

Handleiding online G-judotraining



Handleiding inschrijving online G-judotraining

1. Algemeen online G-judo training - vereisten

Wegens het grote succes van de eerste online-G hebben we onmiddellijk een aantal volgende sessies voorzien om 19u00. Trainer Tom Steensels gaat jullie om de 14 dagen gedurende 45 minuten een actief topmoment bezorgen. !

Andere enthousiastelingen die willen meedoen, zijn zeker ook welkom. **Judokennis is niet vereist!** Het is een algemene training met judospecifieke accenten.

Volg in de evenementen kalender de planning van de volgende online sessies. Deelnamelinken zijn daar ook beschikbaar.

Overzicht volgende online trainingen:

- 10 februari 2021 - 19u00
- 24 februari 2021 - 19u00
- 10 maart 2021 - 19u00
- 24 maart 2021 - 19u00

Wat heb je nodig om deze trainingen optimaal te volgen:

- Grote portie zin
- Sportieve, gemakkelijke kledij OF judopak
- 1 flesje water
- Matje OF donsdeken OF matras OF tapijt (alleszins iets zacht om op te liggen)
- Gordel OF rekker OF touw (echte weerbaarheidselastiek is zeker niet nodig!)



2. Inschrijvingslinken

Wens je in de toekomst steeds een persoonlijke uitnodiging te krijgen per e-mail voor deze online G judo trainingen, dien je je e-mail adres in te vullen in [via deze link](#).

[Link deelname online G judo trainingen](#)

3. Wat moet je doen om online deel te nemen

Klik op de [Link deelname online G judo trainingen](#)

Volg de stappen volgens onderstaande afbeeldingen

The image displays four sequential screenshots of the Microsoft Teams meeting join interface, each with a large red number in the top-left corner and red annotations:

- Step 1:** A white screen titled "How do you want to join your Teams meeting?". It offers three options: "Download the Windows app", "Continue on this browser" (with a red arrow pointing to it and the text "Klik op Continue on this browser"), and "Open your Teams app".
- Step 2:** A dark screen titled "Meeting now" with the sub-header "Choose your audio and video settings for". It shows a "Join now" button (with a red arrow and text "Klik op Join now"), an "Enter name" field, and audio/video settings.
- Step 3:** The same "Meeting now" screen as in step 2, but with a red arrow pointing to the "Enter name" field and the text "Vul hier je naam in als deze nog niet is ingevuld".
- Step 4:** The "Meeting now" screen with the name field filled with "Silvia" (with a red arrow and text "Ingevulde voornaam"). Red arrows point to the camera and microphone icons with the text "Knop om je camera aan en af te zetten" and "Knop om je micro aan en af te zetten".