

TechnogymApp Guide

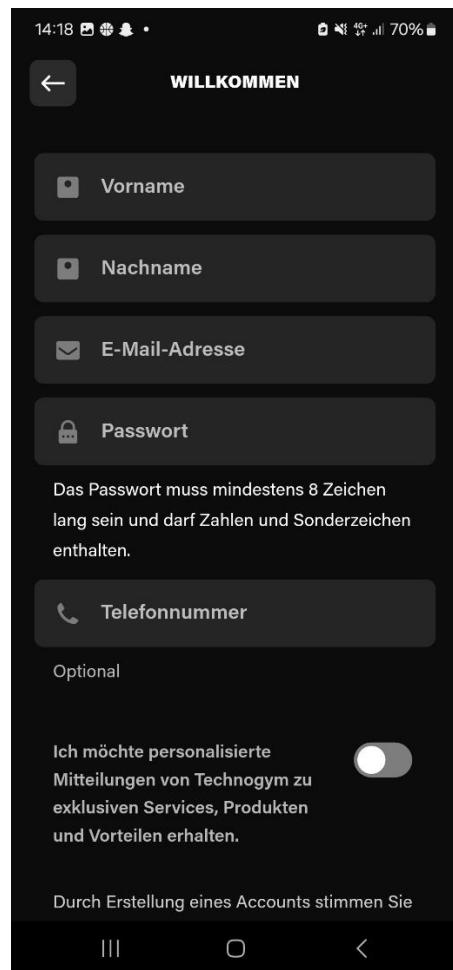
Wie installiere ich die App und verbinde mich mit dem FiTROPOLIS

1. Zum Anmelden für die App und verbinden mit dem FiTROPOLIS benötigst du einen Aktivierungslink vom FiTROPOLIS. Diesen bekommst du entweder bei der Trainingsplanerstellung von deinem Trainer bei deiner Profilerstellung zugesendet oder du forderst diesen per Mail unter fitropolis@tsgrohrbach.de an. Hierfür benötigen wir deinen Namen, Vornamen, Geburtsdatum und deine Mailadresse.
2. Öffne den Aktivierungslink, dieser leitet dich weiter zum App-Store oder Googlestore zur TechnogymApp.
3. Lade dir die App herunter.



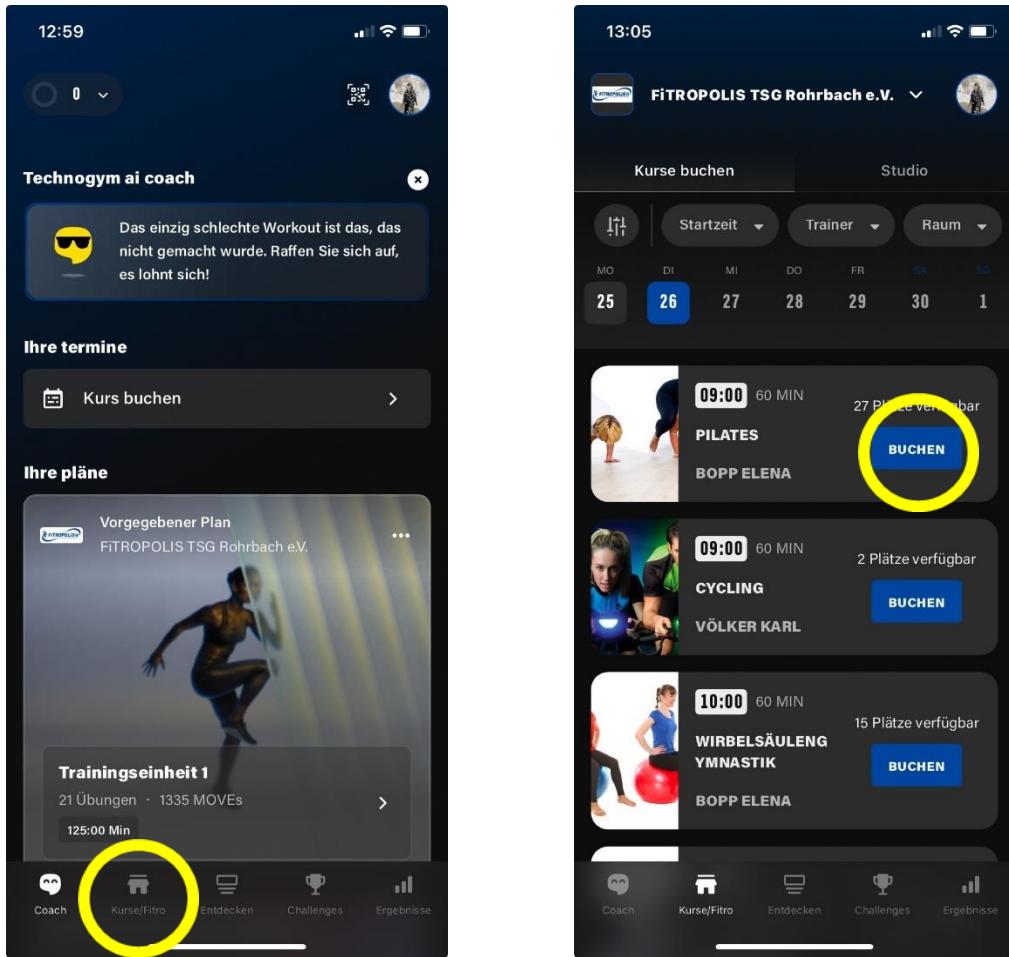
4.

Öffne die App und melde dich mit deinen Daten an. Lege ein Passwort fest (mind. 8 Zeichen). Notiere dir das Passwort dort, wo du es gegebenenfalls nachschauen kannst. Trage die Daten ein, die du hinterlegen möchtest und klicke weiter, bis der Anmeldeprozess beendet ist.



Buchen mit der App

Für die Kursbuchung geht man auf der Startseite der App auf „Kurse/Fitro“. Der Kursplan ist für zwei Wochen im Voraus einsehbar.



Es werden alle Kurse an dem jeweiligen Tag angezeigt, inklusive der Uhrzeit, Kurstitel, Kursleiter und verfügbaren Plätzen. Man kann einen Kurs direkt buchen, indem man auf den Button „Buchen“ geht.

ACHTUNG:

Teilnehmer mit einem „White-Tarif“ (Studionutzung nur von 10.00-17.30 Uhr) haben bei Kursen vor 10 Uhr ein Schlossssymbol und können diese nicht buchen.

10er-Karten-Nutzer müssen Kurse, die außerhalb des Studios stattfinden, diese telefonisch buchen und können dies nicht über die App machen. Auch hier sind diese Kurse mit einem Schlossssymbol versehen.



Eine weitere Möglichkeit ist es, direkt auf den Kurs zu gehen und den Kurs inklusive Tag, Uhrzeit, Kursraum, Anweisungen und Kursbeschreibung angezeigt zu bekommen. Auch hier kann man den Kurs mit dem Button „Buchen“ auswählen und bekommt die verfügbaren Plätze und die max. Teilnehmerzahl angezeigt. Kurse sind max. 72 Stunden im Voraus buchbar.

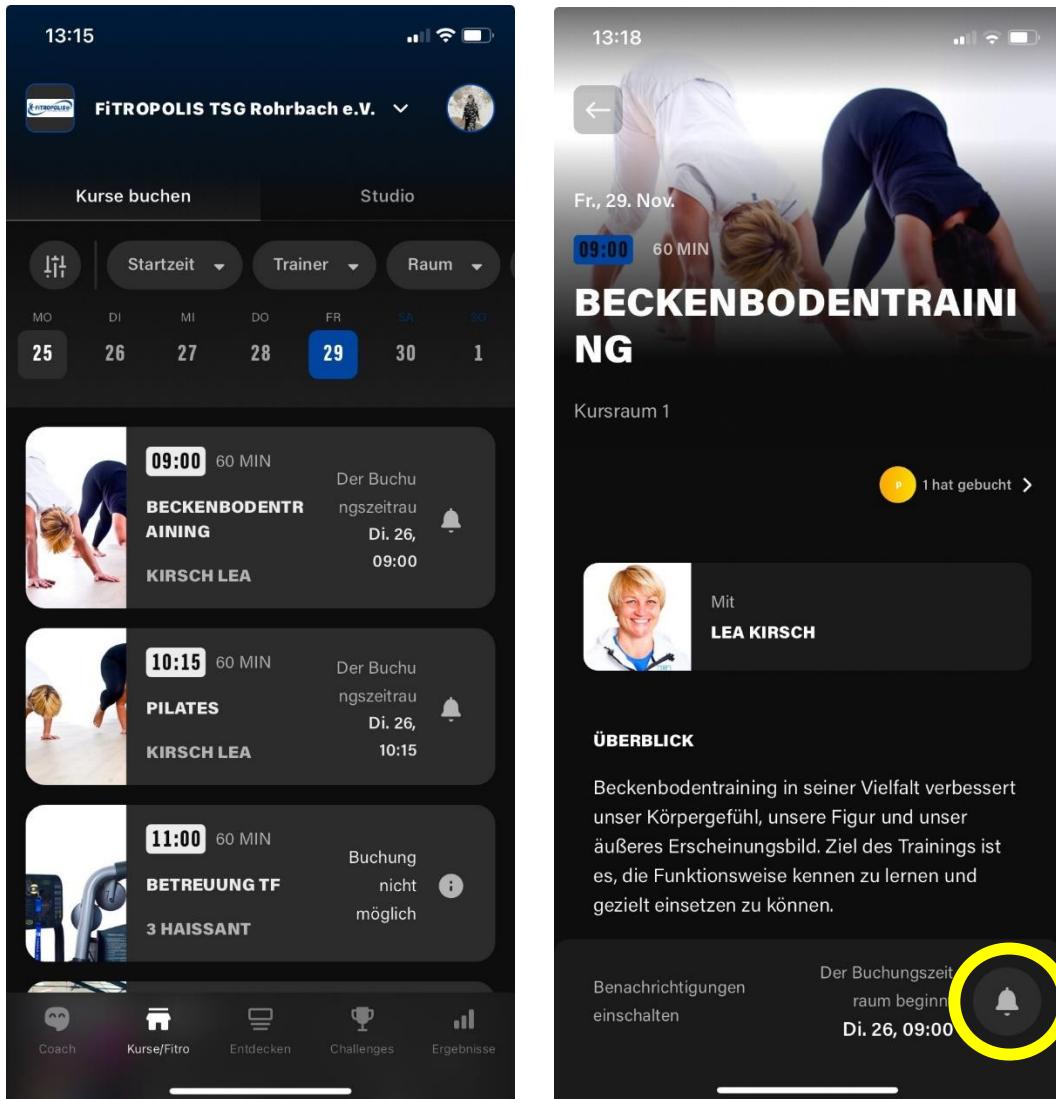
Ist ein Kurs bereits ausgebucht, kann man sich auf die Warteliste setzen lassen (Button „Auf Warteliste setzen“).



Bis eine Minute vor Kursbeginn ist es möglich, seine Buchung zu entfernen oder sich von der Warteliste wieder löschen zu lassen (jeweils den Button erneut drücken). Da die Plätze in den Kursen, bitten wir unsere Teilnehmer dies auch immer zu tun, sofern man nicht kommen kann, auch wenn der Kurs nicht ausgebucht ist.

Nach dem Kurs kann man „Absolvierte Übungen angeben“ drücken, um die Teilnahme am Kurs zu bestätigen.

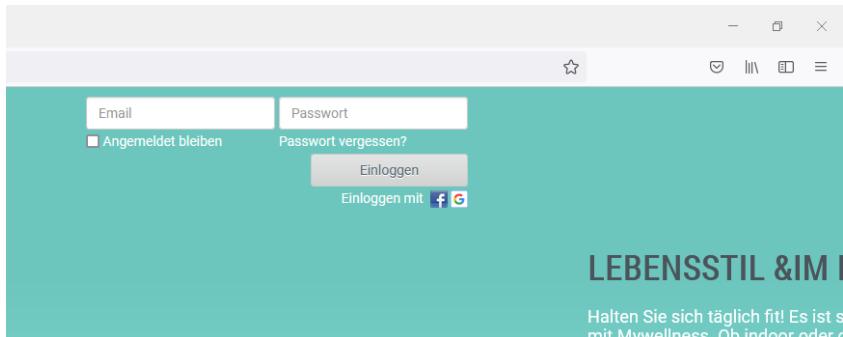
Bei Kursen die noch nicht buchbar sind, steht der Beginn des Buchungszeitraums mit Datum und Uhrzeit. Eine Benachrichtigung für den Beginn des Buchungszeitraums kann aktiviert werden, indem man das Glockensymbol anklickt (Achtung: bei den Einstellungen der App muss „Benachrichtigungen aktivieren“ eingestellt sein).



Hat man keine App, ist dennoch eine Anmeldung für den Kurs notwendig. Ohne App erfolgt diese telefonisch über unseren Service (Tel: 0 62 21 / 37 03-37). Auch hier erfolgt die Anmeldung max. 72 Stunden vor Kursbeginn. Bitte sehen Sie es uns nach, wenn bei einem großen Teilnehmerandrang dies nicht immer gelingt. Unsere Kursbereichsleitung hat ein Auge darauf, das bei stark frequentierten Kursen jeder Mal zum Zuge kommt.

Was mache ich, wenn ich mein Passwort für meine App vergessen habe?

Gehe auf die Internetseite www.mywellness.com und trage deine E-Mailadresse in das entsprechende Feld ein und drücke dann den Button „Passwort vergessen“.



Trage auch hier noch einmal deine E-Mailadresse ein und drücke dann den Button „Senden“.

A screenshot of a password recovery form titled 'PASSWORT VERGESSEN?'. The form instructions say 'E-Mail-Adresse eingeben und Senden wählen. Sie erhalten eine E-Mail mit Anweisungen, wie Sie Ihr Passwort ändern können.' Below this is a 'Email*' label with a text input field. At the bottom is a yellow 'Senden' button.

Du bekommst einen Link auf deine E-Mailadresse gesendet, indem du ein neues Passwort festlegen kannst. Trage dieses Passwort in deiner App in dem entsprechenden Feld ein, um die TechnogymApp wieder uneingeschränkt nutzen zu können.

Wichtig ist, dass die Mailadresse angegeben wird, mit der die App verknüpft ist. Solltest du nicht mehr wissen, welche Mailadresse du verwendest hast, können wir dir gerne darüber Auskunft geben.

Wie ändere ich mein Passwort?

Gehe auf die Internetseite www.mywellness.com und trage deine E-Mailadresse und dein aktuelles Passwort in die entsprechenden Felder ein. Öffne ganz oben rechts den Button „V“



WÖCHENTLICHES AKTIVITÄTSNIVEAU

Letzte Aktivität 08.12.2017

0 MOVES

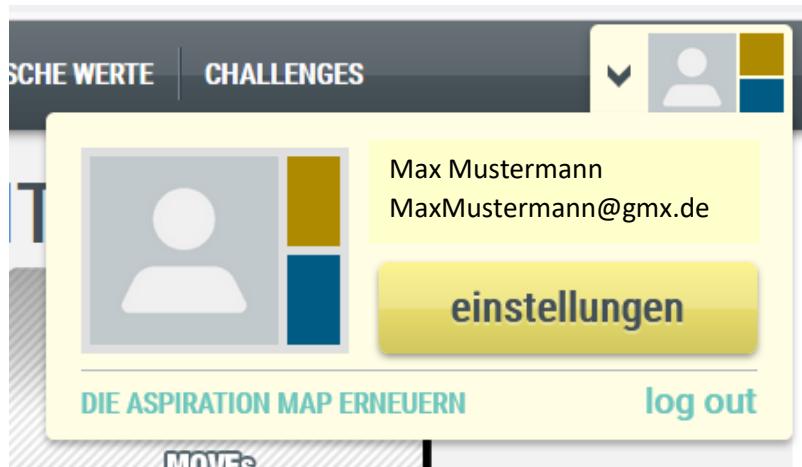
IHR ANGESTREBTER WÖCHENTLICHER TRAININGSERFOLG: 3500 MOVES

Aktivitäten und Übungen hinzufügen

Aktivität hinzufügen

0 MOVES

und drücke auf den Button „Einstellung“.



SCHE WERTE | CHALLENGES

Max Mustermann
MaxMustermann@gmx.de

einstellungen

DIE ASPIRATION MAP ERNEUERN

log out

MOVES

Wähle dann in der Menüleiste die „Accounteinstellung“.

EINSTELLUNGEN

Personal Data > Bild ändern

Linked Accounts >

Connected Devices >

Account Settings >

Notification Settings >

Active Club Membership >

Web Cache >

First Name:

Last Name:

Spitzenname:

Email:

Birth Date:

Gender: Weiblich

Unit: Metrisch

Height: cm

Language: Deutsch

Country: Deutschland

Timezone: (UTC+01:00) Amsterdam, Berlin, Bern, Rome, Stockholm, Minsk

Zeit für deinen nächsten Trainertermin?
Terminvereinbarung:
06221/370337

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 8-22 Uhr
Sa-So 9-19 Uhr

Hier kannst du dein Passwort neu festlegen.

EINSTELLUNGEN

DATENSCHUTZEINSTELLUNGEN

Privates Profil

Du wirst nicht in den Ranglisten deines Studios erscheinen. Wenn du einen Kurs buchst, wirst du als anonym angezeigt und die anderen Benutzer können die Details deiner Buchung nicht sehen. Dein Profilbild und Spitzname sind in den Kursen sichtbar.

PASSWORT ÄNDERN

Passwort: Neues Passwort: Passwort bestätigen:

ÄNDERN DES MYWELLNESS ACCOUNTS

Wenn Sie Ihren mywellness Account (sonja.wiedmann@gmx.de) ändern wollen, geben Sie eine neue gültige E-Mail-Adresse ein, klicken Sie auf Bestätigen und befolgen Sie die Anweisungen

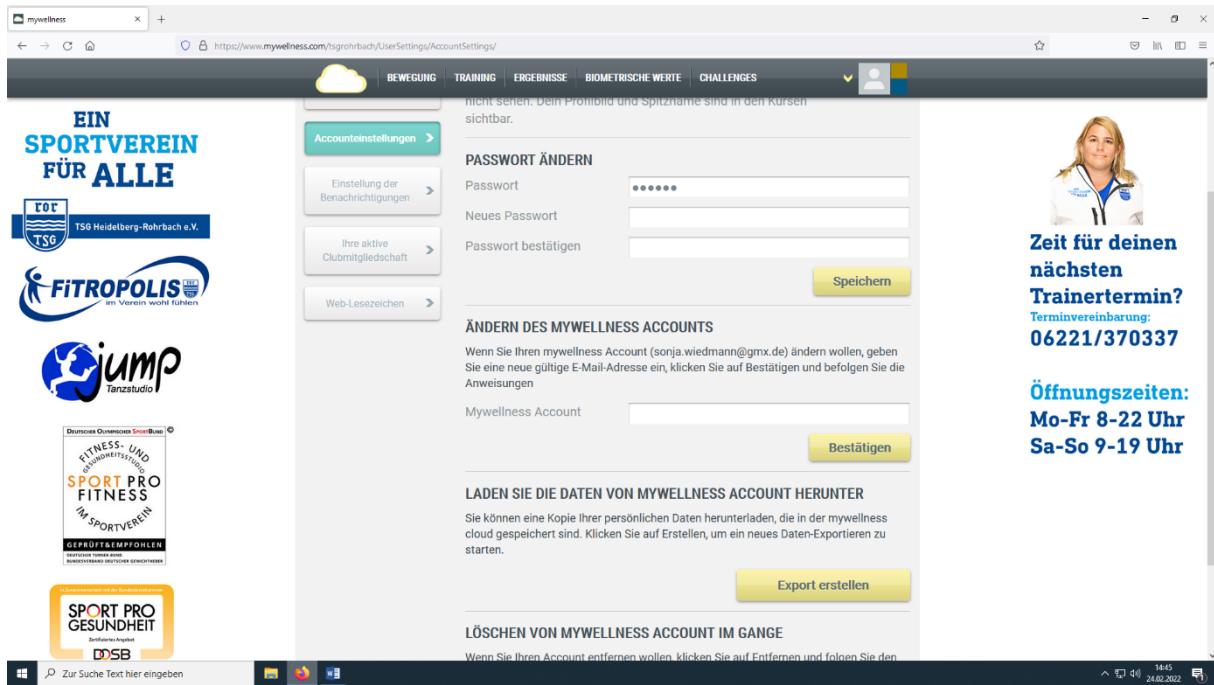
MyWellness Account: Bestätigen

Zeit für deinen nächsten Trainertermin?
Terminvereinbarung:
06221/370337

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 8-22 Uhr
Sa-So 9-19 Uhr

Wie ändere ich meine Mailadresse?

Gehe auf die Internetseite www.mywellness.com in deine Accounteinstellung und trage unter dem Punkt „Änderung des MyWellness Accounts“



EIN SPORTVEREIN FÜR ALLE
TSG Heidelberg-Rohrbach e.V.

FITROPOLIS im Verein wohlfühlen

jump Tanzstudio

Deutsches Olympisches Sportbund

FITNESS- UND GEHEIMHOFTSSTUDIO
SPORT PRO FITNESS
IM SPORTVEREIN

GEPRÜFTSEMPFOHLEN

Deutsches Olympisches Sportbund

Deutsche Turnerbund

Deutsche Gesellschaft für Sportwissenschaften

PASSWORT ÄNDERN

Passwort: Neues Passwort: Passwort bestätigen: Speichern

ÄNDERN DES MYWELLNESS ACCOUNTS

Wenn Sie Ihren mywellness Account (sonja.wiedmann@grmx.de) ändern wollen, geben Sie eine neue gültige E-Mail-Adresse ein, klicken Sie auf Bestätigen und folgen Sie die Anweisungen

Mywellness Account: Bestätigen

LADEN SIE DIE DATEN VON MYWELLNESS ACCOUNT HERUNTER

Sie können eine Kopie Ihrer persönlichen Daten herunterladen, die in der mywellness cloud gespeichert sind. Klicken Sie auf Erstellen, um ein neues Daten-Exportieren zu starten.

Export erstellen

LÖSCHEN VON MYWELLNESS ACCOUNT IM GANGE

Wenn Sie Ihren Account entfernen wollen, klicken Sie auf Entfernen und folgen Sie den Anweisungen.

Zeit für deinen nächsten Trainertermin?
Terminvereinbarung:
06221/370337

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 8-22 Uhr
Sa-So 9-19 Uhr

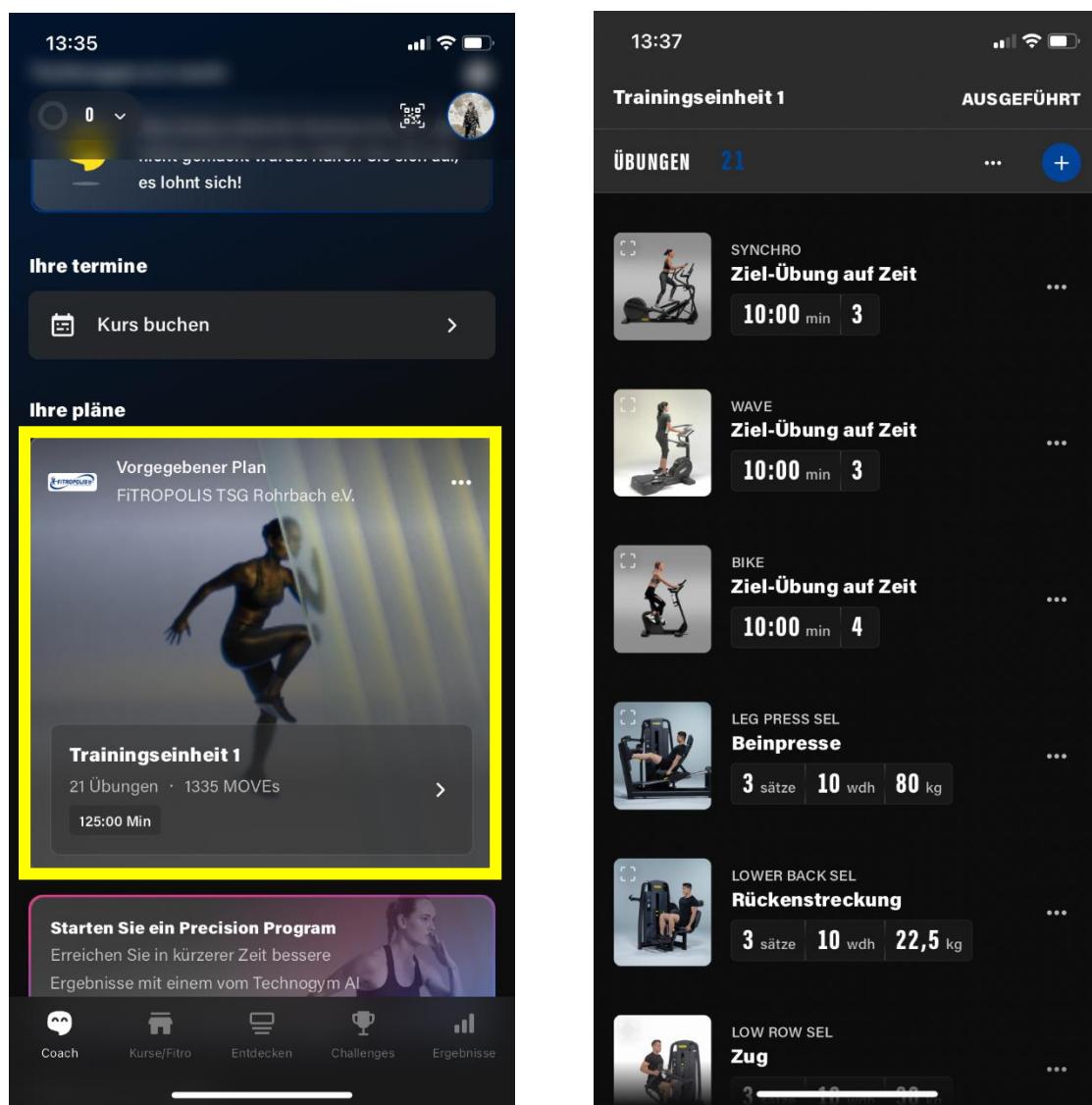
deine neue Mailadresse, mit der du zukünftig deinen Account verknüpft haben möchtest. Im Anschluss ändere deine Mailadresse in deiner App.

Weitere Funktion der App

Die TechnogymApp bietet die Möglichkeit einen eigenen Trainingsplan zu erstellen oder auch einen vorhandenen Trainingsplan zu verändern, sowie zusätzliche sportliche Aktivitäten zu erfassen. Diese Funktionen findet man unter dem zweiten Icon im unteren Reiter der MyWellness-App.

Meine Bewegungsaktivitäten

Zugriff auf eigene Trainingspläne



Durch auswählen des Trainingsplans und auf „Start“ drücken, startet der Trainingsplan manuell. Ein Herzfrequenzgurt (mit Bluetooth) kann ebenfalls verbunden werden.