

Anleitung zum Live-Online-Training

Hallo, schön, dass du beim Live-Online-Training mit dabei bist!

Damit alles gut klappen wird, habe ich ein paar Tipps zusammengestellt.

Auch für mich ist es eine Umstellung. Verzeihe mir, falls es am Anfang noch ein paar „Hoppalas“ gibt. Ich bemühe mich natürlich, dass alles immer besser funktioniert – du weißt ja, es ist mit der Technik ab und zu herausfordernd 😊.

1. Zoom runterladen

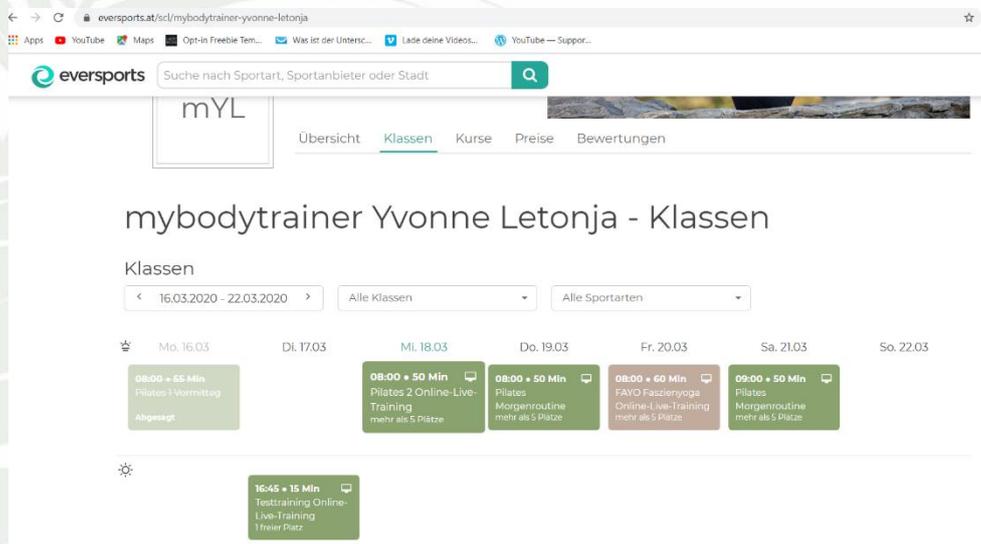
Um vor Beginn der Klasse nicht hetzen zu müssen, empfehle ich dir dich vorab für die Online Klasse vorzubereiten. Entweder über deinen Laptop mit Laptopcamera, oder via Handy. Jeder entscheidet selbst, ob er via Bildschirmkamera teilnehmen möchte oder nicht.

Ich habe den Anbieter „Zoom“ abonniert. Du klickst auf den Zoom-Link, der bei deiner Stunde bereits **15 Minuten vor dem Start** freigegeben wird. Wenn du auf den Link klickst, wird „Zoom“ automatisch heruntergeladen. Wenn das nicht klappt klicke auf diesen Link: <https://zoom.us/download>. Klicke auf den Button „Download“ und folge den Anweisungen, um die App zu installieren. Das dauert ca. 2 Minuten. **Wichtig:** Zoom ist für dich kostenlos!

Buche eine Online Klasse

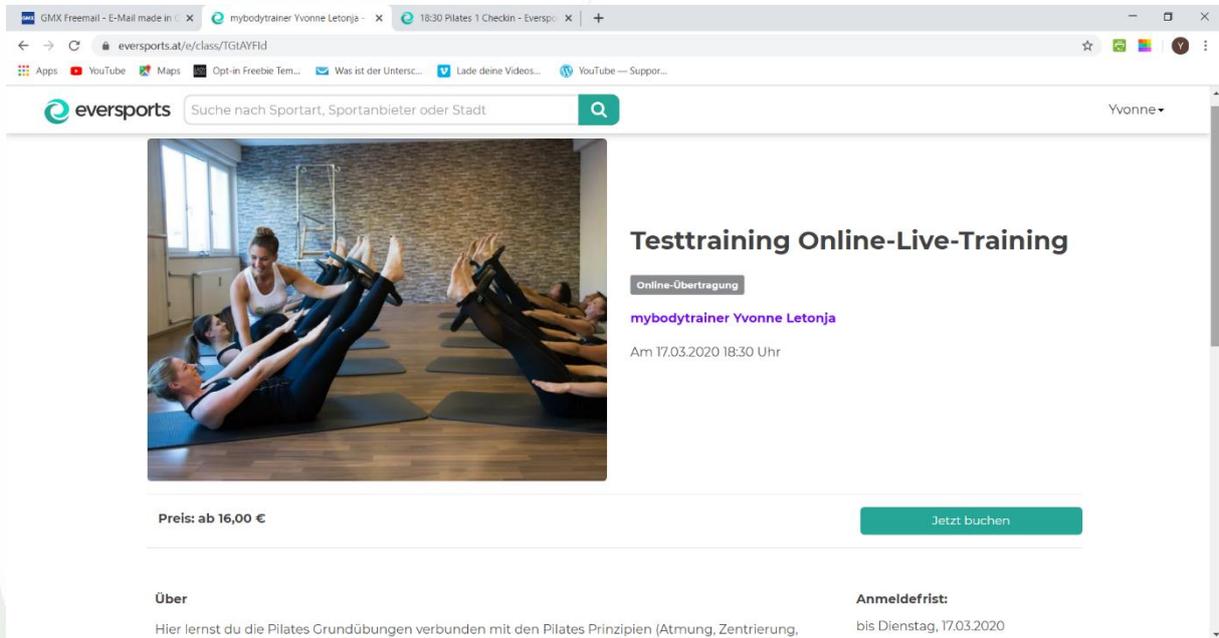
Online Klassen kannst du über die Eversports App und über den PC mit deinem Profil auf Eversports buchen. Suche dir im Stundenplan eine Klasse aus, die als "Online Übertragung" markiert ist und buche sie wie gewohnt über die Eversports App (wenn du neu bist bitte hier runterladen und registrieren: <https://www.eversports.at/> oder via PC.

Hier Beispiel Buchung PC. Klicke du auf deine Wunschstunde und „Jetzt buchen“:



The screenshot shows the Eversports website interface. At the top, there's a search bar with the text "Suche nach Sportart, Sportanbieter oder Stadt". Below that, the user profile "mybodytrainer Yvonne Letonja" is visible. The main section is titled "mybodytrainer Yvonne Letonja - Klassen". Underneath, there's a filter for "Klassen" with a date range "16.03.2020 - 22.03.2020" and a dropdown for "Alle Klassen". The schedule is displayed in a grid format with columns for days: Mo. 16.03, Di. 17.03, Mi. 18.03, Do. 19.03, Fr. 20.03, Sa. 21.03, and So. 22.03. Each day has a class card with details like time and duration. For example, on Monday, there's a class at 08:00 + 55 Min titled "Pilates 1 Vormittag". On Wednesday, there are two classes at 08:00 + 50 Min: "Pilates 2 Online-Live-Training" and "Pilates Morgenroutine". On Friday, there's a class at 08:00 + 60 Min titled "FAVO Fasziyoga Online-Live-Training". On Saturday, there's a class at 09:00 + 50 Min titled "Pilates Morgenroutine". At the bottom, there's a class on Monday at 16:45 + 15 Min titled "Testtraining Online-Live-Training".

Du wirst dann gleich zu den Buchungsdetails weitergeleitet und wählst dort aus, welches Produkt (z. B. 10-er Block, oder 1 Onlinestunde, oder Mitgliedschaft) du dafür verwenden möchtest,



GMX Freemail - E-Mail made in ... mybodytrainer Yvonne Letonja - 18:30 Pilates 1 Checkin - Eversports

eversports Suche nach Sportart, Sportanbieter oder Stadt Yvonne

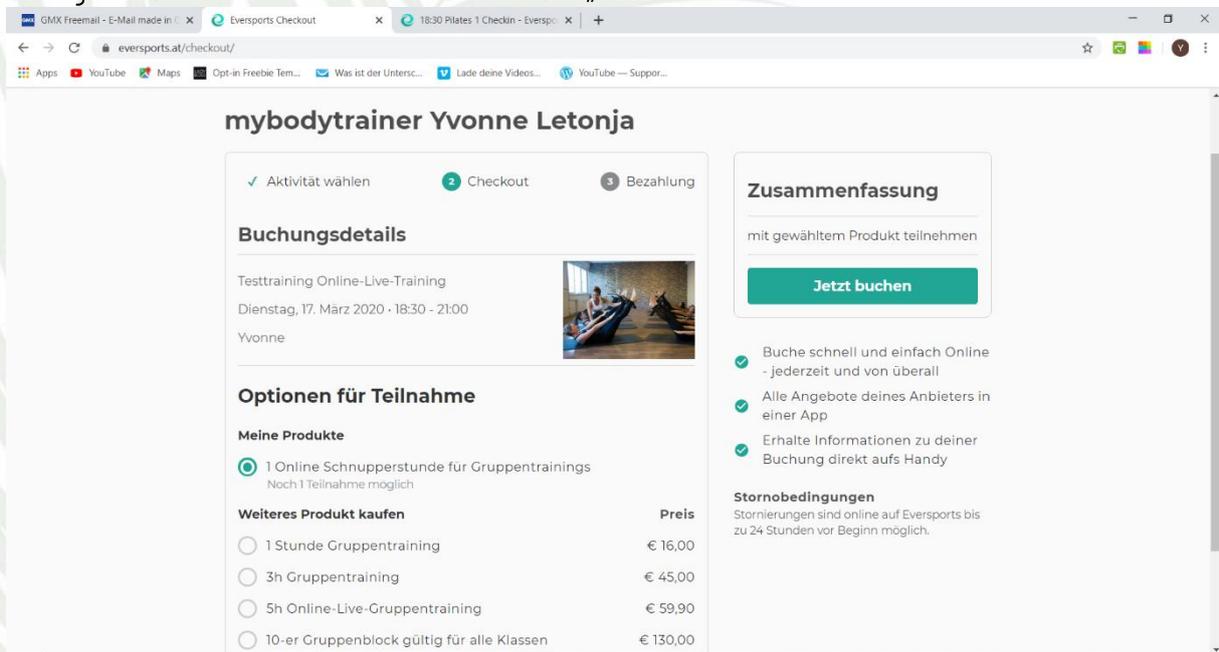
Testtraining Online-Live-Training

Online-Übertragung
mybodytrainer Yvonne Letonja
Am 17.03.2020 18:30 Uhr

Preis: ab 16,00 € [Jetzt buchen](#)

Über **Anmeldefrist:**
Hier lernst du die Pilates Grundübungen verbunden mit den Pilates Prinzipien (Atemung, Zentrierung, bis Dienstag, 17.03.2020

oder gehst auf Produkt kaufen und klickst auf „Jetzt buchen“:



GMX Freemail - E-Mail made in ... Eversports Checkout - 18:30 Pilates 1 Checkin - Eversports

eversports.at/checkout/

mybodytrainer Yvonne Letonja

✓ Aktivität wählen 2 Checkout 3 Bezahlung

Buchungsdetails

Testtraining Online-Live-Training
Dienstag, 17. März 2020 - 18:30 - 21:00
Yvonne

Optionen für Teilnahme

Meine Produkte

1 Online Schnupperstunde für Gruppentrainings
Noch 1 Teilnahme möglich

Weiteres Produkt kaufen

	Preis
<input type="radio"/> 1 Stunde Gruppentraining	€ 16,00
<input type="radio"/> 3h Gruppentraining	€ 45,00
<input type="radio"/> 5h Online-Live-Gruppentraining	€ 59,90
<input type="radio"/> 10-er Gruppenblock gültig für alle Klassen	€ 130,00

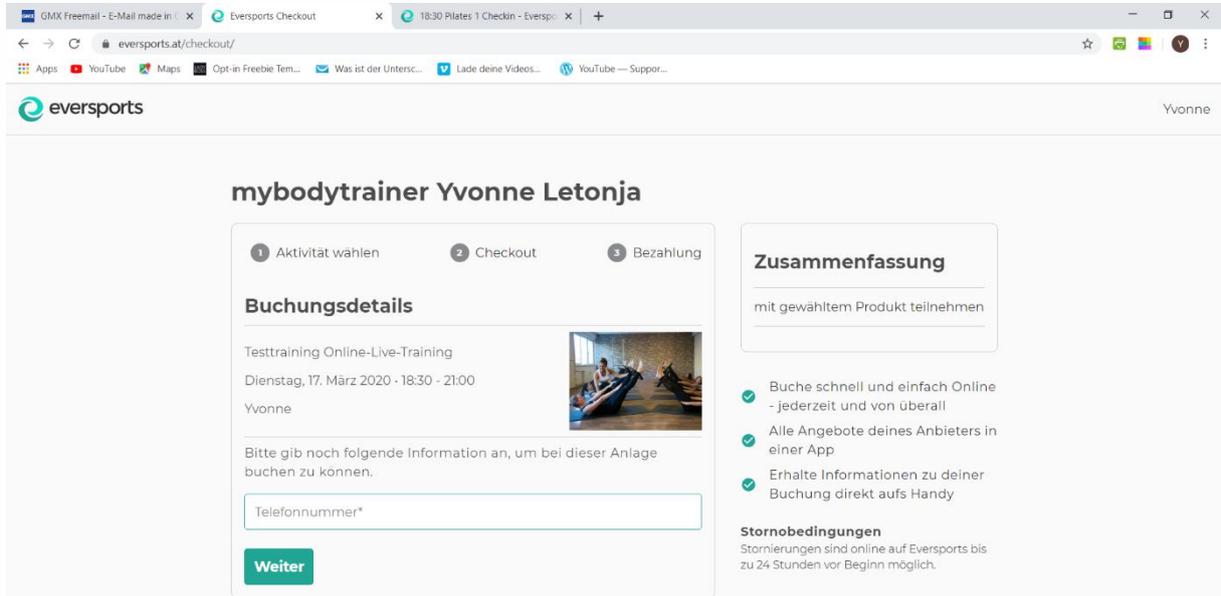
Zusammenfassung

mit gewähltem Produkt teilnehmen

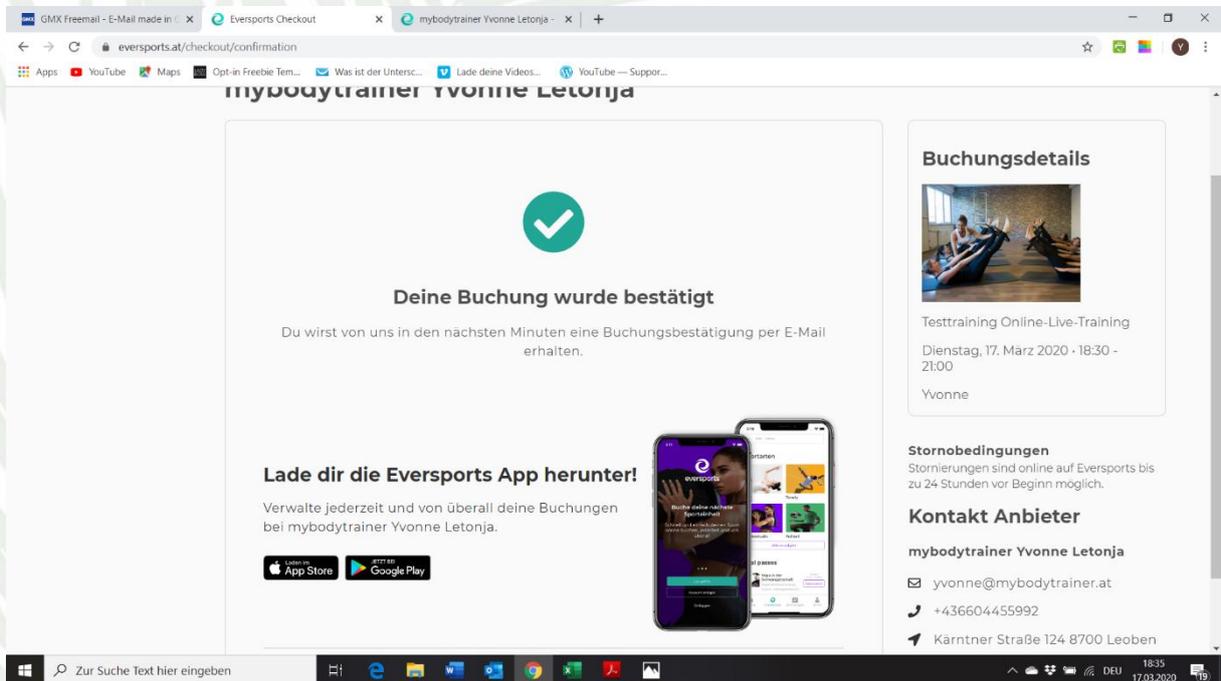
[Jetzt buchen](#)

- ✓ Buche schnell und einfach Online - jederzeit und von überall
- ✓ Alle Angebote deines Anbieters in einer App
- ✓ Erhalte Informationen zu deiner Buchung direkt aufs Handy

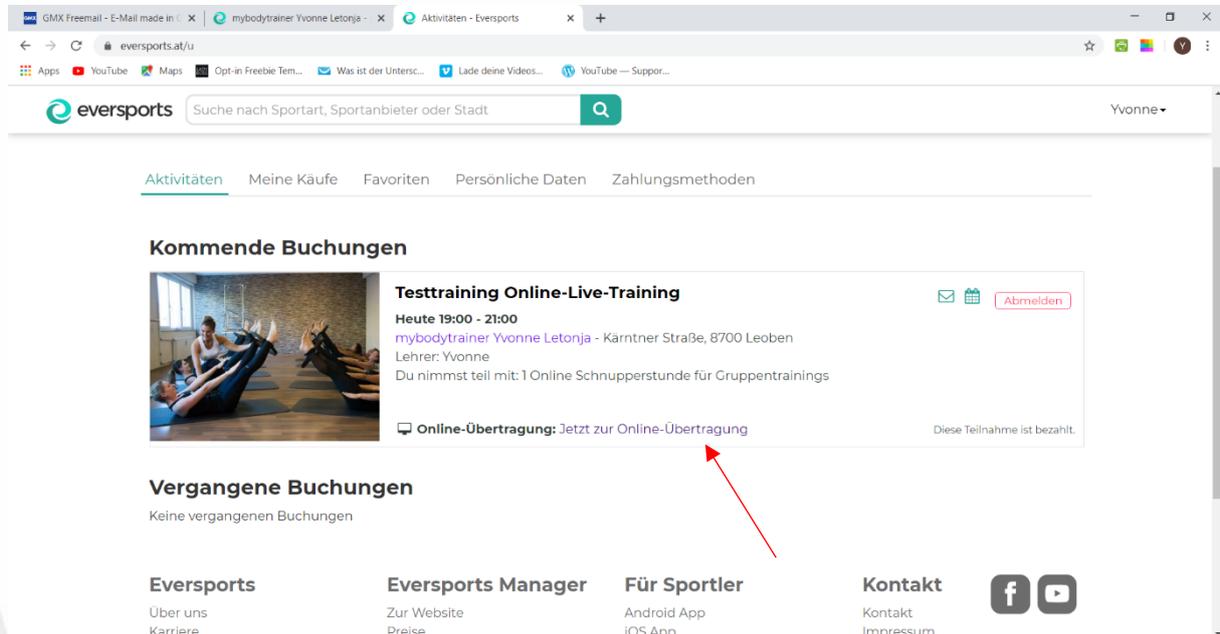
Stornobedingungen
Stornierungen sind online auf Eversports bis zu 24 Stunden vor Beginn möglich.



Hier kommt deine Buchungsbestätigung und diese bekommst du auch per Email.



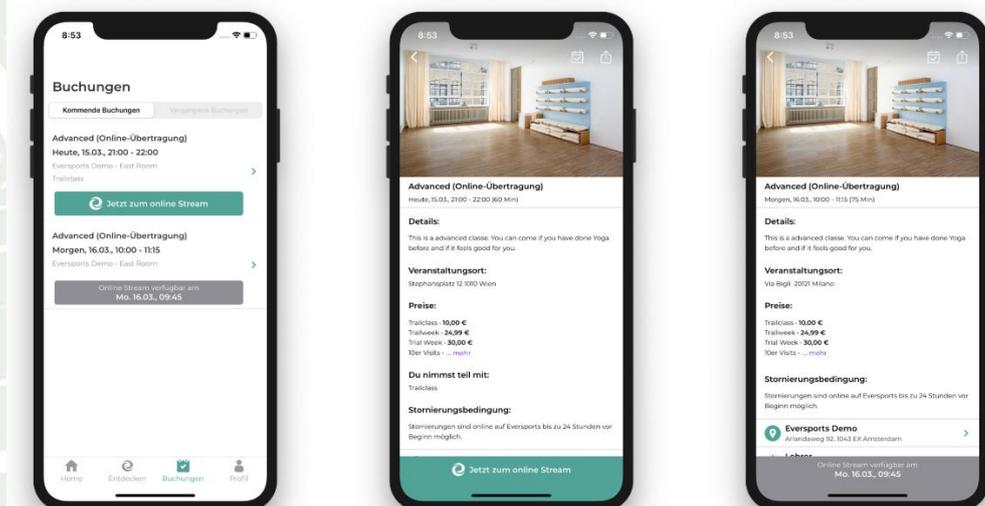
15 Minuten vor dem Training bekommst du den Zoom-Zugang:



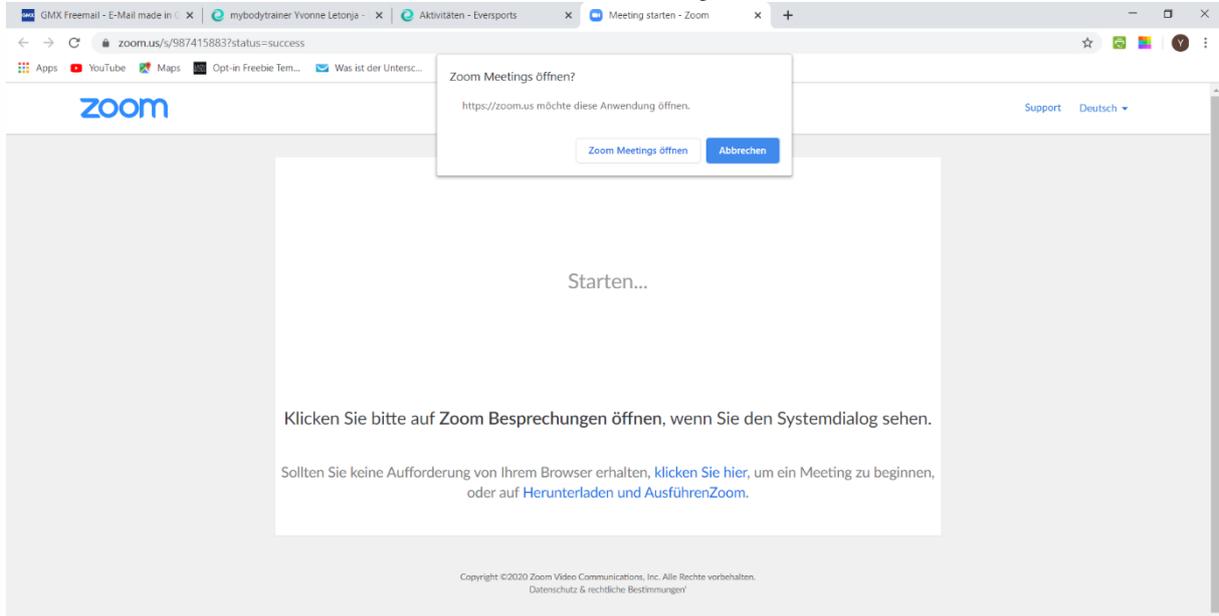
Du klickst auf „Jetzt zur Online-Übertragung“.

Unter "Meine Buchungen" findest du bei der entsprechenden Online Klasse einen Hinweis zum Online Streaming:

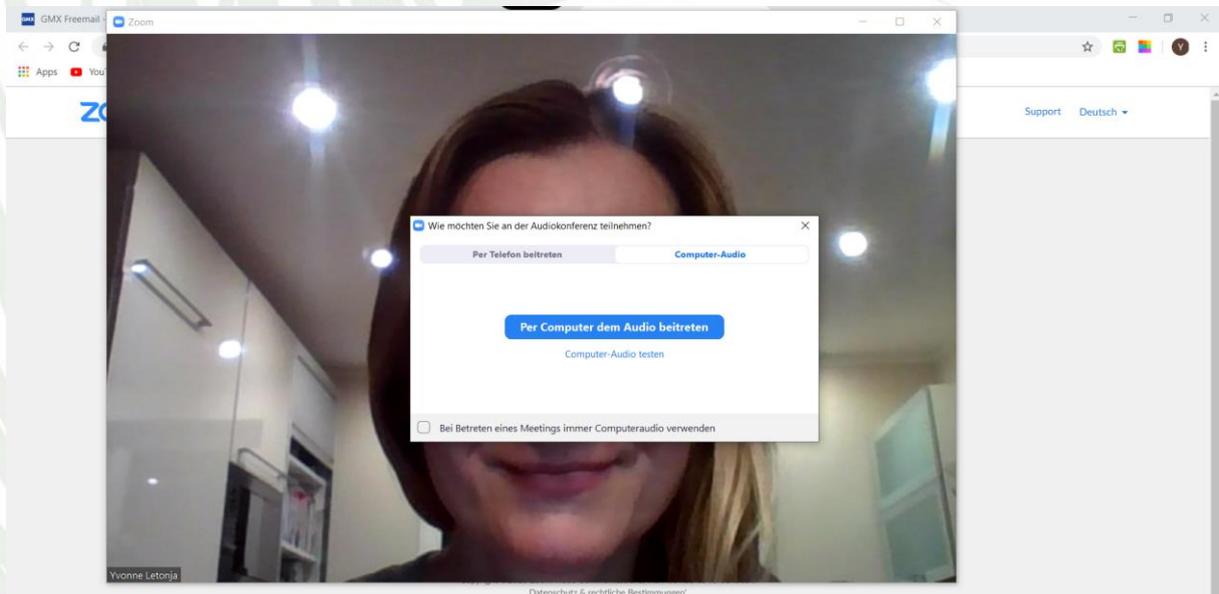
- In der App findest du einen Button, der dich darüber informiert an welchem Tag und zu welcher Uhrzeit der Link zum Online Stream für dich dort verfügbar sein wird.
- Falls der Button grau ist, bedeutet das, dass der Online Stream noch nicht verfügbar ist. Ab 15 Minuten vor Beginn der Klasse wird der Button grün und die Online Klasse damit zugänglich. Mit einem Klick auf den Button wirst du auf die entsprechende Online Streaming Seite weitergeleitet und du bist live dabei!



Du landest dann in Zoom und klickst auf Zoom Meeting öffnen:



Klicke auf „Per Computer dem Audio beitreten“





Du kannst zu Vollbildmodus wechseln, schau, dass Stummschalten und Video beenden weiß bleibt, damit wir uns vor der Stunde begrüßen können und ein bisschen plaudern und ich dir erzähle, was wir machen werden.

Wichtig: Nach der Stunde beantworte ich noch gerne eventuelle Fragen, dann kannst du das „Meeting beenden“.

Hinweis 😊 heute ungeschminkt und schön müde vom vielen Sitzen – bin ich nicht gewohnt ...

Ich freue mich auf ein tolles Training mit dir, glg Yvonne