

Abo Ecole-club - Cours en ligne Liens zoom

Chères clientes, chers clients

Avec votre abonnement, vous profitez de la possibilité de participer à divers cours en ligne. Vous trouverez ci-dessous toutes les informations importantes sur la manière de réserver une leçon et de vous connecter aux cours en ligne. Sur les pages suivantes, vous trouverez un aperçu de tous les cours et les liens de zoom correspondants.

Procédure:

- Veuillez vous inscrire pour toutes les leçons auxquelles vous souhaitez assister via le portail clients. Le nombre de places est limité. Pour vous inscrire, utilisez, comme pour les cours de présence, le M-Login sur le site Internet de l'Ecole-club www.klubschule.ch (inscription en haut à droite).
- Comme pour les cours en présentiel, vous réservez les cours en ligne au plus tard 30 minutes avant le début de la leçon. Les annulations sont possibles jusqu'à 2 heures avant le début de la leçon dans l'aperçu "Dates réservées".
- Notez que certains cours nécessitent du matériel, comme un tapis de yoga ou de gymnastique, ou toute autre surface confortable. De plus, vous avez besoin de suffisamment d'espace. Le responsable du cours vous informera au début de la leçon du matériel dont vous aurez besoin pour la leçon en question.
- Tous les cours en ligne sont dispensés avec Zoom. Veuillez vous connecter à l'heure avant le début du cours. Le responsable du cours reçoit un message dès que vous vous trouvez dans la salle d'attente de la réunion Zoom et vous laisse entrer, à condition que vous vous soyez inscrit à cette leçon.
- Si vous participez à une réunion zoom pour la première fois, veuillez suivre la procédure suivante :
 1. Cliquez sur le "lien zoom" pour chaque cours.
 2. Installez le client / l'application Zoom sur votre ordinateur, votre tablette ou votre smartphone. Vous pouvez également participer via un navigateur web.
 3. Après l'installation, fermez l'application ou le navigateur et cliquez à nouveau sur le lien. Vous participerez ensuite automatiquement au cours via Zoom-Meeting.
- Si vous avez déjà utilisé Zoom, vous participez automatiquement au cours via la réunion Zoom en cliquant directement sur le lien Zoom.
- Si vous ne pouvez pas cliquer sur le lien, allez sur le site www.zoom.us ou sur l'application Zoom (sur votre smartphone) et sélectionnez "Rejoindre une réunion". Saisissez ensuite l'ID de la réunion et le code d'identification du cours.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir avec nos cours en ligne Live.

Votre École-club Migros

Lundi

Pilates 12:00-12:50 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/91831359298?pwd=cjllcFVtbndGWiY5WE5pL1ZPcjNOZz09 ID de la réunion: 918 3135 9298 / Code d'identification: 823254
Pilates prénatal 18:00-18:50 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/meeting/register/tJ0vde2tqTsqGdNSPjxKb_4o2GEY1rZ2ZpX5 ID de la réunion: 992 2457 0037 / Code d'identification: 156629
Entraînement à la pleine conscience 18:30-19:20 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/93774064372?pwd=MGMzc2p6RURLYUVnalZCMmpXQy9Mdz09 ID de la réunion: 937 7406 4372 / Code d'identification: 886860
Ventre jambes fessiers 19:00-19:50 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/96168507610?pwd=ZHdTSgC0RzFiNjheVIQRUkrRzExUT09 ID de la réunion: 961 6850 7610 / Code d'identification: 826823
Hatha Yoga 19:30-20:20 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/94967726338?pwd=K1cvc3N0S3lqaU1IK3laNFJMTUZ3Zz09 ID de la réunion: 949 6772 6338 / Code d'identification: 139107
Entraînement à la pleine conscience 19:30-20:20 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/91340795413?pwd=UDh5RWIISFB2Z0RwVxkuSmQxL0VtZz09 ID de la réunion: 913 4079 5413 / Code d'identification: 390256
Méditation - 30 min 20:30-21:00 heures. Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/94235053935?pwd=NUxzMGpBeWJDajJ2QWxzRGJGOHRMZz09 ID de la réunion: 942 3505 3935 / Code d'identification: 405339

Mardi

Méditation - 30 min 07:00-07:30 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/91057046912?pwd=S25nSXlwaXRtU2c2QnE1U3IPT0VBUT09 ID de la réunion: 910 5704 6912 / Code d'identification: 467743
--	--

Mercredi

Qi Gong 19:00-20:15 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/94610465070?pwd=MVJkNFdDRmJFRhZHU0lodmNtSHBNQT09 ID de la réunion: 946 1046 5070 / Code d'identification: 931230
--	--

Jeudi

Pilates 19:00-19:50 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/96240391254?pwd=b0ZDMiFRbk9nU0NSYXJxOG0xK1NWQT09 ID de la réunion: 962 4039 1254 / Code d'identification: 533809
Entraînement à la pleine conscience 18:30-19:20 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/95240528384?pwd=c1dla3NjTzI2YnR2K0N2bGdZeG4rZz09 ID de la réunion: 952 4052 8384 / Code d'identification: 582155

Vendredi

Méditation - 30 min 07:30-08:00 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/99605403759?pwd=TjNac24wcU1JQXpHSitBNkZKV2lIQT09 ID de la réunion: 996 0540 3759 / Code d'identification: 645798
Tai Chi Chuan 07:30-08:30 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/98675304513?pwd=Sks4ZVlsZWtyZ1M3dEhSbW9SRjZnZz09 ID de la réunion: 986 7530 4513 / Code d'identification: 456538
Yoga des fascias 08:10-09:00 heures Langue d'enseignement : allemand	Lien vers le zoom: https://zoom.us/j/93449923136?pwd=aUFMZ0dTUHlwSE9lSUNzNkdhTERMdz09 ID de la réunion: 934 4992 3136 / Code d'identification: 374001

Version : 10.07.2024

Sous réserve de modifications (des cours). Il est possible que les cours ne commencent qu'à une date ultérieure ou qu'ils soient interrompus pendant quelques semaines. Consultez toujours l'annonce publiée toutes les deux semaines sur le portail et inscrivez-vous à toutes les leçons auxquelles vous souhaitez assister. Toutes les leçons auxquelles vous pouvez vous inscrire sur le portail ont lieu à ces dates.