


TEILNEHMEN AN EINER ONLINE-YOGASTUNDE ÜBER ZOOM

- 1.** Lade dir **Zoom**  auf dein Handy oder Computer runter:
 - Computer: <https://zoom.us>
 - Handy: bei Google Play (Android) oder im App Store (iphone)

- 2.** Wenn du es runter geladen hast, dann öffne die App/Programm und prüfe ob Video und Audio funktionieren.

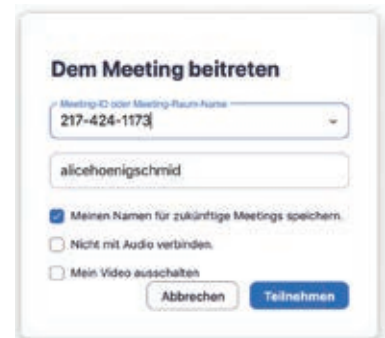


- 3.** Richte dir deinen **Yogaplatz** ein.
 Wenn du sichtbar sein willst (für den Lehrer ist es sehr hilfreich wenn 4-6 Personen sichtbar mitmachen) dann richte dein Handy/Computer so ein, dass man dich im Querformat ganz sieht.



- 4.** Öffne **Zoom** 10-15 Minuten vor Beginn der Stunde und klick auf diesen link <https://zoom.us/j/2174241173>

- entweder bist du gleich im Chatroom
- oder du musst noch **Einem Meeting beitreten** klicken und die ID **217-424-1173** manuell eingeben →



Dem Meeting beitreten

Meeting-ID oder Meeting-Raum-Name
 217-424-1173

alicehoenigschmid

Meinen Namen für zukünftige Meetings speichern

Nicht mit Audio verbinden

Mein Video ausschalten

Abbrechen **Teilnehmen**

- 5.** Vor der Stunde können Bild und Ton noch an sein.



- Zu Stundenbeginn schalte bitte unbedingt dein **Audio aus**



- Wenn du nicht sichtbar sein willst bitte auch dein **Video ausschalten**



Bitte NICHT mehr einwählen wenn die Stunde schon angefangen hat ;-)
 Danke

Wir freuen uns auf Euch, Euer YOGATEAMBZ

PS: wenn Ihr niemanden fragen könnt der sich auskennt könnt ihr uns anmailen, wir sind keine Computer-Profis, versuchen Euch aber selbstverständlich zu helfen yoga@yogateam.bz