

Powerlifting Live

Brukermanual



Versjon 1.30

Innholdsfortegnelse

| | |
|--|----|
| 1. Innledning..... | 3 |
| 1.1 Installasjon..... | 3 |
| 1.2 Starte/avslutte systemet..... | 3 |
| 1.3 Nettverksoppsett..... | 3 |
| 1.4 Generelle råd..... | 3 |
| 2. Funksjonalitet..... | 4 |
| 2.1 Stevneforberedelser..... | 4 |
| 2.1.1 Oppretting av stevne..... | 4 |
| 2.1.2 Innveinger..... | 4 |
| 2.1.3 Puljer..... | 4 |
| 2.1.4 Klubber..... | 4 |
| 2.1.5 Løftere..... | 4 |
| 2.1.6 Stevneinnstillinger..... | 5 |
| 2.1.7 Norgesrekorder..... | 6 |
| 2.1.8 Utskrift av dokumenter..... | 6 |
| 2.2 Operasjoner underveis..... | 7 |
| 2.2.1 Godkjenne/underkjenne løft og registrere rekordforøk..... | 7 |
| 2.2.2 Legge inn høyning..... | 7 |
| 2.2.3 Starte klokken ("stanga klar")..... | 8 |
| 2.2.4 Skifte aktiv pulje..... | 8 |
| 2.2.5 Skifte aktiv øvelse..... | 9 |
| 2.2.6 Nedtelling i minutter/til klokkeslett..... | 9 |
| 2.2.7 Skjermbilder..... | 10 |
| 2.2.8 Direkte resultatpublisering mot internett..... | 11 |
| 2.2.9 Diplom-utskrift..... | 11 |
| 3. Stevnegjennomføring..... | 12 |
| 3.1 Generelle retningslinjer..... | 12 |
| 3.2 Arbeidsflyt..... | 12 |
| 3.3 Samarbeid sekretariat..... | 12 |
| 3.4 Problemløsning ved avvik..... | 13 |
| 3.4.1 Systemet svarer ikke..... | 13 |
| 3.4.2 Løfterekkefølgen er feil..... | 13 |
| 3.4.3 Omforsøk..... | 13 |
| 4. Etter stevnet..... | 13 |
| 4.1 Innsending av stevneprotokoll..... | 13 |
| 5. Anbefalt maskinvare..... | 13 |

1. Innledning

Powerlifting Live er et system for avvikling av styrkeløft-stevner. Det tar for seg oppgaver som resultatservice både online og på stevnearena, tidtaking, utskrift av diplomer, varsling ved rekordforsøk samt skivelasting.

1.1 Installasjon

Systemkrav


Systemet har ingen spesifikke krav til PC-ytelse. En stasjonær PC eller laptop som kjører Windows XP/Vista, vil kunne kjøre stevnesystemet uten problemer. Systemet er basert på internett-teknologi, og for å vise grensesnittet bruker vi en vanlig nettleser. Det er sterkt anbefalt å bruke Opera (www.opera.com) men også Internet Explorer og Google Chrome er testet til å fungere.

Laste ned Powerlifting Live

Programmet kan lastes ned fra <http://live.styrkeloft.no/program/> . Etter å ha kjørt installasjonsprogrammet går man på startmenyen under Powerlifting Live for å starte systemet. Hvis du ved førstegangs oppstart får en advarsel fra brannmur om server/nettverksprogram er det viktig at man tillater at dette får tilgang til internett og ikke blir sperret.

1.2 Starte/avslutte systemet

Systemet startes ved å kjøre Powerlifting Live fra startmenyen. Standard nettleser vil åpnes med administrasjonsgrensesnittet. Hvis man skal bruke en annen nettleser åpner man følgende adresse: <http://127.0.0.1:4001/>

For å avslutte høyreklikker man på programikonet  som befinner seg nederst til høyre på startmenyen og velger *Close Powerlifting Live*.

1.3 Nettverksoppsett

NB! Et oppsett med sammenkobling av flere PC'er anbefales kun for personer som er kyndige på oppsett av nettverk.

Det er mulig å koble sammen flere PC'er hvis man for eksempel skal vise flere skjermbilder. Ved et slikt oppsett over nettverk(enten med kabel eller trådløst) må alle PC'ene være koblet til samme nettverk/router. Det skal kun være en PC som kjører Powerlifting Live, mens de andre PC'ene kobler seg til den som kjører programvaren. For å koble seg til fra andre PC'er må man vite nettverksadressen(IP-adressen) til PC'en som kjører programvaren. Dette gjøres ved å gå på start-menyen, skriv *cmd* og trykk enter. Da får man opp et kommandovindu. Her skriver man kommandoen *ipconfig* . Da får man opp en hel del informasjon, og det som er interessant er delen hvor det står enten "IP-adresse" eller "IPv4-adresse". Dette kan for eksempel være *192.168.0.23*. Det betyr at andre PC'er skal åpne følgende adresse i nettleseren for å kunne koble seg til: *http://192.168.0.23:4001*

1.4 Generelle råd

Stol aldri 100 % på teknologi. Enten det er et Excel-skjema eller stevnesystem som Powerlifting Live, kan feil oppstå. Før derfor alltid resultatene på speakerkort i tillegg, som en backupløsning i tilfelle PC'en krasjer, strømmen går eller andre uforutsette ting skulle oppstå.

2. Funksjonalitet

2.1 Stevneforberedelser

2.1.1 Oppretting av stevne

Stevner opprettes ved å trykke på menypunktet *Nytt stevne*. Her skriver man inn navn for stevnet og passord for å administrere stevnet. Trykk deretter på *Logg inn*, velg stevnet og skriv inn riktig passord.

2.1.2 Innveiinger

I menyen Administrasjon – Innveiinger opprettes ny innveiing ved å klikke i tekstfeltet hvor det står *Tidspunkt*: velg deretter dato og tidspunkt for innveiing og klikk *Opprett*.

2.1.3 Puljer

Puljene opprettes i menypunktet *Puljer*. Hver pulje registreres med kun puljenavn, fortrinnsvis navn i serien *Pulje 1*, *Pulje 2*, *Pulje 3* osv. Navngivingen er viktig siden puljene sorteres alfabetisk for å avgjøre puljerekkefølgen.

2.1.4 Klubber

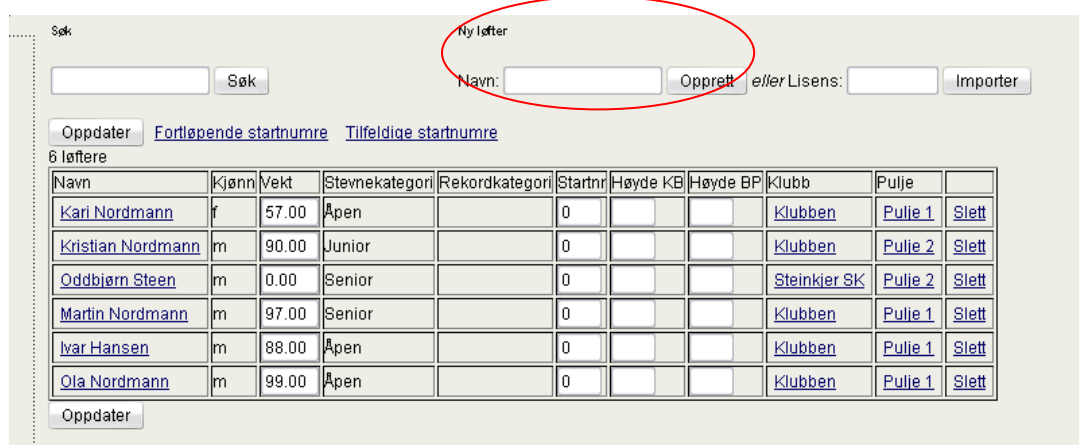
Dette steget hoppes over hvis man skal importere løftere ut fra lisensnr.

Hver klubb opprettes i menypunktet *Klubber*. Klubber kan også få en logo tilknyttet. Logo må være i JPG eller GIF format.

2.1.5 Løftere

Manuell oppretting

Løftere opprettes i menypunktet *Løftere*. Under *Ny løfter* føres navn inn, trykk deretter *Opprett*.



Søk

Ny løfter

Navn: Opprett eller Lisens: Importer

Oppdater Fortløpende startnumre Tilfeldige startnumre

6 løftere

| Navn | Kjønn | Vekt | Stevnekategori | Rekordkategori | Startnr | Høyde KB | Høyde BP | Klubb | Pulje | |
|-----------------------------------|-------|-------|----------------|----------------|---------|----------|----------|------------------------------|-------------------------|-----------------------|
| Kari Nordmann | f | 57.00 | Åpen | | 0 | | | Klubben | Pulje 1 | Slett |
| Kristian Nordmann | m | 90.00 | Junior | | 0 | | | Klubben | Pulje 2 | Slett |
| Oddbjørn Steen | m | 0.00 | Senior | | 0 | | | Steinkjer SK | Pulje 2 | Slett |
| Martin Nordmann | m | 97.00 | Senior | | 0 | | | Klubben | Pulje 1 | Slett |
| Ivar Hansen | m | 88.00 | Åpen | | 0 | | | Klubben | Pulje 1 | Slett |
| Ola Nordmann | m | 99.00 | Åpen | | 0 | | | Klubben | Pulje 1 | Slett |

Oppdater

Rediger løfter - Ola Nordmann

Oppdatert!

Navn

Wilks 0.6111

Vektklasse 100

Kjønn

Stevnekategori

Rekordkategori

Pulje

Klubb

Startnummer

Høyde Knebøy

Høyde Benkpress

Kroppsvekt

Åpningsvekter

Løfter legges inn med navn, klubb, pulje, startnr og vekt. Vektklasse beregnes ut fra innlagt kroppsvekt. Ved forhåndsregistrering skal løfter registreres med høyeste tillatte vekt i vektklassen. Eksempel: En løfter stiller i 66 kg klassen. Løfteren registreres da med kroppsvekt 66, så endres denne etter innveing.

For +120 kg og +84 klassen kan verdiene 121 og 85 brukes. På samme plass kan åpningsvekter og stativhøyder legges inn.

I alle felt hvor vekt skal skrives inn, kan både punktum og komma brukes som skilletegn for desimaltall, for eksempel 67.3 eller 67,3.

Importer med hjelp av lisensnr

Skriv inn lisensnummer i feltet *Lisens* under *Ny løfter*. Trykk deretter *Importer*. Relevant informasjon om løfteren blir hentet automatisk fra NSF's database. Se over og juster verdiene for pulje, startnummer kroppsvekt osv. Det er også mulig å importere flere lisensnummere ved å trykke *Importer flere løftere*. Velg deretter pulje som alle skal legges i og skriv inn ett lisensnummer på hver linje.

Søk

Ny løfter

Navn:

eller Lisens:

6 løftere

| Navn | Kjønn | Vekt | Stevnekategori | Rekordkategori | Startnr | Høyde KB | Høyde BP | Klubb | Pulje | |
|-----------------------------------|-------|-------|----------------|----------------|---------|----------|----------|------------------------------|-------------------------|-----------------------|
| Kari Nordmann | f | 57.00 | Åpen | | 0 | | | Klubben | Pulje 1 | Slett |
| Kristian Nordmann | m | 90.00 | Junior | | 0 | | | Klubben | Pulje 2 | Slett |
| Oddbjørn Steen | m | 0.00 | Senior | | 0 | | | Steinkjer SK | Pulje 2 | Slett |
| Martin Nordmann | m | 97.00 | Senior | | 0 | | | Klubben | Pulje 1 | Slett |
| Ivar Hansen | m | 88.00 | Åpen | | 0 | | | Klubben | Pulje 1 | Slett |
| Ola Nordmann | m | 99.00 | Åpen | | 0 | | | Klubben | Pulje 1 | Slett |

2.1.6 Stevneinnstillinger

Stevneinnstillinger endres i meny punkt *Innstillinger*.

Forklaring av de ulike innstillingene:

Navn – Fullt navn på det aktuelle stevnet, for eksempel *Regionmesterskap 2008*.

Kortnavn – Kortnavn for stevnet. For eksempel *rm08*. Kortnavnet brukes for direktepublisering av resultater på internett. Kortnavnet kan kun inneholde engelske bokstaver og tegn.

Informasjon – Dette feltet kan inneholde formatert tekst, for eksempel informasjon om innveingstider, stevnestart eller andre praktiske opplysninger. Teksten vil dukke opp på

skjermene hvis de står i *Standby/Info*-modus, eller hvis det ikke er noen flere løft igjen i den gjeldende øvelsen.

Oppdateringsfrekvens – Teknisk innstilling for hvor ofte klienter/skjermbilder skal hente oppdateringer. Det anbefales å sette denne til 1000 ms eller mer.

Resultattavlevisning – Hvor lenge, i sekunder, resultattavlen for puljen skal vises. Denne innstillingen gjelder kun for skjermvisningen *Løft*. Settes til 0 sekunder for ikke å vise resultattavle etter godkjente/underkjente løft.

Underkjent-grunner – Hvor lenge, i sekunder, grunner for underkjent løft skal vises. Denne innstillingen gjelder kun for skjermvisningen *Løft*, og ved underkjente løft.

Ranking – Liste over de ulike rankingmulighetene. Kryss av for å ta med ranking ved generering av resultatliste.

Norgesrekorder – Innstillinger for varsling ved norgesrekorder. Eget valg for å slå av varsling av benkpress 3-løft(for bruk ved enkeltløft-stevner).

2.1.7 Norgesrekorder

Det er mulig å få varsling ved forsøk på nye norgesrekorder, dette settes opp under *Innstillinger*. Norgesrekordene importeres automatisk via internett, i menypunktet *Rekorder*.

NB: Rekordforsøk markeres med blått i protokollen, og egen varsling er derfor ikke nødvendig.

2.1.8 Utskrift av dokumenter

I menyen *Administrasjon – Dokumenter* er det mulig å generere dokumenter:

Startkort og lister for innveing, utstyrskontroll, stativhøyder. Dokumentene genereres i PDF-format, og Adobe Acrobat eller annen PDF-leser må være installert.

2.2 Operasjoner underveis

Så godt som alle operasjoner underveis i stevnet skjer under menypunktet *Administrasjon - Resultater*.

2.2.1 Godkjenne/underkjenne løft og registrere rekordforøk

Det gjeldende løftet kan godkjennes eller underkjennes i menypunktet *Resultater* under *Gjøremål*. Trykk på knappen *Godkjent* eller *Underkjent*.

Resultater

Dette er gjeldende pulje. Tastetrykk: Godkjent, Underkjent, Nullstill løft, Stanga klar.

Pulje 1 Gjeldende øvelse:

| # | Navn | Vekt | Klubb | SQ1 | SQ2 | SQ3 | BP1 | BP2 | BP3 | DL1 | DL2 | DL3 | Total | Wilks |
|-------------------|-----------------|-------|---------|-----|-----|-----|-------|-------|-------|-----|-----|-----|-------|---------|
| Damer | | | | | | | | | | | | | | |
| 60 Åpen | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Kari Nordmann | 57.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 102.5 | 100.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100 | 116.040 |
| Herrer | | | | | | | | | | | | | | |
| 100 Senior | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Martin Nordmann | 97.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 130.0 | 135 | 340.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 130 | 80.119 |
| 90 Åpen | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Ivar Hansen | 88.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 80.0 | 82.5 | 300.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 82.5 | 53.29 |
| 100 Åpen | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Ola Nordmann | 99.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 90.0 | 90.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 90 | 54.999 |

Gjøremål:
Løft: Martin Nordmann 135.0

Høyninger:
92.5 Ola Nordmann
102.5 Kari Nordmann

Nedtelling:

For andre løft som skal godkjennes, underkjennes eller nullstilles bruker man resultatlisten over og går inn på det aktuelle løftet. Deretter trykker man en av følgende taster:

g – godkjenn løft

u – underkjenn løft

n – nullstill løft

r – registrere rekordforsøk

Hvis man kun skal endre kiloverdien i et felt, skriver man inn ny verdi og trykker *Enter*.

Ved registrering av rekordforsøk får man opp et felt nederst hvor man velger øvelse, type rekord og klasse. Alle forsøk som er over gjeldende norgesrekord markeres med blå ramme. NB! Selv om et løft har blå ramme, trenger det ikke være et norgesrekordforsøk. Samme rekord kan ha blitt slått i et tidligere løft eller i en tidligere pulje.

2.2.2 Legge inn høyning

Høyninger som mangler kommer opp under *Høyninger* på menypunktet *Resultater*. Feltet for høyningsvekt er ferdig utfylt med samme vekt om det forrige forsøket ble underkjent, eller 2,5 kg opp hvis det forrige forsøket ble godkjent.

Resultater

Dette er gjeldende pulje. Tastetrykk: Godkjent, Underkjent, Nullstill løft, Stanga klar.

Pulje 1 Gjeldende øvelse:

| # | Navn | Vekt | Klubb | SQ1 | SQ2 | SQ3 | BP1 | BP2 | BP3 | DL1 | DL2 | DL3 | TotalWilks |
|-------------------|---------------------------------|-------|-------------------------|-----|-----|-----|-------|-------|-------|-----|-----|-----|-------------|
| Damer | | | | | | | | | | | | | |
| 60 Åpen | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Kari Nordmann | 57.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 102.5 | 100.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100 116.040 |
| Herrer | | | | | | | | | | | | | |
| 100 Senior | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Martin Nordmann | 97.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 130.0 | 135 | 340.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 130 80.119 |
| 90 Åpen | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Ivar Hansen | 88.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 80.0 | 82.5 | 300.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 82.5 53.29 |
| 100 Åpen | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Ola Nordmann | 99.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 90.0 | 90.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 90 54.999 |

Gjørsmål:
Løft: Martin Nordmann 135.0

Høyninger:
92.5 Ola Nordmann
102.5 Kari Nordmann

Nedtelling:

Andre høyninger legges inn direkte i resultatlisten. Før inn vekt i riktig felt, og trykk deretter *Enter*-tasten.

2.2.3 Starte klokken ("stanga klar")

Klokken som teller ned fra "stanga klar" startes ved enten å trykke på knappen *Stanga klar* eller ved å bruke tasten *s* så lenge man er på menypanelet *Resultater*.

Resultater

Dette er gjeldende pulje. Tastetrykk: Godkjent, Underkjent, Nullstill løft, Stanga klar.

Pulje 1 Gjeldende øvelse:

| # | Navn | Vekt | Klubb | SQ1 | SQ2 | SQ3 | BP1 | BP2 | BP3 | DL1 | DL2 | DL3 | TotalWilks |
|-------------------|---------------------------------|-------|-------------------------|-----|-----|-----|-------|-------|-------|-----|-----|-----|-------------|
| Damer | | | | | | | | | | | | | |
| 60 Åpen | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Kari Nordmann | 57.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 102.5 | 100.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 100 116.040 |
| Herrer | | | | | | | | | | | | | |
| 100 Senior | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Martin Nordmann | 97.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 130.0 | 135 | 340.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 130 80.119 |
| 90 Åpen | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Ivar Hansen | 88.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 80.0 | 82.5 | 300.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 82.5 53.29 |
| 100 Åpen | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Ola Nordmann | 99.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 90.0 | 90.0 | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 90 54.999 |

Gjørsmål:
Løft: Martin Nordmann 135.0

Høyninger:
92.5 Ola Nordmann
102.5 Kari Nordmann

Nedtelling:

2.2.4 Skifte aktiv pulje

Aktiv pulje endres ved å velge pulje fra nedtrekksfeltet i menypanelet *Resultater*, og deretter klikke på *Gjør til gjeldende pulje*.

Resultater

[Gjør til gjeldende pulje.](#) Tastetrykk: [Godkjent](#), [Underkjent](#), [Nullstill løft](#), [Stanga klar](#).

Pulje 2 ▾ Stanga klar Nullstill nedteiling Gjeldende øvelse: Benkpress ▾

| # | Navn | Vekt | Klubb | SQ1 | SQ2 | SQ3 | BP1 | BP2 | BP3 | DL1 | DL2 | DL3 | Total | Wilks |
|------------------|-----------------------------------|-------|------------------------------|-----|-----|-----|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-------|-------|
| Herrer | | | | | | | | | | | | | | |
| 90 Junior | | | | | | | | | | | | | | |
| - | Kristian Nordmann | 90.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 150.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0 | 0.00 |
| 56 Senior | | | | | | | | | | | | | | |
| - | Oddbjørn Steen | 0.00 | Steinkjer SK | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0 | 0.00 |

Gjøremål:
Løft: Martin Nordmann 135.0 [Godkjent](#) [Underkjent](#)

Høyninger:
92.5 Ola Nordmann
102.5 Kari Nordmann

Nedteilinger:

2.2.5 Skifte aktiv øvelse

Gjeldende øvelse skiftes ved å velge øvelse i nedtrekksfeltet hvor det står *Gjeldende øvelse*.

Resultater

[Gjør til gjeldende pulje.](#) Tastetrykk: [Godkjent](#), [Underkjent](#), [Nullstill løft](#), [Stanga klar](#).

Pulje 2 ▾ Stanga klar Nullstill nedteiling Gjeldende øvelse: Benkpress ▾

| # | Navn | Vekt | Klubb | SQ1 | SQ2 | SQ3 | BP1 | BP2 | BP3 | DL1 | DL2 | DL3 | Total | Wilks |
|------------------|-----------------------------------|-------|------------------------------|-----|-----|-----|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-------|-------|
| Herrer | | | | | | | | | | | | | | |
| 90 Junior | | | | | | | | | | | | | | |
| - | Kristian Nordmann | 90.00 | Klubben | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 150.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0 | 0.00 |
| 56 Senior | | | | | | | | | | | | | | |
| - | Oddbjørn Steen | 0.00 | Steinkjer SK | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0 | 0.00 |

Gjøremål:
Løft: Martin Nordmann 135.0 [Godkjent](#) [Underkjent](#)

Høyninger:
92.5 Ola Nordmann
102.5 Kari Nordmann

Nedteilinger:

2.2.6 Nedteiling i minutter/til klokkeslett

Nedteiling (til stevnestart/puljestart) settes i meny punktet *Innstillinger*. Her skriver man enten et tall (for eksempel 15) for å angi antall minutter nedteiling, eller angir et klokkeslett (for eksempel 14:30) for å starte nedteiling til klokkeslett.

2.2.7 Skjermbilder

For å få opp skjermbilder til visning på projektor eller ekstern skjerm går man på meny-punktet *Fjernstyrt* under *Skjermbilder*. Lenken må åpnes i et nytt vindu slik at man kan vise dette på projektor/skjerm. I nettleseren Opera høyreklikker man på *Fjernstyrt* og velger *Åpne i nytt vindu*. Skriv deretter inn et passende klientnavn, for eksempel *Storskjerm*. Så drar man nettleservinduet over til projektor/skjermen. Trykk deretter *F11* (eller høyreklikk og velg *fullskjerm*) for å aktivere fullskjermvisning. I Opera kan man enkelt zoome inn/ut for å tilpasse bildet ved å trykke på + eller - .

Ved åpning av fjernstyrt klient vil den først gå i *Standby/info*-modus. For å endre skjermbilde går man på meny-punktet *Klienter*. Her listes alle klienter opp med navn og skjermbilde.

Følgende valg finnes for skjermbilde:

Standby/info – Viser informasjons-teksten som er definert under *Innstillinger*.

Løft – Viser informasjon om gjeldende løft. Navn på løfter, klubb, eventuell klubblogo, plassering og eventuell endring i plassering etter godkjent løft vises. I denne visningen kan man også ha automatisk visning av puljeresultater etter løftet. Dette styres av innstillingen *Resultattavlevisning* i innstillingene for stevnet. Denne visningen vil også vise grunner for underkjent løft hvis det er aktivert i innstillingene.

Ivar Hansen

Klubben

95.0 kg

| KB | BP | ML | Total | Poeng |
|----|------|----|-------|-------|
| 0 | 90.0 | 0 | 90.0 | 56.25 |

Plassering: **2. → 1.** Vektklasse: **100** Nedteiling: **58**

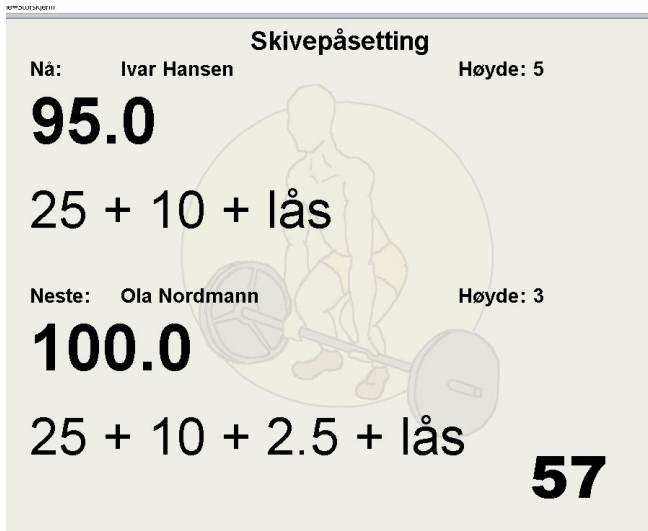
Resultater – Viser resultater for den gjeldende puljen, neste løftere, nedteiling for høyning. Dette er sannsynligvis den mest aktuelle løsningen hvis man har kun en projektor/skjerm tilgjengelig.

Neste: 1. Ivar Hansen (90.0), 2. Ola Nordmann (95.0), 3. Kari Nordmann (105.0), 4. Kristian Nordmann (150.0),
Melde vekt: 19 Martin Nordmann,

| Damer | Vekt | Klubb | KB | BP | ML | Totalt | Poeng |
|------------------------|-------|---------|----|-------|-------|--------|------------|
| 60 Åpen | | | | | | | |
| 1. Kari Nordmann (0) | 57.00 | Klubben | | 102.5 | 100.0 | 105.0 | 100 116.04 |
| Herrer | | | | | | | |
| 100 Senior | | | | | | | |
| 1. Martin Nordmann (0) | 97.00 | Klubben | | 130.0 | 135.0 | | 135 83.20 |
| 90 Åpen | | | | | | | |
| 1. Ivar Hansen (0) | 88.00 | Klubben | | 80.0 | 82.5 | 90.0 | 82.5 53.29 |
| 100 Åpen | | | | | | | |
| 1. Ola Nordmann (23) | 99.00 | Klubben | | 90.0 | 90.0 | 95.0 | 90 55.00 |

Løfterekkefølge – Viser kun løfterekkefølgen

Skivepåsettere – Viser gjeldende og neste løfter med vektskivefordeling og stativhøyder.



Alle disse skjermbildene har i tillegg visning av nedtelling fra stanga er klar.

Hvis det gjøres oppdateringer i innstillingene for skjermbilder anbefales det at skjermbildet lukkes og åpnes på nytt.

2.2.8 Direkte resultatpublisering mot internett

I menypunktet *Live resultater* starter man publisering mot internett. Det er viktig at denne siden åpnes i et nytt vindu i nettleseren og får være åpen under hele stevnet. Man stiller inn hvor ofte resultatene skal oppdateres, og trykker deretter *Start oppdatering*. Resultatene blir da lagt ut på <http://live.styrkeloft.no/>. Kortnavn på stevnet må være satt riktig under innstillingene for at resultatpubliseringen skal fungere.

Legg merke til hvor lang tid det tar å oppdatere resultatene, hvis dette går over 2 sekunder kan det gå ut over responstiden til systemet. Hvis internettlinjen ikke er rask nok til å gjennomføre oppdateringen på 5 sekunder, vil oppdateringen avbrytes.

2.2.9 Diplom-utskrift

Under menypunktet *Administrasjon – Diplomer* er det mulig å generere diplomer som kan skrives ut på NSF's diplommal.

For brukere som kjenner til flettefunksjonaliteten i Word kan man hente ut resultatlister i excelformat fra en eller flere puljer i menyen *Resultater – Excel*, for å lage egne diplomer.

3. Stevnegjennomføring

3.1 Generelle retningslinjer

Under stevnet bør kun Powerlifting Live og nettleseren kjøre. Andre programmer som kjører i bakgrunnen kan gi dårligere ytelse og øke risiko for PC-krasj.

3.2 Arbeidsflyt

Etter innveiling:

- Legg inn kroppsvekt, åpningsvekter og stativhøyder på løftere

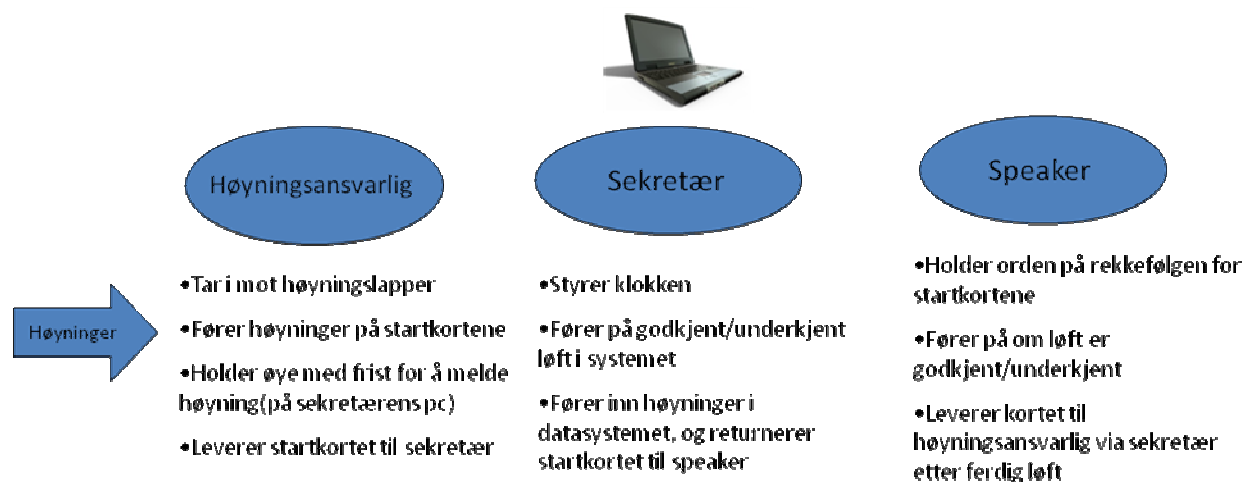
Underveis i løftingen:

- Starte nedtelling fra stanga er klar
- Godkjenne/underkjenne løft og registrere rekordforsøk
- Legge inn høyninger

Etter puljeslutt:

- Skifte pulje
- Skifte øvelse hvis siste pulje i en øvelse har løftet ferdig
- Starte nedtelling

3.3 Samarbeid sekretariat



Funksjonen til sekretær og høyningsansvarlig kan slås sammen hvis man har få ressurspersoner tilgjengelig.

3.4 Problemløsning ved avvik

3.4.1 Systemet svarer ikke

Prøv å lukk nettleseren og åpne grensesnittet på nytt. Alternativt avslutt og start systemet på nytt. Hvis PC'en har låst seg fullstendig må du starte den på nytt.

3.4.2 Løfterekkefølgen er feil

Sjekk at startnr og forsøk er identisk med det som står på speakerkort. Om feil navn dukker opp på skjermen er det sannsynligvis noe feil med dataene for løfteren som i følge speaker skal dukke opp, eller noe feil med dataene for løfteren som dukker opp på skjermen. Dobbeltsjekk også at riktig øvelse er valgt.

3.4.3 Omforsøk

Omforsøk grunnet feillasting eller lignende er foreløpig ikke direkte støttet. Den beste måten å håndtere dette på er å vente til vedkommende skal inn og ta omforsøket, og da nullstille løftet. Hvis løftet nullstilles før, vil dette feilaktig komme opp først i løfterekkefølgen.

4. Etter stevnet

4.1 Innsending av stevneprotokoll

Protokoll kan genereres og sendes inn i menypunktet *Protokoll*. Fyll inn feltene, trykk *lagre og send inn til NSF*. Alternativt kan man bare oppdatere feltene og trykke *lagre* uten å sende inn, hvis man ikke har internett-tilgang og ønsker å sende inn ved et senere tidspunkt.

5. Anbefalt maskinvare

Fra en vanlig PC kan man få ett separat skjermbilde på en projektor eller ekstern dataskjerm. Dette skjermbildet kan vises på flere skjermer/projektorer hvis man bruker en VGA splitter. Da kan man for eksempel vise protokollen på en projektor for publikum, og på en dataskjerm for publikum. Eksempel på en slik VGA-splitter:

<http://www.komplett.no/k/ki.aspx?sku=608833>

For å utvide antall skjermer man kan vise fra en enkelt PC, er det enkleste å kjøpe USB skjermkort som kan kobles på for å gi flere ulike skjermbilder.

Ett av disse er *HIS Multi-View II Adapter USB2.0*, som kan fås kjøpt på Komplett.no:

<http://www.komplett.no/k/ki.aspx?sku=574231>

Flere av disse kan kobles til en PC, for å 3 eller flere skjermbilder. Dette er å foretrekke fremfor å lage et oppsett over nettverk.