



## Anleitung für die Teilnahme an den online Live-Kursen des Universitätssports

### Buchung:

- Lieblingskurse in der A-Z Liste heraussuchen und buchen.
- Die Zugangsdaten und den Link zum "Zoom-Meeting" für Deinen Online-Kurs findest Du auf der Buchungsbestätigung!
- Bitte unbedingt bei der Buchung eine gültige E-Mail-Adresse angeben, damit wir Dir ggfs. Änderungen bei den Zugangsdaten zuschicken können!

### Kurz vor Kursbeginn:

- Sichere Internetverbindung sicherstellen.
- Zusätzliche Boxen (z. Bsp. via Bluetooth) verbessern den Sound.
- Anschluss des Gerätes an einen TV/großen Bildschirm (z. Bsp. via HDMI, Beamer) verstärkt das Live-Gefühl.
- Workout-Area mit Handtuch oder Matte vorbereiten und ggfs. Getränk bereitstellen.  
Bitte beachte dabei:
  - Ausreichend Platz sicherstellen (mind. eine Armlänge Platz zwischen Bewegungsfläche und Einrichtung in alle Richtungen), auf Dachschrägen achten
  - Gefährliche Ecken & Kanten sichern
  - Darauf achten, dass der Boden frei von Stolperfallen und nicht rutschig istFalls weitere Materialien benötigt werden sollten, erhältst Du vorab eine Info-Mail.
- Über den Zoom-Link einloggen und mitmachen!
- Falls Du eine Interaktion mit Deiner\*m Übungsleitenden wünschst, Kamera einschalten (Mikro bitte ausschalten)

### Infos zu Zoom:

- Du kannst Zoom über den Download der App bzw. des Desktop-Clients nutzen (wird bei erstmaliger Nutzung mittels des Meeting-Links über den Browser automatisch heruntergeladen).
- Für den Ton beim Handy unten links auf „an Audio teilnehmen“ oder auf „via Geräte Audio teilnehmen“ klicken, beim PC auf „per Computer dem Audio beitreten“ klicken.
- Wenn sich die Teilnahme am Meeting unerwartet beendet, nochmals über den Zoom-Link einloggen und erneut zum Meeting beitreten.
- Wenn Ton und Bild während der Kurse verzögert sind, das Gerät nochmals vom Internet trennen und erneut verbinden.
- Wenn der/die KursleiterIn während des Kurses nicht mehr richtig zu hören oder zu sehen ist, die Chatfunktion nutzen oder das Mikro anschalten und darauf hinweisen (Mikro danach bitte wieder ausschalten).