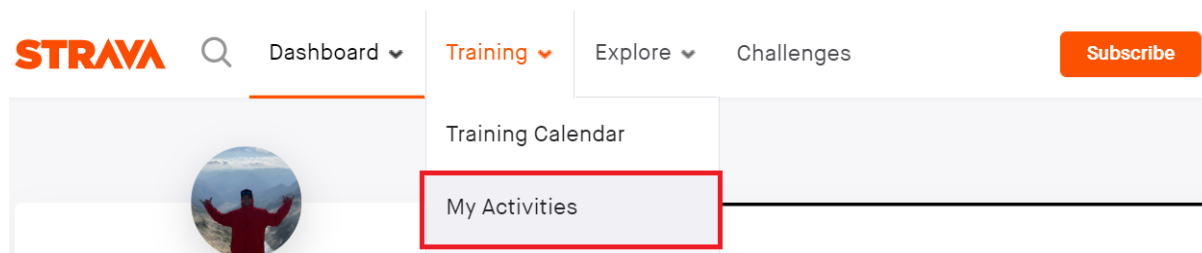


# Instrucciones para descargar los datos de Strava

- 1) Accede a tu cuenta Strava.
- 2) Accede en el menú principal a la sección de "Training" y seguidamente a "My Activities".



- 3) Accede a la actividad haciendo clic en el título de la actividad.
- 4) **Simplemente añade "/export\_tcx" - sin comillas - al final de la URL de tu página de actividad.** Por ejemplo, si tu página de actividad es [www.strava.com/activities/2865391236](https://www.strava.com/activities/2865391236) - sólo tienes que añadir el texto que te da [www.strava.com/activities/2865391236/export\\_tcx](https://www.strava.com/activities/2865391236/export_tcx) y pulsar enter.
- 5) Clasifica las actividades según la disciplina (Por ejemplo: Bicicleta de montaña, bicicleta de carretera, trail running, running, atletismo, padel, ...).
- 6) Repite los pasos del 3) al 5) por cada actividad que quieras añadir a tu carpeta del Google Drive.