



Liebe Mitglieder der Turnabteilung,

wie Ihr sicher der Presse entnommen habt, musste der Trainingsbetrieb ab 2.11.2020 wieder eingestellt werden.

Wir möchten das diesmal aber nicht komplett tun.

Für unsere Teilnehmer der Gymnastikstunden gibt es in den kommenden 4 Wochen folgende regelmäßige Angebote:

Montag 19 Uhr BodyFit mit Julia

Dienstag 18 Uhr voraussichtlich Gymnastik mit Petra oder Gerlinde

Mittwoch 18 Uhr Zumba mit Eva

Donnerstag 18 Uhr Gesundheitssport mit Steffi

Freitag 18 Uhr Zumba mit Bettina

Diese Angebote stehen allen Mitgliedern der Turnabteilung offen, auch wenn sie normalerweise nicht an der entsprechenden Stunde teilnehmen.

Die Angebote finden Online über Zoom statt.

Mit folgenden Meeting-IDs kann man sich bis spätestens 60 Minuten vor der Stunde für die entsprechende Stunde registrieren. Bitte haltet zur Registrierung euren Mitgliedsausweis bereit, wir fragen nach der Mitgliedsnummer:

Montag: 92817584098

Dienstag:

Mittwoch: 96995503958

Donnerstag: 99675910674

Freitag: 93560823636

Bei Anmeldung in der App benötigt man zusätzlich noch die folgenden Kenncodes:

Montag: 956644

Mittwoch: 525711

Donnerstag: 260883

Freitag: 288280

Im Anschluss an die Registrierung erhaltet Ihr, nach Freigabe durch den Trainer, eine E-Mail mit dem Link zum Meeting.

Voraussetzung zur Teilnahme ist eine vorhandene Zoom-App (Download aus dem App-Store) auf dem Handy/Tablett oder entsprechender Zugriff auf den Zoom-Client auf dem PC. Den Client kann man herunterladen auf der Seite www.zoom.us

Als Teilnehmer an einem Meeting entstehen keine Kosten.

Wir empfehlen das Herunterladen des Client oder der App bereits ein paar Tage vor dem ersten Training, damit es an diesem Tag nicht zu Verzögerungen kommt.

Wir weisen an dieser Stelle darauf hin, dass es nicht nötig ist, die eigene Kamera eingeschaltet zu haben und wir empfehlen auch ein Ausschalten des eigenen Mikrofons, so dass nur die Trainerin zu hören und zu sehen ist.

Alle Mitglieder des VfR, sowie unsere 12er-Karten-Teilnehmer sind beim Online-Training zu Hause genauso über die Vereinsversicherung versichert, wie in unseren Präsenzstunden. Trainiert bitte nur im Rahmen eurer eigenen Fähigkeiten.

Für Fragen zum Ablauf steht euch gern die Abteilungsleitung (turnen-al@vfr-garching.de) zur Verfügung.

Dieses PDF wird bei Bedarf aktualisiert. Stand 06.11.2020

Mit sportlichen Grüßen,

Martina Müller

Abteilungsleitung Turnen