




Anleitung zur Installation von ZOOM:

Zur Teilnahme an Online-Kursen wird die Software bzw. die App "Zoom"  benötigt.

Zoom Installation auf Windows PC

- Im Browser aufrufen: <https://www.zoom.us/> 
- Oben rechts "Ressourcen" --> "Zoom Client Herunterladen"
- Zoom-Client für Meetings --> Download
- ZoomInstaller.exe speichern
- ZoomInstaller.exe ausführen
- Zoom startet dann schon automatisch.
- Ansonsten im Windows Start-Menü "Zoom" --> "Start Zoom" aufrufen

Zoom Installation Android Smartphone

- Im Google Play Store suchen: "Zoom Cloud Meeting" 
- "Zoom Cloud Meeting" installieren
- "Zoom" ausführen

Ab dem 13.01.2021 finden die aufgeführten Kurse („Meetings“) über Zoom statt.
(Für die Teilnahme an den Kursen ist keine vorherige Anmeldung notwendig.)

Hinweis: Jeder kann ohne, dass er bei Zoom registriert ist, an einem Online-Meeting teilnehmen. Zoom muss allerdings vor der ersten Nutzung installiert werden. Eine Anleitung für die Installation findet ihr im Download-Bereich unserer Homepage.

Es gibt zwei Möglichkeiten, um das Zoom-Meeting zu öffnen:

1. Möglichkeit:

1. Klicke auf den Link (<https://.....>), der unter dem jeweiligen Kurstermin steht.
2. Es öffnet sich am oberen Bildschirmrand ein Fenster, indem du auf "Zoom Meetings öffnen" klicken kannst.

2. Möglichkeit:

1. Nimm deinen Laptop oder PC und gehe auf www.zoom.us
2. Oben in der Leiste findest du den Menüpunkt "*einem Meeting beitreten*". Wähle diesen Menüpunkt aus und gebe die jeweiligen Zugangsdaten für den Kurs ein (Meeting-ID und Passwort).

Du gelangst zunächst in einen „Wartezimmer“. Die Übungsleiterin schaltet dich dann in einem nächsten Schritt frei.

Nachdem du im Meeting bzw. im Kurs bist:

Unten links auf dem Bildschirm kannst du verschiedene Einstellungen vornehmen.

Du bist automatisch stumm geschaltet (bitte diese Einstellung auch nicht verändern!).

Du entscheidest selbst, ob du deine Kamera ein oder ausschaltest.

Schalte die Lautstärke laut oder nutze Boxen, um die Musik und die Anleitung der Kursleiterin gut hören zu können.

Benötigt wird:

- so viel Platz, dass ihr einen großen Schritt nach rechts, links, vor und zurückmachen könnt
- etwas zum trinken
- kleine Unterlage

- **„Bodyfit“** immer **mittwochs 18:00 - 19:00 Uhr** mit Silke Niehof

Kurs läuft ab Mittwoch 13.01.2021 bis auf Widerruf.

Link: <https://zoom.us/j/92098206880?pwd=Tjlray9uZjQ5ZWZtTHpnVm1GaHVHdz09>

- *Bei Nutzung der Zoom-App:*

- Meeting-ID: 920 9820 6880

- - Passwort: 418334

- **„Zumba“** immer **mittwochs 19:00 - 20:00 Uhr** mit Silke Niehof

Kurs läuft ab Mittwoch 13.01.2021 bis auf Widerruf.

Link: <https://zoom.us/j/92098206880?pwd=Tjlray9uZjQ5ZWZtTHpnVm1GaHVHdz09>

- *Bei Nutzung der Zoom-App:*

- Meeting-ID: 920 9820 6880

- - Passwort: 418334

▪

- **„Pilates“** immer **donnerstags 09:00 – 10.00 Uhr** mit Silke Niehof

Kurs läuft ab Donnerstag 14.01.2021 bis auf Widerruf.

Link: <https://zoom.us/j/95934331961?pwd=MWNDSkV4bUZiMnl6Vi9TViY3WnY5UT09>

- *Bei Nutzung der Zoom-App:*

Meeting-ID: 959 3433 1961

- Kenncode: 013288

▪

- **„Bodyfit“** immer **donnerstags 10:00 – 11.00 Uhr** mit Silke Niehof

Kurs läuft ab Donnerstag 14.01.2021 bis auf Widerruf.

Link: <https://zoom.us/j/95934331961?pwd=MWNDSkV4bUZiMnl6Vi9TViY3WnY5UT09>

- *Bei Nutzung der Zoom-App:*

Meeting-ID: 959 3433 1961

- Kenncode: 013288
-
- **„Rückenfit“** immer **donnerstags 17:00 – 18:00 Uhr** mit Silke Niehof
Kurs läuft ab Donnerstag 14.01.2021 bis auf Widerruf.
Link: <https://zoom.us/j/91634188419?pwd=VjNIRDZT0VJZnRTcDRSd2pTWGowUT09>
- Bei Nutzung der Zoom-App:
 - Meeting-ID: 916 3418 8419
 - Passwort: 322509

- **„Funktionelles Training“** immer **donnerstags 19:00 - 20:00 Uhr** mit Silke Niehof
Kurs läuft ab Donnerstag 14.01.2021 bis auf Widerruf.
Link: <https://zoom.us/j/91025323454?pwd=RVRFYzhET2tnYkY1ZVNWKzRnb3NkZz09>
- Bei Nutzung der Zoom-App:
 - Meeting-ID: 910 2532 3454
 - Passwort: 345076