

Instructie Zoom

Hierbij de instructies om online de yogales van Ingrid te volgen.

Doe dit meteen zodat je straks als de les begint hiermee klaar bent.

Het zou zonde zijn om de helft van de les te missen omdat je bezig bent met het programma te installeren.

Hoe maak ik een account aan:

Gebruik een laptop, PC of smartphone met werkende camera (niet noodzakelijk) en microfoon. Download Zoom op het apparaat dat je wilt gebruiken.

Zoom voor op de computer (windows)

<https://zoom.us/client/latest/ZoomInstaller.exe>

Zoom voor Android

<https://play.google.com/store/apps/details?id=us.zoom.videomeetings>

Zoom voor Apple

<https://itunes.apple.com/us/app/id546505307>

Maak een account aan.

Op de datum en tijd zelf kun je klikken op 'join' en vul dan de volgende code in: **253-779-8905**

Of gebruik deze link: <https://zoom.us/j/2537798905>

Hopelijk is het zo allemaal duidelijk en lukt het jullie. Mocht je vragen hebben probeer iemand in je omgeving om hulp te vragen. Maar het moet te doen zijn.

Zorg dat je van tevoren de balletjes reeds hebt gebruikt. Ik start een kwartier van tevoren voor vragen

PS: Er staan al enkele filmpjes van oefeningen op Facebook.

<https://www.facebook.com/yogapraktijk.ingridnoy>

Mocht je tips hebben deel het met ons of op facebook.