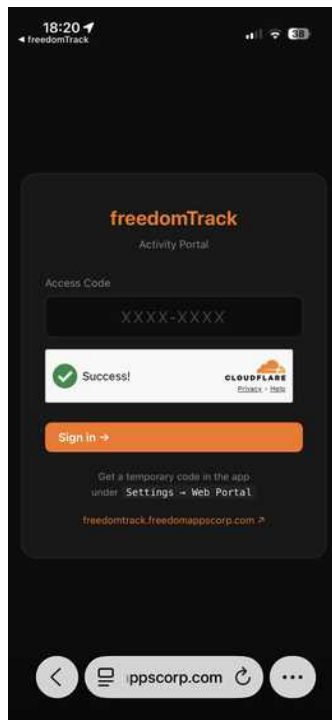
**Nota:** Il tracciamento in diretta e il Group Ride devono essere avviati dall'app iPhone. L'app Watch è incentrata sul controllo della registrazione e sui punti vocali.



Track creato dal Watch in I miei percorsi

## 22. Portale Attività (Web)

Il **Portale Attività FreedomTrack** è una dashboard web dove puoi rivedere, analizzare ed esplorare i tuoi percorsi caricati da qualsiasi browser, su qualsiasi dispositivo.



Portale Attività — accesso

## Accesso

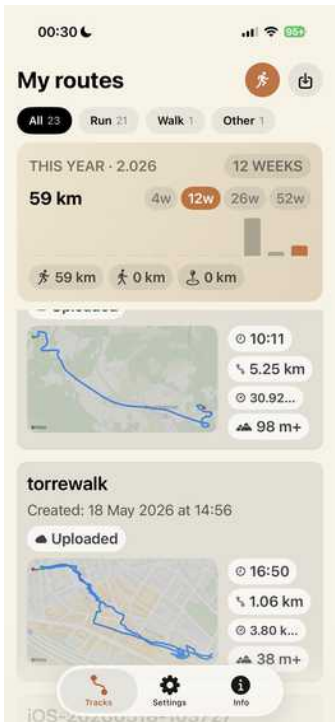
1. Apri **portal.freedomappscorp.com** nel browser.
2. Ottieni un **Codice di accesso** temporaneo nell'app sotto **Impostazioni** → **Web Portal**. Il codice è nel formato **xxxx-xxxx** e valido per **10 minuti**. Tocca **Nuovo codice** se è scaduto.
3. Inserisci il codice nel campo **Codice di accesso**. La protezione anti-bot di Cloudflare valida automaticamente.
4. Clicca su **Accedi** →.

## La mia attività — Track

Dopo l'accesso, la schermata **La mia attività** mostra:

- Riquadri di distanza totale **Quest'anno** e **Anno scorso**.
- Un elenco di **TRACK** con ogni percorso caricato: nome • data • tipo di attività • distanza • stato (**CHIUSO**) • icona stella per i track con punteggio.

Tocca qualsiasi riga per aprire i dettagli completi.



La mia attività — elenco track

Dettagli del track

La vista di dettaglio comprende diverse sezioni:

**Mappa e grafici:** mappa interattiva con il percorso completo come polilinea colorata e grafici delle prestazioni — **Altitudine (m)** (arancione) e **Velocità (km/h)** (blu) lungo il percorso.

INFO:

| Campo     | Descrizione                                             |
|-----------|---------------------------------------------------------|
| ID track  | Identificatore univoco del server                       |
| Creato    | Data e ora di inizio della registrazione                |
| Chiuso    | Data e ora di fine della registrazione                  |
| Attività  | Tipo di attività (Corsa, Ciclismo, Escursionismo, ecc.) |
| Punti GPS | Numero totale di punti GPS registrati                   |

**PRESTAZIONI:** Distanza • Velocità media • Foto • Note vocali • Avvisi SOS.

**TEMPO:** Tempo totale • Tempo in pausa • Tempo in movimento.

**ALTITUDINE:** Altitudine iniziale • Altitudine finale • Ascesa totale (↑) • Discesa totale (↓).



Mappa del percorso e grafici delle prestazioni



Statistiche, altitudine e analisi AI

## Analisi AI e Splits per km

**ANALISI AI** fornisce un **punteggio di prestazione** numerico e note di qualità automatiche:

- Disponibilità di dati sulla frequenza cardiaca per migliorare il punteggio
- Segmenti GPS/velocità anomali rilevati nel flusso
- Suggerimenti per migliorare l'affidabilità del punteggio (es.: *Aggiungi campioni di frequenza cardiaca*)

La tabella dei **Splits per km** suddivide il percorso in segmenti da 1 km: numero • distanza • tempo • passo • velocità media • FC media.

In fondo, **FOTO** mostra miniature di tutte le foto scattate durante il percorso.



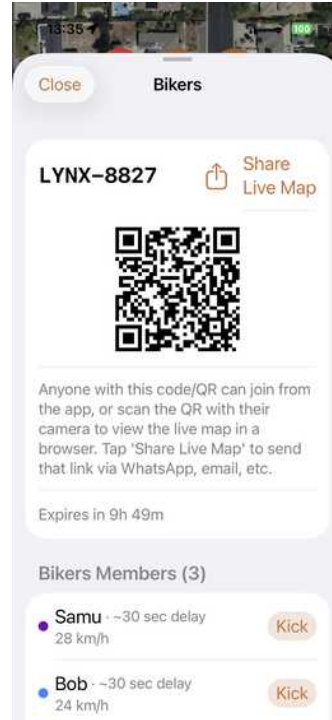
Analisi AI, splits per km e foto

## 23. Group Ride

Group Ride consente a più utenti di tracciare e seguire le reciproche posizioni GPS in tempo reale su una mappa condivisa durante un'attività di gruppo, senza dover scambiare numeri di telefono.



Group Ride — mappa in diretta con posizioni dei membri



Pannello di gruppo — codice, QR e lista dei membri

### Creare un gruppo

1. Avvia una registrazione nella schermata **Tracciamento**.
2. Tocca l'**icona gruppo** (pulsante con tre persone, in basso a destra della mappa).
3. Assegna un nome al gruppo (es. *Ciclisti*).
4. Il **pannello gruppo** si apre e mostra:
  - Un breve **codice gruppo** nel formato LYNX-XXXX.
  - Un **codice QR** che gli altri possono scansionare per unirsi.
  - Un pulsante **Condividi mappa in diretta** per inviare il link via WhatsApp, e-mail, ecc.
  - Un **tempo di scadenza** — la sessione del gruppo dura circa 10 ore.

### Unirsi a un gruppo

Ci sono tre modi per unirsi a un Group Ride attivo:

- **Tramite codice** — Inserisci il codice LYNX-XXXX nell'app FreedomTrack.
- **Tramite QR** — Scansiona il codice QR con la fotocamera dell'iPhone. Apre la mappa in diretta direttamente in FreedomTrack.
- **Tramite link** — Tocca il link condiviso per aprire la mappa in diretta nel browser o nell'app.

## Mappa del gruppo in diretta

Una volta che i membri si sono uniti, tutte le loro posizioni appaiono sulla mappa **Tracciamento** in tempo reale:

- Ogni membro è mostrato come un avatar colorato con il suo **nome**.
- Le posizioni si aggiornano continuamente durante l'attività.
- Gli **avvisi SOS** inviati da qualsiasi membro appaiono come un segnalatore rosso sulla mappa.

## Gestire il gruppo

Tocca l'**icona gruppo** (in basso a destra della mappa, con un badge che indica il numero di membri) per aprire il pannello del gruppo in qualsiasi momento:

| Campo                                 | Descrizione                                                           |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <b>**Codice gruppo**</b>              | Il codice `LYNX-XXXX` che gli altri usano per unirsi                  |
| <b>**Codice QR**</b>                  | Codice scansionabile per unirsi dall'app o visualizzare in un browser |
| <b>**Condividi mappa in diretta**</b> | Apri il foglio di condivisione iOS per inviare il link                |
| <b>**Scade tra**</b>                  | Tempo rimanente prima della chiusura della sessione del gruppo        |
| <b>**Lista membri**</b>               | Nome · ritardo aggiornamento approssimativo · velocità attuale (km/h) |
| <b>**Rimuovi**</b>                    | Rimuove un membro specifico dal gruppo                                |

**Nota:** Il tracciamento in diretta e il Group Ride funzionano simultaneamente. I membri che si uniscono tramite browser possono vedere la mappa in diretta ma non possono trasmettere la propria posizione — l'app FreedomTrack è necessaria per la partecipazione completa.