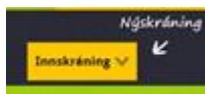


**Hjólað í vinnuna** (*e. Bike to Work*) is run by the National Olympic and Sports Association of Iceland. The main goal of the project is to encourage the public to bike or use other physically active ways to transport to and from work, and to do so through a fun national competition using the website [www.hjoladivinnuna.is](http://www.hjoladivinnuna.is). By choosing to bike or use other active ways to and from work, people are not only choosing to live a healthier lifestyle, but also a more environmentally friendly lifestyle.

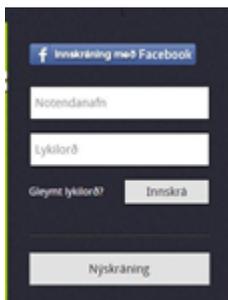
Below you can find useful information to help you register for **Hjólað í vinnuna**.

If you have participated in Lífshlaupið (*e. Motion for Life*) your account information for Hjólað í vinnuna is the same for both Lífshlaupið and Hjólað í vinnuna.

If you have not participated in Lífshlaupið or Hjólað í vinnuna before you can register by clicking on the yellow or pink box in the top right corner of the front page.



You can choose to register through the website by clicking on „**Nýskráning**“ but you can also choose to login through Facebook.



If you choose „**Nýskráning**“ the following will appear to you:

## NÝSKRÁNING

Ef þú ert á Facebook er einfalt að nýskrá sig í gegnum það svæði. Það er gert með því að smella á innskráning með Facebook hér fyrir neðan. Ef þessi leið er valin þarf ekki að fara í gegnum nýskráningarferlið hér fyrir neðan.

[Log in With Facebook](#)

Þegar þú hefur nýskráð þig getur þú haldið áfram, stofnað vinnustað og/eða lið eða gengið í lið innan þíns vinnustaðar.

Einnig er hægt að búa til aðgang að Hjólað í vinnunna með því að velja þér notandanafn og lykilorð.

Notendanafn *	Heimilisfang *	Netfang *
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Fullt nafn *	Lykilorð *	Símanúmer *
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Póstnúmer *	Staðfesting lykilorðs *	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	

\* Stjórnumerka reitil þarf að fylla út.

[Stofna aðgang](#)

You will have to fill in the information. Here are the translations:

Notendanafn: Username

Fullt nafn: Full Name

Póstnúmer: Postal code

Heimilisfang: Home address

Lykilorð: Password

Staðfesting lykilorðs: Confirm password

Netfang: E-mail

Smímanúmer: Phone number

When you have filled in the information above you click „**Stofna aðgang**“. Then the following will appear to you:

## NÝSKRÁNINGU LOKIÐ

Nýskráningu er nú lokið og þú hefur verið skráð(ur) inn. Næsta skref er að stofna vinnustað og/eða skrá inn nýtt lið. Þú getur einnig gengið í lið innan þíns vinnustaðar.

[Stofna vinnustað](#)

[Stofna/Ganga í lið](#)

Now you can choose to join a workplace or register one. If your workplace has already been signed up then you choose „**Stofna/Ganga í lið**“ and the following will appear:



## VELJA VINNUSTAÐ

### VINNUSTAÐUR

Here you can choose to join your workplace from the list.

If your workplace has not been registered through the website then you choose „**Stofna vinnustað**“ and then the following will appear:



## VELKOMIN Í HJÓLAÐ Í VINNUNA!

Til þess að skrá þinn vinnustað til leiks setur þú kennitölu vinnustaðarins sem þú starfar hjá í reitinn hér fyrir neðan og smellir svo á áfram.

**ATH! Stofnanir/vinnustaðir innan sveitarfélaga geta haft sömu kennitölu og sveitarfélagið (skólar, skrifstofur, leikskólar, allt á sömu kennitölu).**

Til að stofnunin/vinnustaðurinn skráist sem sér vinnustaður og í réttan flokk, verður liðstjóri að "lána sína kennitölu" annars skráist stofnunin/vinnustaðurinn í sama flokk og heildarstarfsmannafjöldinn er hjá sveitarfélaginu. Kennitalan er aðeins notuð til þess að aðgreina vinnustaði og kemur bara fram hjá umsjónarmönnum verkefnisins.

### SKRÁNING

Kennitala vinnustaðar \*

\* Stjórnumerka reiti þarf að fylla út.

Here you need to put in the kennitala for your workplace. Then click „**Áfram**“ and the following will appear:



## SKRÁNING Á VINNUSTAÐ

Þú getur skráð þinn vinnustað til leiks hér fyrir neðan! Sem skráningaraðili vinnustaðarins hefur þú réttindi til að breyta/leiðrétta skráningu þess hvenær sem er frá líðsstjórnunarsíðunni.

Ef þinn vinnustaður er staðsettur í fleiri en einu sveitarfélagi getur þú hakað við "Er með starfsstöðvar" hér fyrir neðan.

ATH. að skrá skal heildarfjölda starfsmanna sem vinnur á vinnustaðnum EKKI bara þann fjölda sem ætlar að taka þátt.

## SKRÁ VINNUSTAÐ TIL LEIKS

Nafn vinnustaðar \*

Heildarstarfsmannafjöldi \*

Sveitarfélag \*

Veldu ... ▾

Flokkur \*

Veldu ... ▾

Vefsíða

 Er með starfsstöðvar

Er þinn vinnustaður staðsettur í fleiri en einu sveitarfélagi? Ef svo er getur þú hakað í „Er með starfsstöðvar“ hér fyrir ofan og þá geta útibú í mismunandi sveitarfélögum tekið þátt með sínum sveitarfélögum. Sem skráningaraðili fyrirtækisins tiltekur þú hvort vinnustaðurinn sé með fleiri en eina starfsstöð og þá þurfa þeir sem framvegis stofna lið innan vinnustaðarinnar að velja sér starfsstöð (eða stofna hana ef ekki er þegar búið að gera það).

\* Stjórnumerkta reiti þarf að fylla út.

Here you need to fill in the information. Here are the translations:

Nafn vinnustaðar: Name of workplace

Flokkur: Category

Heildarstarfsmannafjöldi: Number of employees

Vefsíða: Website

Sveitafélag: Town

If you are a part of a large company that has many different locations then you can click the little white box next to „**Starfsstöðvar**“ .

When you have filled in these information you click „**Skrá vinnustað**“ and the following will appear:



## SKRÁ/GANGA Í LIÐ

Hér fyrir neðan sérðu lista yfir þau lið sem búið er að stofna innan þíns vinnustaðar og starfsstöðvar. Þú getur gengið í lið með því að velja það úr listanum og smella á "Ganga í lið". Þú getur einnig skráð þitt eigið lið til leiks.

Sem skráningaraðili liðs færð þú titilinn "Liðsstjóri" innan þess liðs.

Þú munt því geta sýslað með liðið hvenær sem er á liðsstjórnunarsíðunni.

Ekki hefur neitt lið verið skráð til leiks innan þessa vinnustaðar/starfsstöðvar!

### SKRÁ NÝTT LIÐ

Nafn liðs/a \*

ATH: Þú getur skráð mörg lið í einu með því að setja hvert nafn í sér línu með því að ýta á Enter.

Tekur þátt í kílómetrakeppninni - [Sjá nánar](#)

\* Stjórnumerkta reiti þarf að fylla út.

Skrá lið

Here you have to create a „Team“ within your workplace. Choose a name for your team and put it in the white box. Then click „**Skrá lið**“. Now your process of signing up is done and a page that looks about like this should appear to you:

## LIÐSSTJÓRNUN

Hér fyrir neðan geturðu séð upplýsingar um liðið/liðin þitt/þín og liðsmenn innan þess. Ef þú ert liðsstjóri geturðu að auki endurnefnt liðið, skráð nýja liðsmenn og skoðað/skráð ferðir þeirra.

### UPPLÝSINGAR UM VINNUSTAÐ

Vinnustaður:

Starfsstöð: Liðið - Reykjavík - [Breyta/sýsla/bæta við starfsstöð](#)

Þitt lið: Lið 1 - [Breyta lið](#) [Skrá nýtt lið](#)

[Skrá mínar ferðir](#)
[Skrá mig úr liði](#)

### LIÐSMENN LIÐ 1

	Notendanafn	Fullt nafn	Vegalengd	Fjöldi daga	
1.	M <input type="text"/>	<input type="text"/>	0,00 km	0	<a href="#">Skoða/skrá ferðir</a>
<b>Samtals</b>			<b>0,00 km</b>	<b>0</b>	

[Skrá nýja liðsmenn](#)
[Skrá ferðir á alla liðsmenn](#)

Athugið að lágmarksfjöldi liðsmanna í liði er 2. Vinsamlegast fáðu fleiri í liðið þitt!

Here you can manage your team (if you are the one who started the team), register new team members („Skrá nýja liðsmenn“) or put in data for your current team members („Skrá ferðir á alla liðsmenn“).

Good luck and don't hesitate to contact us by e-mailing us to [hjoladivinnuna@isi.is](mailto:hjoladivinnuna@isi.is)