

ErgRace Online レース参加マニュアル

2025年12月
公益社団法人 日本ローイング協会



目次

やることリスト

タイミング	やること
レース30分前	<u>Logbookアカウントの連携</u>
	<u>エルゴメーター(PM5)の連携</u>
	<u>大会コードの連携</u>
レース5分前	<u>レース状況の確認</u>
	<u>レースを開始する</u>

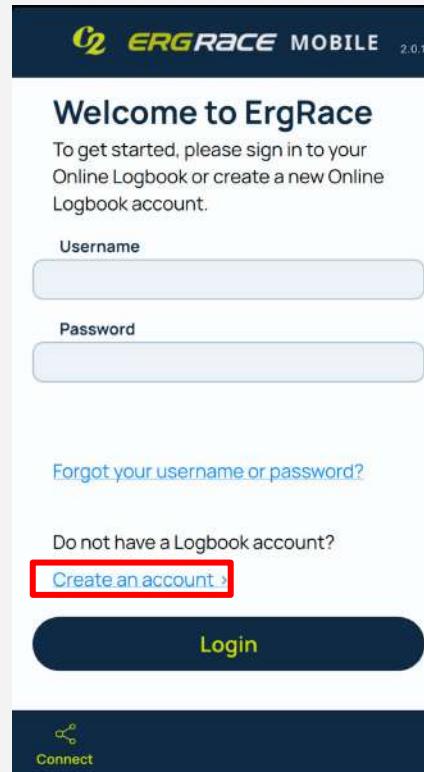
Logbookアカウントの連携

Logbookアカウントへのログインを行う。

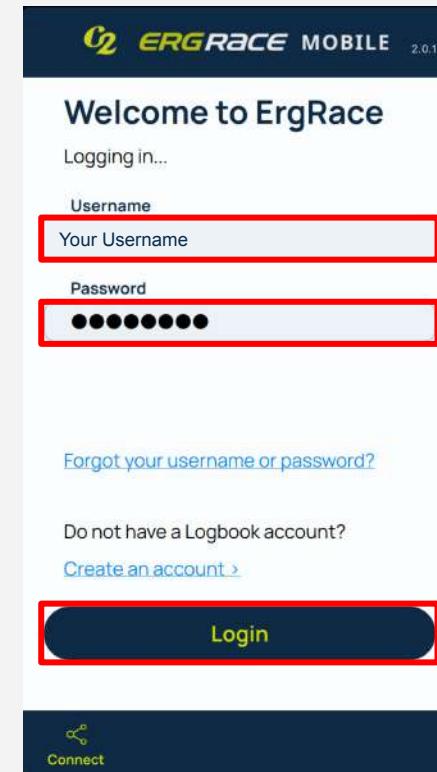
アピリストアでErgRace Onlineを検索し、ダウンロードする。



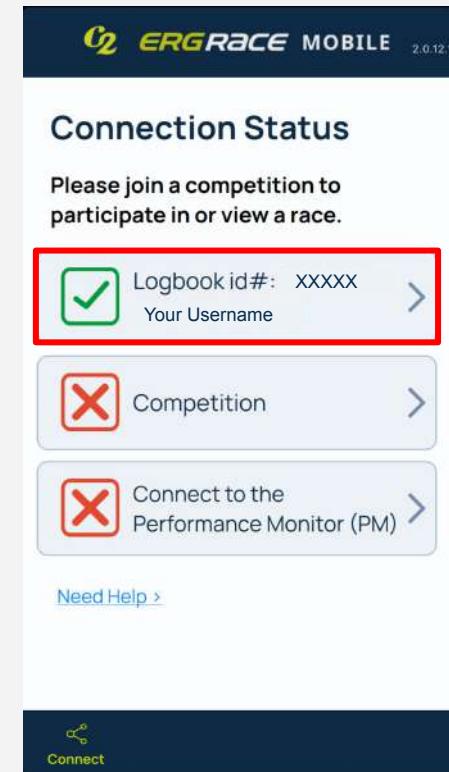
アプリを開く。
アカウントがない場合は新規作成する。(次のページで説明)



UsernameとPasswordを用いてLogbookにログインする。



ログインできたことを確認する。



Logbookアカウントの連携

<補足>Logbookアカウントを作成する。

氏名・メールアドレス・パスワードを入力する。

< Back

Registration

First Name

Last Name

Email

Username

Password

Sex ♂ ♀

Connect

性別・国・誕生日を入力する。

< Back

Password

Sex Male Female

Country
Select Country

Date of Birth
Monti Day Year

Allow Concept2 to Store Health-Related Data

We need your permission to store health-related data such as data from a connected heart rate monitor, or height and weight data. We only use data from devices that you connect to Concept2 equipment and we will never share this information without your consent. Learn more about our [privacy policies](#).

Connect

Concept2への健康データ連携
・Concept2からのメール受信について、必要なものは選択する。

< Back

Allow Concept2 to Store Health-Related Data

We need your permission to store health-related data such as data from a connected heart rate monitor, or height and weight data. We only use data from devices that you connect to Concept2 equipment and we will never share this information without your consent. Learn more about our [privacy policies](#).

Receive Concept2 Emails

Tick this box to receive occasional emails from Concept2. These will only relate to the Logbook, such as challenge updates and deadlines.

私はロボットではありません
reCAPTCHA の利用規約が変更されます。
対応する

reCAPTCHA プライバシー - 利用規約

Connect

Registerを押して登録する。

< Back

and weight data. We only use data from devices that you connect to Concept2 equipment and we will never share this information without your consent. Learn more about our [privacy policies](#).

Receive Concept2 Emails

Tick this box to receive occasional emails from Concept2. These will only relate to the Logbook, such as challenge updates and deadlines.

私はロボットではありません
reCAPTCHA の利用規約が変更されます。
対応する

reCAPTCHA プライバシー - 利用規約

Register

By creating an account you agree to the [Terms of Service](#).
View our [Privacy Policy](#).

Connect

エルゴメーター(PM5)の連携

エルゴメーターを接続可能な状態にする。

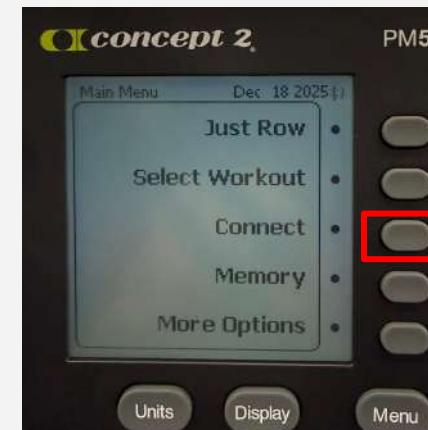
モニターの右上の表記を見てPM5であることを確認する。
※PM3,4では接続できません。



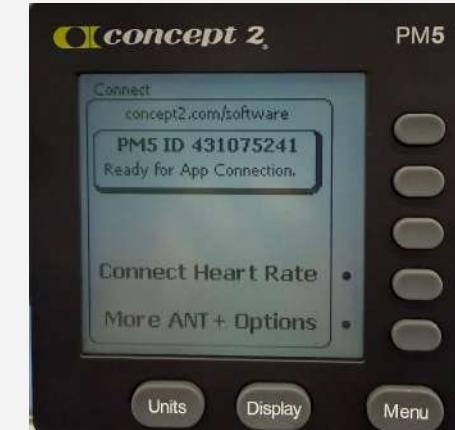
モニターの右下にあるMenuボタンを押す。



Connectと書かれている部分の右を押す。



IDが表示されていることを確認し、スマホでの接続作業を行う。(次のページに続く)



エルゴメーター(PM5)の連携

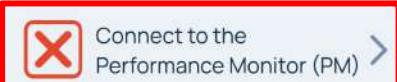
スマホアプリからエルゴメーターへの接続を行う。

3つ目のボタン (Connect to the Performance Monitor(PM))を押す。



Connection Status

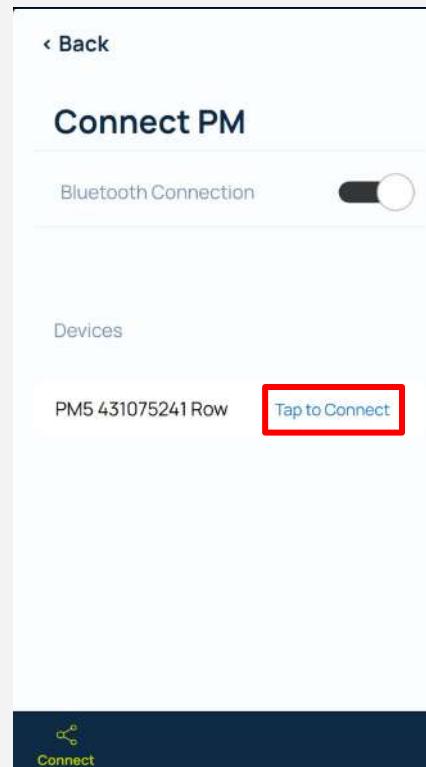
Please join a competition to participate in or view a race.



[Need Help >](#)



エルゴを見つけるとDevicesに表示されるので、Tap to Connectを押す。



< Back

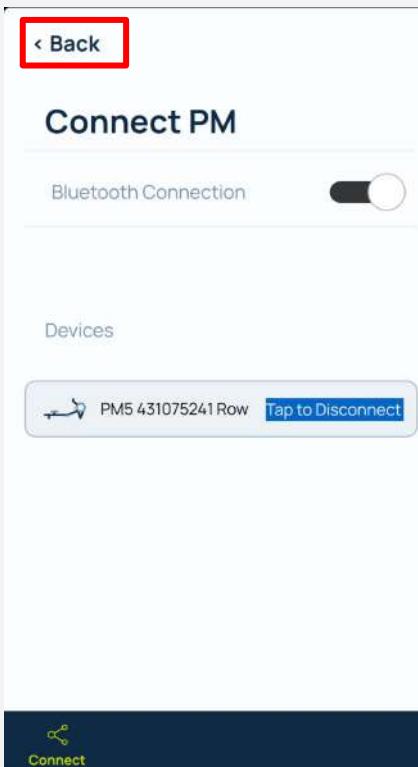
Connect PM

Bluetooth Connection

Devices

PM5 431075241 Row

接続されると、Devicesの表示が変わる。Backを押してホーム画面に戻る。



< Back

Connect PM

Bluetooth Connection

Devices

PM5 431075241 Row

エルゴメーターの接続を確認する。必要に応じて[ファームウェアのアップデート](#)を行う。



Connection Status

A recommended firmware update is available.

[Learn More](#)



[Need Help >](#)



大会コードの連携

スマホから大会への参加を行う。 ※大会コードは参加レースにより異なります。別途案内予定の組み合わせ表をご参照ください。

2つ目のボタン(Competition)を押す。



Connection Status

A recommended firmware update is available.

[Learn More](#)

Logbook id#: XXXXX
Your Username >

Competition >

PM5 431075241 Row >

[Need Help >](#)

Connect

3つ目のボタン(I have a code from a race organizer)を押す。



< Back

[My Races](#)

[Public Competitions](#)

[I have a code from a race organizer](#)

Want to set up your own race? Go to our
[race organizer web site](#)

Connect

組み合わせ表とともに掲示される
大会コードを入力し、Join Competitionを押す。

< Back

Join a Competition

Enter your competition code. This
should be given to you by the race
organizer.

3593154562

[Join Competition](#)

Connect

Competitionと接続できることを確認する。



Connection Status

All connections are good.
You are ready to race.

Logbook id#: XXXXX
Your Username >

test02 >

PM5 431075241 Row >

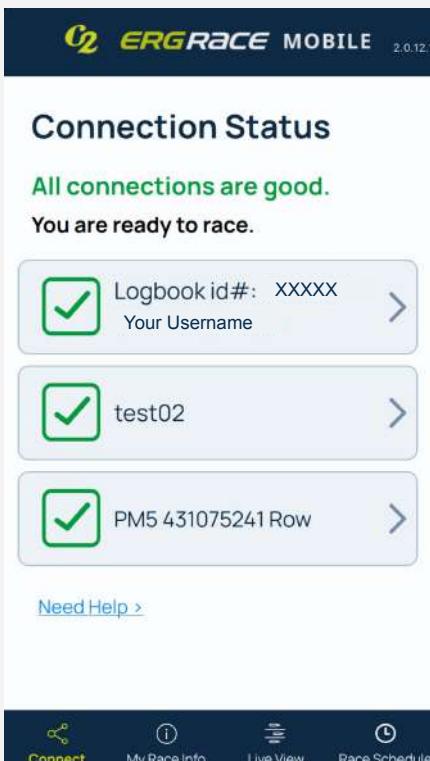
[Need Help >](#)

Connect My Race Info Live View Race Schedule

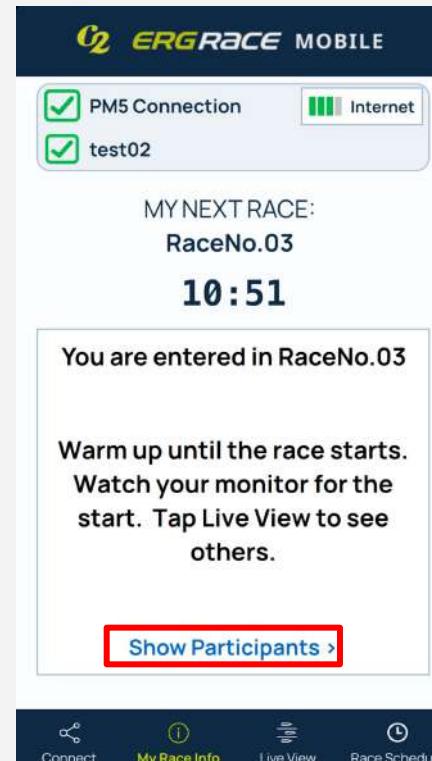
レースの状況確認

スマホでレースの準備状況を確認する。（操作不要）

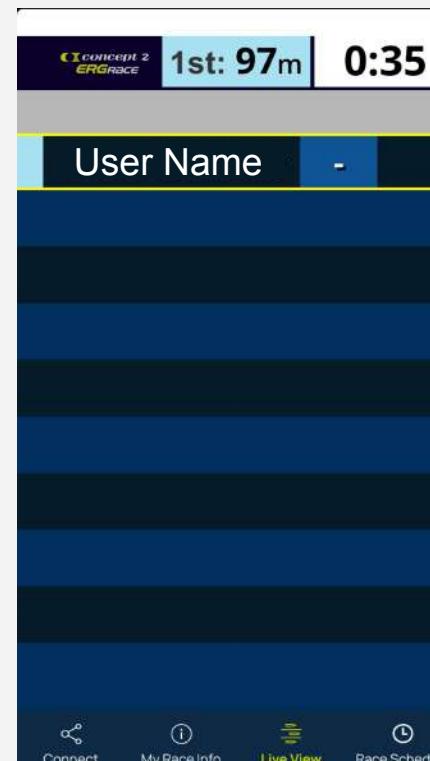
下の画面の状態で、大会管理者に
レースに招待されるのを待つ。
(レース開始5分前目安)



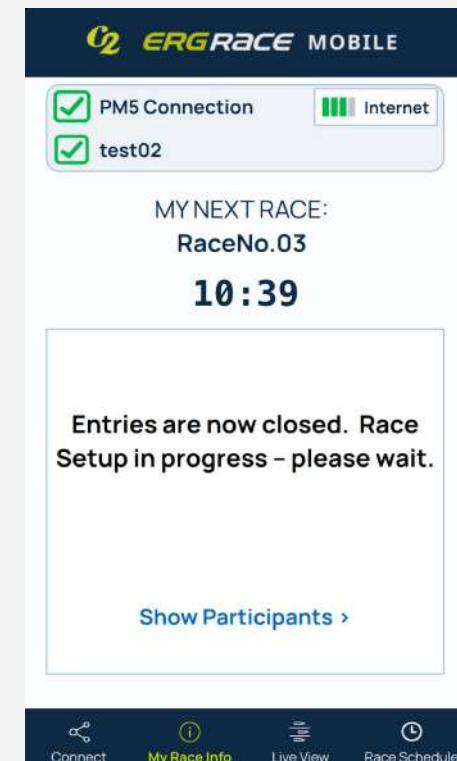
レースに招待されると、スタートまでの時間と参加するレースナンバーが表示される。



Show Participantsを押すと、以下のようないい参加者リストの画面が表示される。



エントリーが締め切られると以下の
ような画面が表示される。



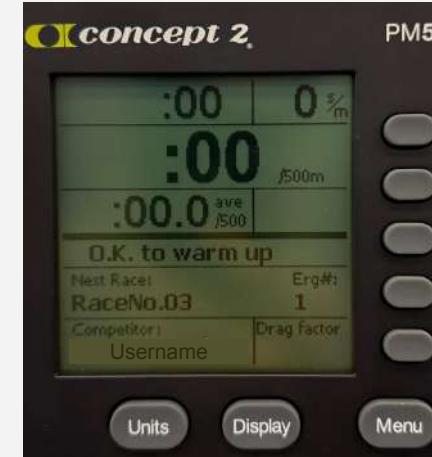
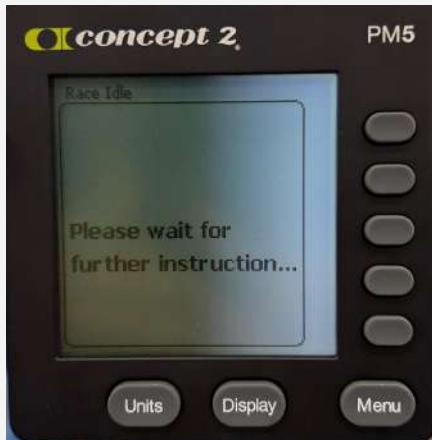
レースの状況確認

エルゴメーターでレースの状況を確認する。（操作不要）

下の画面の状態で、大会管理者に
レースに招待されるのを待つ。

レースに招待されると、レーンナ
ンバーが表示される。

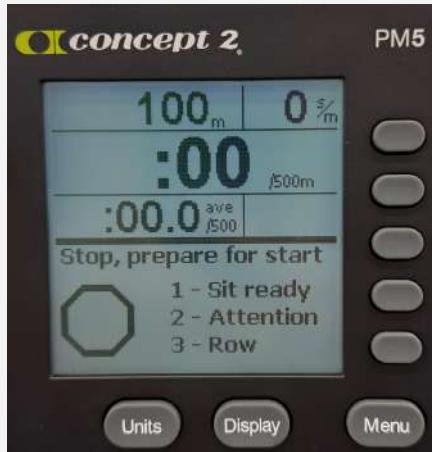
以下の画面が映っている間は
ウォーミングアップが可能。



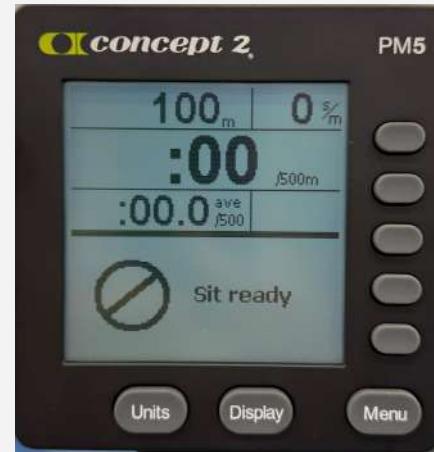
レースを開始する

エルゴメーターでレースの状況を確認する。

以下の画面が表示されたら、エルゴを漕ぐのをやめ、スタートの姿勢をとる。



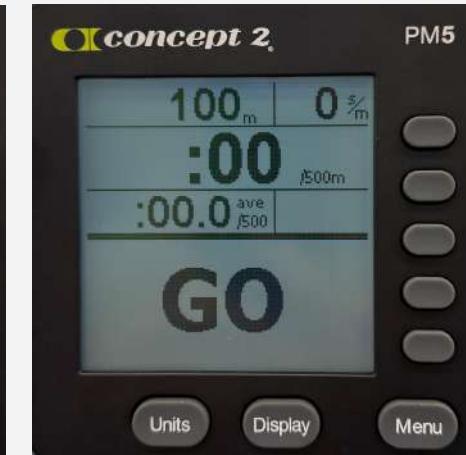
レース開始の案内が表示される。
(2秒ほど)



レース開始の案内が表示される。
(2秒ほど)



GOが表示されたら、レースを開始する。



HP



Youtube



Facebook



Instagram



公益社団法人 日本ローイング協会
Japan Rowing Association

〒160-0013
東京都新宿区霞ヶ丘町4-2
Japan Sport Olympic Square 606

✉ somu.jara.or.jp TEL 03-5843-0461