

Für **Zoom** ist folgende Geräteausstattung notwendig.

01.02.2021

- PC , Tablet oder Smartphone (je größer das Gerät desto besser)
- Stabile Netzverbindung
- Eine kostenlose App zum Installieren von Zoom findet ihr im App Store und im Playstore

Unsere Übungsleiterinnen werden ihre Gruppen per e-mail zu den Trainingseinheiten bei **Zoom** einladen. (normalerweise am Tag davor oder versenden einen Dauerlink)

Interessenten melden sich bitte über unser **Onlinebuchungsformular** auf unserer Homepage an damit sie zur Gruppe hinzugefügt werden können.

Alle Interessierten werden dann immer alle Einladungen der Übungsleiterin bekommen. (z.B. Cristina hat 4 Angebote)

Die **Teilnehmer** loggen sich dann nur bei dem Kurs ein, an dem sie mitmachen möchten.

Die Teilnehmer brauchen nicht absagen.

Wer nicht dabei ist, ist nicht dabei!

Kurz vor Beginn : Matte/ Hanteln/ Flasche mit Wasser/ Geräte bereitlegen

Ein paar Minuten vor Beginn einfach auf den von der Ü! gesendeten Link klicken, um im virtuellen Raum einzutreten.

Viel Spaß beim Sport!

Anni Schäfer und das Fitness-Team