

Anleitung ZOOM-Installation

Um unsere Online-Stunden nutzen zu können, ist es nötig, das Programm „Zoom“ zu installieren.

Wir haben die Schritte für euch zusammengefasst:



1. FC Puchheim Homepage → Online-Angebote → Stundenplan

Online-Stundenplan

Suchen ...



Liebe Mitglieder,

hier findet ihr unser ständig wachsendes Online-Angebot. Klickt Euch rein und macht mit!

Zur Teilnahme an einer Stunde bitte den entsprechenden Link anklicken. Falls das "Zoom"-Programm noch nicht installiert ist, werdet Ihr aufgefordert "Zoom" herunterzuladen. Bitte geht ca. 10 min vor Stundenbeginn online.

Übt oder trainiert besonnen und so, wie es Eurem aktuellen Fitness-Zustand entspricht. Bitte sorgt dafür, dass Eure private Trainingsfläche rutschfest ist und dass sich in Eurer Nähe keine Stolperfallen befinden. Lüftet vor dem Üben gründlich, stellt Euch etwas zu trinken bereit und schon kann es losgehen! Die Nutzung der "Zoom"-Stunden erfolgt eigenverantwortlich und auf eigene Gefahr.

Für die einzelnen Stunden bitte folgendes bereit halten:

Bei Andrea: Bauch-Beine-Po Theraband (ab 14.12.2020)

Bei Angela: Stuhl, Gymnastikmatte, Handtuch, Geschirrtuch, 2 Päckchen Taschentücher, 2x 0,5-Liter-Wasserflasche (Plastik), 2 Esslöffel.

Bei Claudia: Redondo- oder Overball (alternativ Sofakissen oder weicher Gymnastikball); Theraband; 1-Liter-Wasserflasche.

- Montag, Body-Balance
18:00 – 19:00 Uhr bei Andrea Aichinger

<https://us02web.zoom.us/j/86267207432>



Angebot auswählen und auf den Link klicken

- Montag, Bauch – Beine – Po
19:15 – 20:15 Uhr bei Andrea Aichinger

<https://us02web.zoom.us/j/88405459474>

2.

Meeting-Registrierung



Thema FCP Body Balance bei Andrea, Montag 18:00 - 19:00 Uhr

Zeit Bitte nur die Teilnahme an einer Besprechung wählen

28.Dez.2020 06:00 PM



gewünschten Termin auswählen

Zeit angezeigt in Amsterdam, Berlin, Rom, Stockholm, Wien

Vorname*

Felix

Nachname*

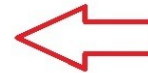
B

E-Mail-Adresse*

fitnesstrainer@fc-puchheim.de

E-Mail-Adresse bestätigen*

fitnesstrainer@fc-puchheim.de



Felder ausfüllen und auf "Registrieren" klicken

* Pflichtangabe

Registrieren

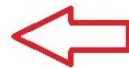
Info	Download	Vertrieb	Support	Sprache
Zoom-Blog Kunden Unser Team Karriere Integrationen Partner Investoren Presse	Meetings-Client Zoom Rooms-Client Browsererweiterung Outlook-Plug-in Lync-Plug-in iPhone/iPad-App Android-App Virtuelle Hintergründe von Zoom	1.888.799.9666 Vertrieb kontaktieren Abos und Preise Eine Demo anfordern Webinare und Events	Zoom testen Konto Support-Center Live-Schulung Feedback Kontaktieren Sie uns Zugang Datenschutz und Sicherheit	Deutsch ▾ Währung Euros € ▾

3.

Meeting-Registrierung genehmigt

Thema FCP Body Balance bei Andrea, Montag 18:00 - 19:00 Uhr

Zeit 28.Dez.2020 06:00 PM in Amsterdam, Berlin, Rom, Stockholm, Wien



Wunschtermin kontrollieren

Zum Kalender hinzufügen ▾

Meeting-ID: 862 6720 7432

Um dem Meeting beizutreten.

Nehmen Sie von einem PC, Mac, iPad, iPhone oder Android-Gerät aus teil:

Klicken Sie bitte auf diese URL, um beizutreten. <https://us02web.zoom.us/j/86267207432?tk=glz-8dz7wkTVY8l9J2qYJ2OmWC9AxWeXLKYGw026wDQ,DQIAAAAUFe0fCBZaeFNXeUl4WFJrYVNOm3ODZxX1ZRAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA>



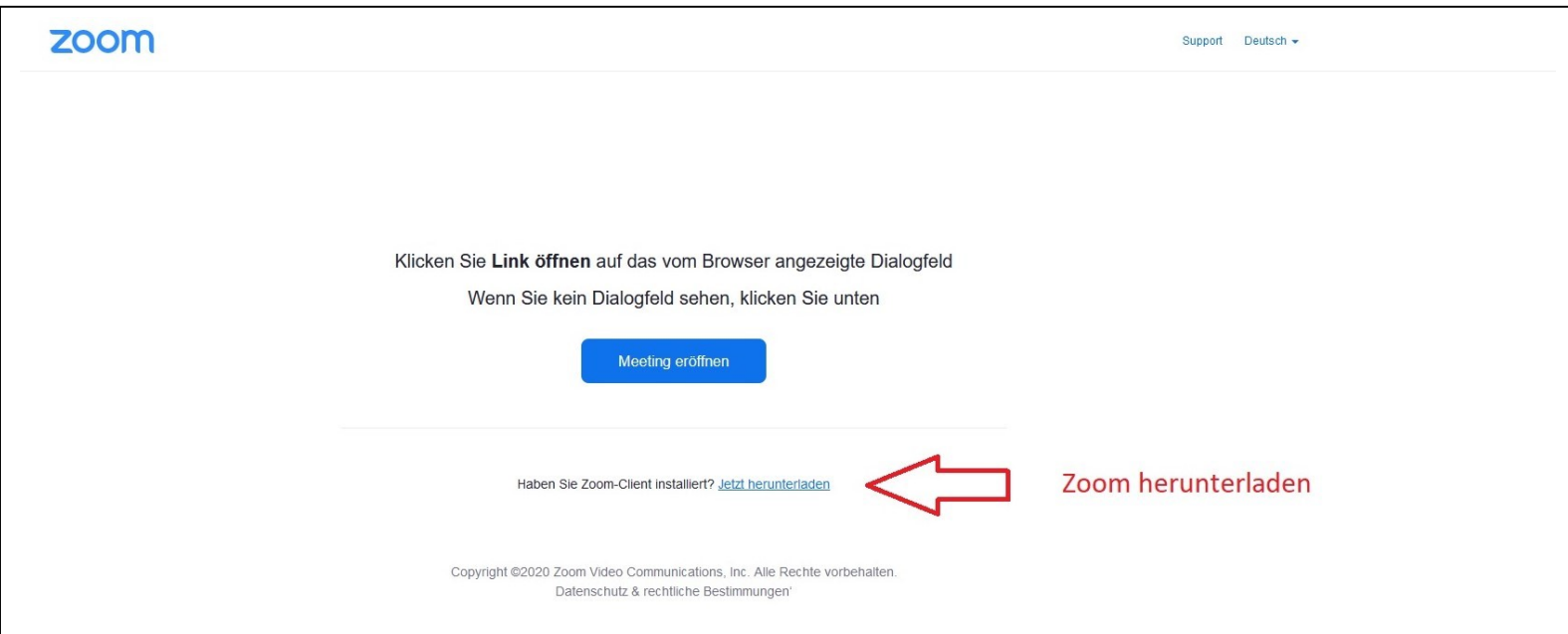
auf den Link klicken

Um diese Registrierung zu stornieren.

Sie können Ihre Registrierung jederzeit stornieren.

Info	Download	Vertrieb	Support	Sprache
Zoom-Blog Kunden Unser Team Karriere Integrationen Partner Investoren Presse Medien-Kit Anleitung für Videos	Meetings-Client Zoom Rooms-Client Browsererweiterung Outlook-Plug-in Lync-Plug-in iPhone/iPad-App Android-App Virtuelle Hintergründe von Zoom	1.888.799.9666 Vertrieb kontaktieren Abos und Preise Eine Demo anfordern Webinare und Events	Zoom testen Konto Support-Center Live-Schulung Feedback Kontaktieren Sie uns Zugang Datenschutz und Sicherheit	Deutsch ▾ Währung Euros € ▾

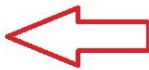
4.



zoom Support Deutsch ▾

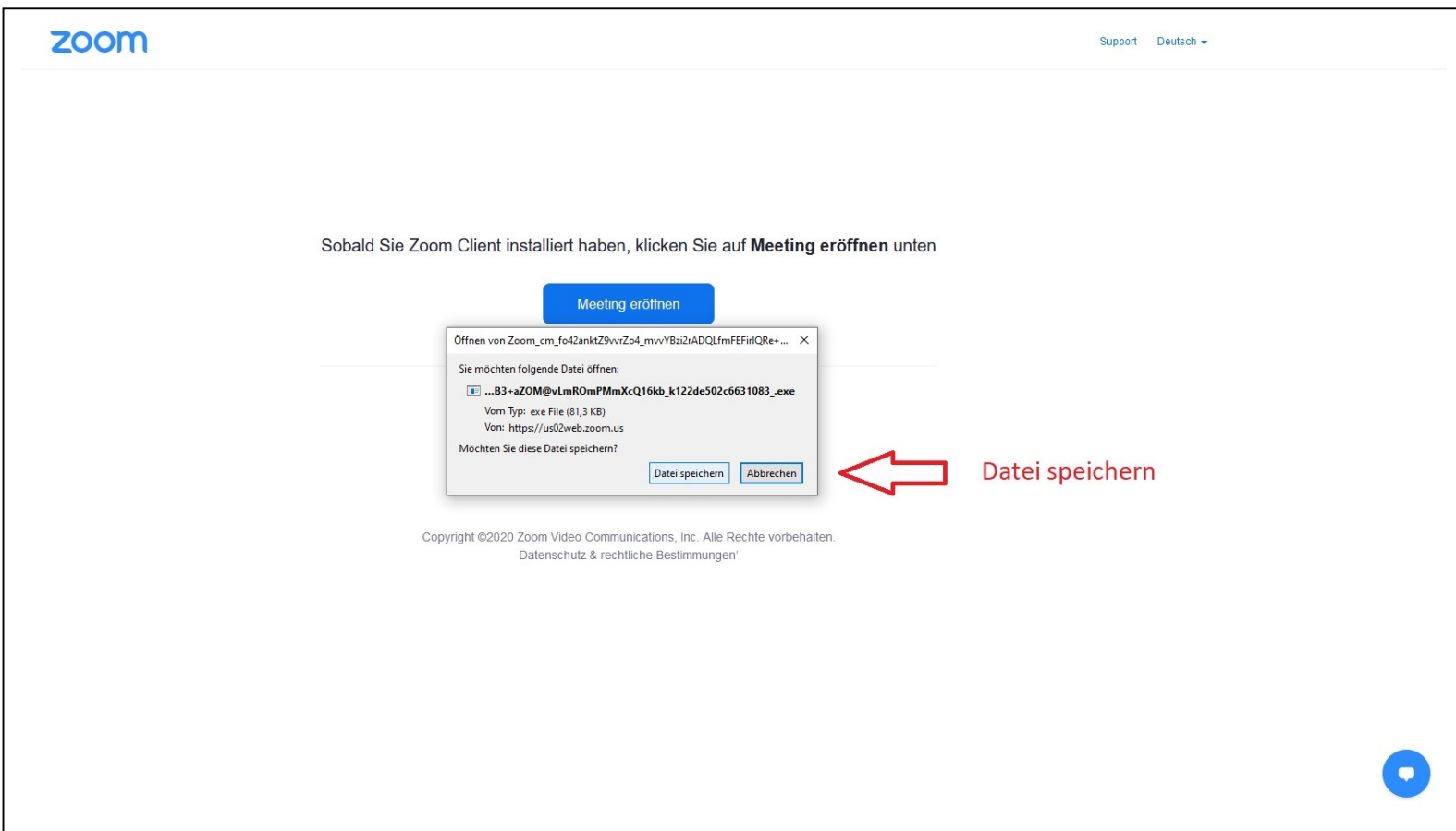
Klicken Sie **Link öffnen** auf das vom Browser angezeigte Dialogfeld
Wenn Sie kein Dialogfeld sehen, klicken Sie unten

[Meeting eröffnen](#)

Haben Sie Zoom-Client installiert? [Jetzt herunterladen](#)  **Zoom herunterladen**

Copyright ©2020 Zoom Video Communications, Inc. Alle Rechte vorbehalten.
Datenschutz & rechtliche Bestimmungen

5.



zoom Support Deutsch ▾

Sobald Sie Zoom Client installiert haben, klicken Sie auf **Meeting eröffnen** unten

[Meeting eröffnen](#)

Öffnen von Zoom_cm_fo42anktZ9vvrZo4_mvVYBzi2rADQLfmFFirIQRe+... X

Sie möchten folgende Datei öffnen:


...B3+aZOM@vLmROmPMmXcQ16kb_k122de502c6631083_exe

Vom Typ: exe File (81,3 KB)


Von: https://us02web.zoom.us

Möchten Sie diese Datei speichern?

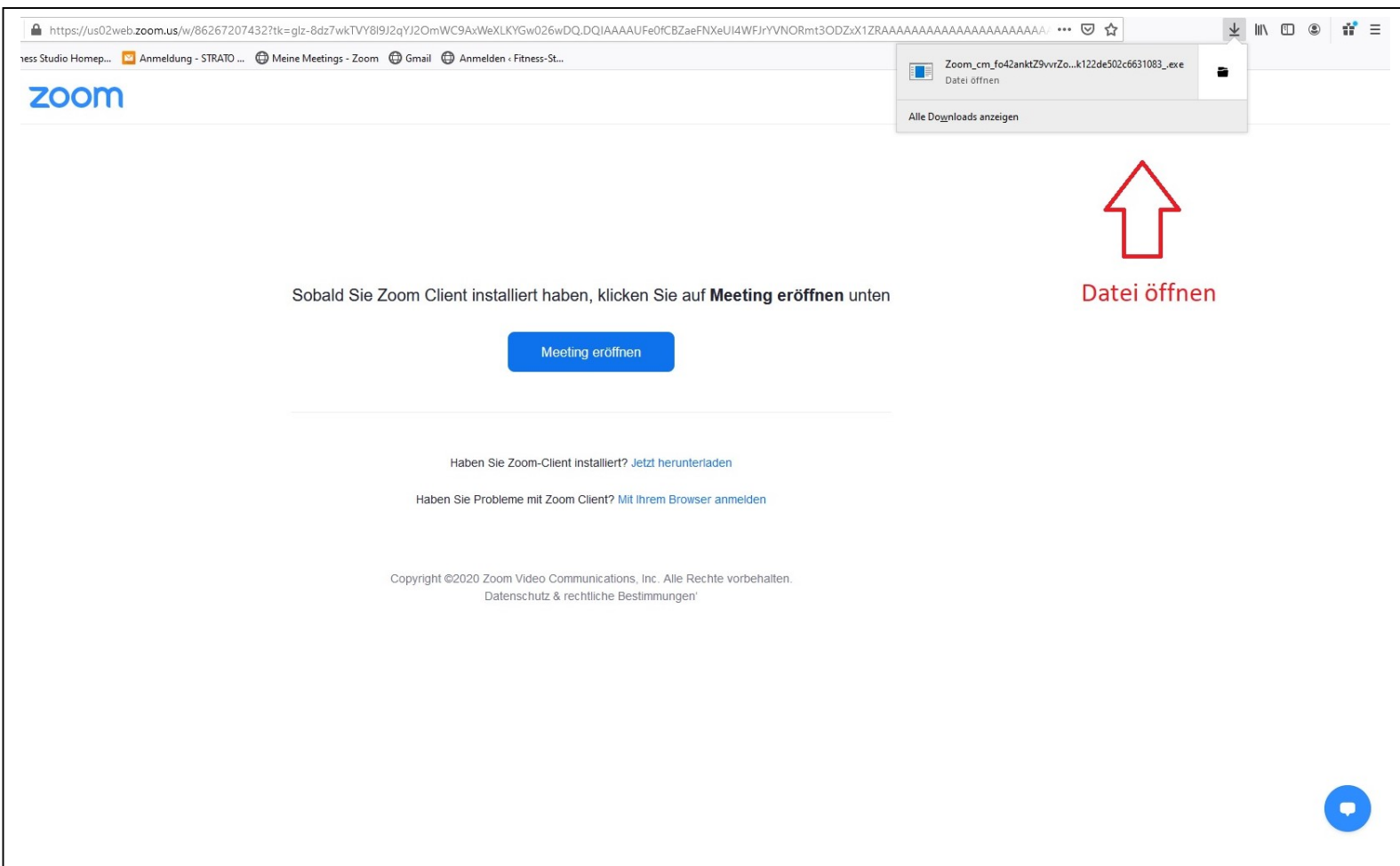
[Datei speichern](#) [Abbrechen](#)

 **Datei speichern**

Copyright ©2020 Zoom Video Communications, Inc. Alle Rechte vorbehalten.
Datenschutz & rechtliche Bestimmungen



6.



The screenshot shows a web browser window with the Zoom website. The address bar contains a long URL. The page features the Zoom logo in the top left. The main content area has the text: "Sobald Sie Zoom Client installiert haben, klicken Sie auf **Meeting eröffnen** unten". Below this is a blue button labeled "Meeting eröffnen". To the right, a red arrow points upwards to the text "Datei öffnen". Below the button, there are links for downloading the Zoom client and logging in with a browser. At the bottom, there is a copyright notice for Zoom Video Communications, Inc. and a small blue chat icon in the bottom right corner.

Nach der Installation von „Zoom“ ist nun eine Teilnahme bei unseren Online-Stunden problemlos möglich.
(Schritte 1 bis 3)

Einfach eine Stunde auswählen, auf den Link klicken und den Anweisungen folgen.

Wir wünschen viel Spaß beim Online-Sportprogramm des FC Puchheim!

