

# วิธีการกรอกข้อมูลออกกำลังกาย

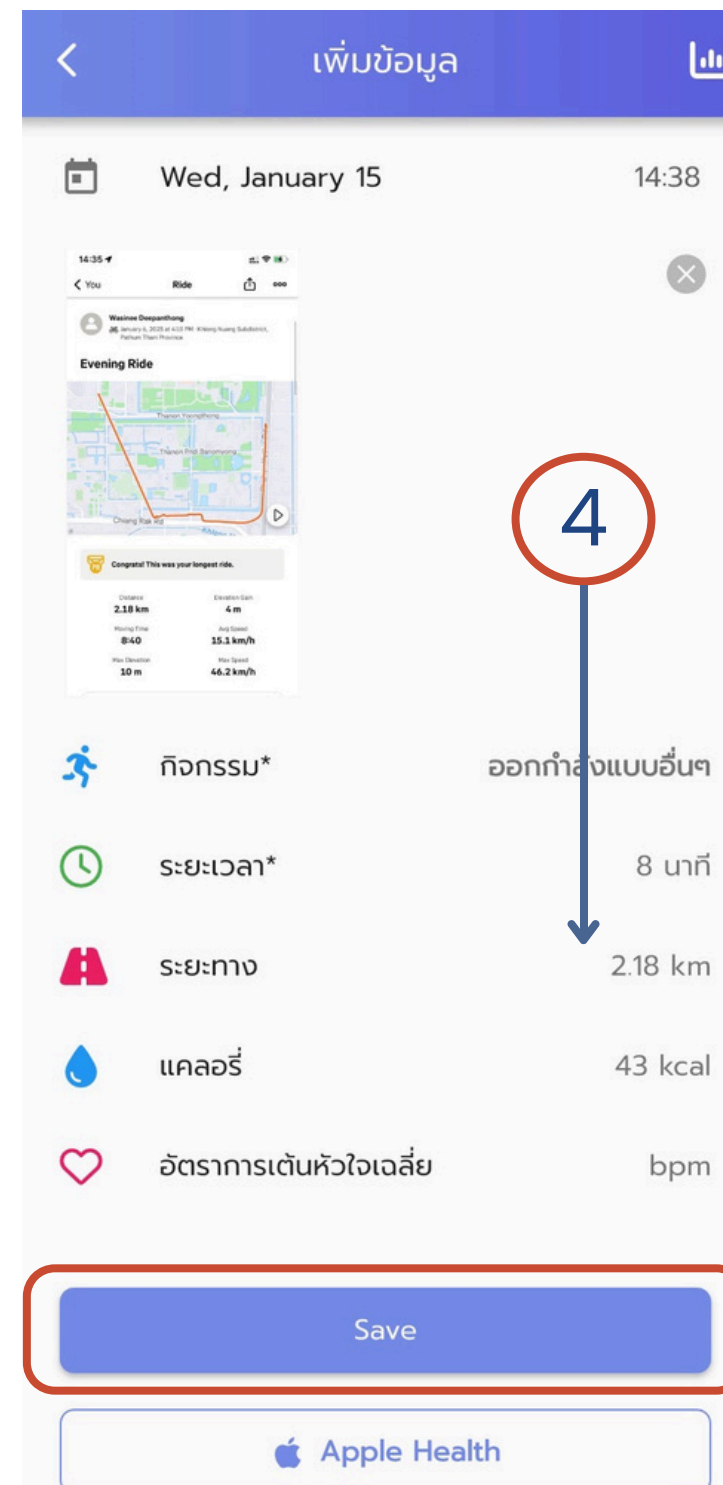
วิธีบันทึกข้อมูล สามารถบันทึกได้ทั้ง การวิ่ง/เดิน และ ก้าว



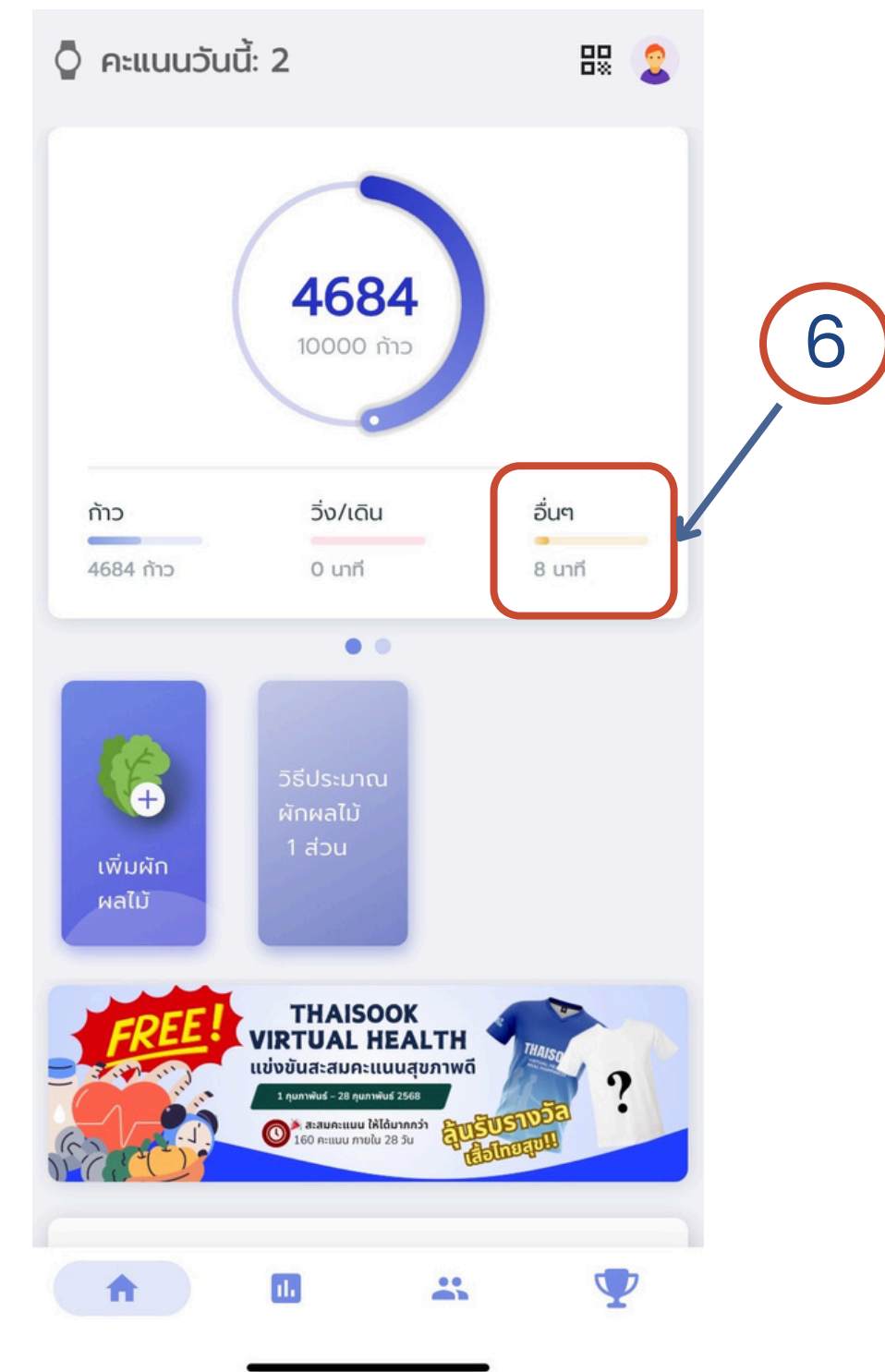
1. กดช่อง "กิจกรรมทางกาย"



2. จะเข้ามาที่หน้ากิจกรรม  
เลือก "วันและเวลา"  
3. เลือกกิจกรรมที่ต้องการบันทึก



4. กรอกข้อมูล สามารถถ่ายรูป หรือ  
เพิ่มจากอัลบั้มได้  
5. กด "Save"



6. บันทึกสำเร็จ