

IRABAZI KREDITUAK SATRAVA BITARTEZ!

Stravan urtarriletik maiatzera arte erregistratzen duzun kirol-jardueragatik gehienez 1 ECTS lortzeko aukera izango duzu.

ECTS-ak lortzeko baldintzak:

- Strava plataforman MU taldera batu.
- Hilean gutxienez 8 jarduera erregistratu (edozein jarduera)
- Jarduera kontsideratzeko gutxienez 30 minutu mugimenduan egindako jarduera.
- 5 hilabetetik 3tan betez gero 0,5ECTS
- Urtarriletik maiatzera 5 hilabeteetan beteta 1 ECTS

Kredituen aitorpenerako, **maiatzaren 31rako** galdetegi [hau](#) bete.

CONSIGUE CRÉDITOS MEDIANTE STRAVA

Podrás obtener un máximo de 1 ECTS por las actividades deportivas que registres en Strava desde enero a mayo.

Requisitos para la obtención de ECTS:

- Unirse al grupo MU de Strava
- Registra mínimo 8 actividades por mes (cualquier actividad)
- Para considerar que la actividad es válida, tendrá que haber movimiento durante al menos 30 minutos.
- Si completas en 3 de los 5 meses, 0.5 ECTS.
- Si completas en los 5 meses, 1 ECTS.

Para la declaración de créditos, cumplimentar [este cuestionario](#) antes del **31 de mayo**.

GET CREDITS THROUGH STRAVA

You can get a maximum of 1 ECTS for the sports activities you register at Strava from January to May.

Requirements for obtaining ECTS:

- Enjoy to MU Strava team.
- Register in a minimum of 8 activities per month (any activity)
- In order to consider the activity valid, there must be movement for at least 30 minutes.
- If completed in 3 of the 5 months, 0.5 ECTS.
- If completed within 5 months, 1 ECTS.

For the declaration of claims, please complete [this questionnaire](#) by **31 May**.