

CHECKLISTE FÜR ONLINE YOGASTUNDEN DES SHUNIA ZENTRUMS

Zoom App herunterladen und installieren

Zoom Meetings erfordern eine App, die du einmalig herunterladen musst, wenn du bis jetzt noch nie an einem Zoom-Meeting teilgenommen hast.

Lade die Zoom-App kostenfrei auf dein Gerät herunter - für Smartphone, PC (iOS/Windows), iPad, etc. ... : <https://zoom.us/support/download>

Mit manchen Browsern reicht es auch, einfach auf unseren Einwahl-Link zu klicken, und die Zoom App wird automatisch als Download angeboten.

So nimmst du an unseren Online Yogakursen teil:

In unserem Kursplan findest du für jede Online-Yogastunde jeweils einen eigenen Zugangs-Link. Klicke ca. 10 Minuten vor Beginn der Stunde auf diesen Link. Du betrittst dann automatisch den „Yogaraum“. Der Link funktioniert nur, wenn die Zoom App installiert ist!

Je nach Betriebssystem öffnen sich ein Freigabefenster zur Bestätigung der Teilnahme mit Video und Audio. Bitte beides bestätigen.

Mikrofon und Kamera kannst du in der Bedienleiste unten dann individuell aus- oder einschalten. Wir empfehlen, dein Mikrofon während der Yogastunde stumm zu schalten (das Mikrofon-Icon ist dann durchgestrichen), es sei denn du möchtest eine Frage stellen. Wenn du nicht gesehen werden möchtest, kannst du auch deine Kamera unten links ausschalten (das Kamera-Icon ist dann durchgestrichen).

Mit dem Icon oben rechts (PC/Laptop) kannst du die Bildschirmansicht verändern (Wechsel zwischen Galerieansicht/ Sprecheransicht), so dass du den Kursleiter (Sprecheransicht) in voller Bildschirmgröße siehst. In der Galerieansicht kannst du alle KursteilnehmerInnen sehen.

Auf einem Smartphone/Tablet einfach rechts bzw. links über den Bildschirm wischen, um dich durch die Galerieansicht zu bewegen. Auf Sprecheransicht kannst du wechseln, indem du das Bild des Sprechers/Kursleiters antippst.

Von den anderen Icons in der Leiste unten (PC/Laptop) bitte möglichst keines anklicken!

Bei Problemen während der Übertragung:

- Falls du den Kursleiter nicht sehen oder hören kannst, oder aus irgendwelchen Gründen aus dem Meeting rausfliegst, melde dich mit dem Original-Link erneut an.
- Falls noch andere Personen deine Internet-Verbindung benutzen, bitte sie zum Zeitpunkt des Meetings nichts zu streamen oder keine größeren Datenmengen zu laden. Am stabilsten ist die Verbindung über ein LAN-Kabel!

- Schließe alle anderen Anwendungen. Dadurch stellst du sicher, dass du beste Bild- und Tonqualität hast und nicht aus dem Meeting herausgeworfen wirst!

Datenschutz

Wir zeichnen die Yogastunden nicht auf oder sichern auf sonstige Weise Teilnehmerdaten! Wenn du trotzdem für die anderen TeilnehmerInnen und den/die KursleiterIn nicht sichtbar sein möchtest, deaktiviere bitte deine Kamera!

VIEL FREUDE BEI DEN YOGASTUNDEN!!

Euer shunia Team