



LaminatDEPOT Laufchallenge

App Guide



©Teamfit GmbH









Teamfit – Installation

Scanne den QR Code



Installiere die App über den Google Play oder Apple App Store



Über diese App

Bodyweight Training, Fahrrad App, Lauf App für Mannschaften, Teams und Freunde



 \rightarrow









Und starte 11:08 🖪 🗙 🗟 📶 100% 🛢 Du Team Challenge Zusammen sind wir stärker Du kannst die App alleine nutzen. Viel mehr Spaß macht es jedoch im Team. Mit Deinem Team kannst Du dann an tollen Challenges teilnehmen. $(\bullet \bullet \bullet \bullet)$ ✓ Jetzt starten Zurück



Registrierung





Option 1: Tritt einem Team bei

Scanne den QR Code (falls nicht bereits vor Installation gemacht)



Wähle deine Einrichtung oder das LaminatDEPOT Allstars Team aus



Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst Paderborn-Höxter

KiTa Glückauf

Abbrechen

<

 \bigcirc

Du wurdest erfolgreich angemeldet

16:45

Erfolgreich angemeldet



Du bist jetzt Teil des Teams "Verwaltung & HR" und wurdest erfolgreich zur Challenge Let's start strong angemeldet. Viel Spaß und Erfolg!

-

_

App Guide



× St. 95%





Option 2: Du wurdest in ein Team eingeladen

Scanne den QR Code (falls nicht bereits vor Installation gemacht)



Klicke auf "Einen Teamcode eingeben"

11:19	🔌 🗟 .ill 61% 🖬
<	

Gib den Team Code ein. den du mit der Team-Einladung erhalten hast

11:25 🖪	¥ 🔂		
×	Neues Team g		

Anmeldung zur Challenge



Möchtest Du der Challenge mit einem Deiner bestehenden Teams beitreten oder sollen wir für Dich ein passendes Team finden?



Team oder Challenge beitreten



Hast Du von Deinem Arbeitgeber, Deiner Uni, Deiner Schule oder Deinem Trainer einen Team oder Challenge Code bekommen? Dann trage ihn hier ein!





ODER

60%

ründen



Trete per Einladungslink bei

Benutze dein Smartphone und klicke auf den Einladungslink, den du von deinem Team Coach erhalten hast.

Falls du die Teamfit App noch nicht heruntergeladen hast, gelangst du über den Link in den App Store. Nach dem Download der App und der Registrierung, aelanast du automatisch in das Team. Falls du nicht direkt im Team sein solltest. klicke einfach noch einmal auf den link.

Falls du die Teamfit App bereits heruntergeladen und deinen Account registriert hast, klicke einfach auf den Link. Daraufhin öffnet sich die App und du gelangst direkt in das Team



Option 3: Lade Freund:innen in dein Team ein

Öffne das "Team"-Tab und klicke auf "Freunde einladen"

14:10 🞧		ø	୫ କ୍ରିଜ୍ୟାଷ୍ଟ୍ର	.ıl 79% ≘
Teamfit i	internal			
erhalten		absolviert	una aarar 4 P	unikte
<u>4</u> 1 💬	0			•
			Mehr Aktiv	vitäten >
Mehr				
Q.	Freunde Füge Deine hinzu	einlader Freunde) zu Deinem Tea	
883	Teammit Zeige alle Te	glieder: eammitgli	12 eder	>
ର	Chat Deine Team	n Nachrich	ten	w >
	Aktivitäte Deine Team	en naktivitäte	n	>
å	Rangliste Dein Team	e Ranking		>
¢	Team ver Tritt aus die	lassen esem Team	naus	>
(i) Statistik	♀ Challenge	Team	~ Aktivitäten	••• Mehr
11		0	<	

Klicke auf "Teile Einladungslink" 14:10 🖪 📿 * * 🗟 Ci .il Ca .il 79% Freunde einladen Lade Deine Freunde mit diesem Code ein, damit sie Deinem Team beitreten können.. Y7P8GG ...oder Teile einfach den Einladungslink über diesen Button. Teile Einladungslink Zurück 111 \bigcirc

Wähle eine deiner Kommunikations-Apps und teile den Link und Code mit deinem Team

Freunde einladen



Lade Deine Freunde mit diesem Code ein, damit sie Deinem Team beitreten können...

	WI5PRF				
E	Mein Team https://tean		3nkQst10b		
Forster, Nathalie (5.	#teamfit-re keting-sa	mar Isabell u les Frank Pr	und #teamfi		
3	į L 1,				
uick Share	Slack	Outlook	WhatsApp		

App Guide





Challenge Tab

Übersicht zu Gesamtergebnissen und Ziel

16:10			a X ?∯ C₁,∥ C₂,	1 65% 着
laminal DEPOT				
# lout chellonge				
Lauf	challeng	е		
	88 Tage 07:4	49:33 bi	s zum Start	
	<u>:</u>	O Kilom	eter	
	Dein Beitrag O Kilometer		er Beitrag Deir Teams	ner
	o kilometer	I	0 Kilometer	
	0	<u> </u>		
		Tear	ns	
14/30				
VV III	kommen	zur Lo	autchaller	nge
	- 19 C		6. 🦪	
	Carle 1		X# 🍖	
		A		100
		2. PN	A Sector	
				Latore
		1-1	Procession of	
(<u>_1</u>)	Ě	83	\sim	•••
Statistik	Challenge	Team	Aktivitäten	Mehr
	111	\bigcirc	<	

News Posts und Ranglisten



Rangliste



App Guide



Teamfit – Team Tab





M€	enr
11:26 🚨	🔌 🖘 al 88% 🗎
Teamfit internal	
_etzte Team Aktiv	vitäten
Katia	
heute	
Katja hat ein Activate body	and brain Workout mit
20 Wiederholungen in 03:5	8 Minuten absolviert und
dafür 24 Punkte erhalten	
0	
KA Katja heute	
Katja hat eine Achtsamkeit	sübung in 03:05 Minuten
absolviert und dafür 60 Pu	nkte erhalten
200	
Sarah	
leute go heute	
Sarah hat 156 Schritte abso	viert und dafür 4 Punkte
ernalten	
Θ 0	
	Mehr Aktivitäten >
	•••
tatistik Challenge Tea	am Aktivitäten Mehr

Letzte Aktivitäten &

Mehr, Team **Administration & Statistik** 11:26 🖪 **Teamfit internal** Mehr Freunde einladen 8 Füge Deine Freunde zu Deinem Team ightarrowhinzu Teammitglieder: 12 င္လိဒ Zeige alle Teammitglieder Chat ର NEW > Deine Team Nachrichten Aktivitäten ~ Deine Teamaktivitäten Rangliste ഫ് Dein Team Ranking Team verlassen G Tritt aus diesem Team aus **Aktive Challenges** Q Keine aktive Challenge 8 (_____) ;1] 0

News: Chat und Team Workouts



🗙 🗟 🔐 88% 🗖

> >

> >

... Statistik Challenge Team Aktivitäten Mehr



Aktivitäten per GPS oder Tracker erfassen

GPS Aktivitäten wählen

16:18 🖪 🖸	മ 🗙 ରିଟ୍ଦ ୩ ଜେ୩ 63% 🛢
lawind DEPGT	
Aktivitäten	

Laufen für den guten Zweck

Hier kannst du deine Aktivitäten erfassen



Fitness Synchronisierung

Verbinde Deine Drittanbieter Watch oder App mit Teamfit und synchronisiere Deine Trainingsdaten.



Aktivität aufzeichnen



Wähle deinen Tracker



Laufen für den guten Zweck

Hier kannst du deine Aktivitäten erfassen





Nordic Walking

Fitness Synchronisierung

Verbinde Deine Drittanbieter Watch oder App mit Teamfit und synchronisiere Deine Trainingsdaten.



Verbinde deinen Account



Garmin Login

FAO

Wie kann ich meinen Garmin Account mit Teamfit verbinden?

Um Dein Garmin Connect Account mit Teamfit zu verbinden, klicke bitte oben auf die Schaltfläche "Garmin Login". Folge dann den Anweisungen, um Teamfit Zugriff auf Deine

> \bigcirc <

Klicke auf Workout importieren





Statistik und Mehr



Versuche Deine Streaks so lange wie möglich am Leben zu erhalten. Dadurch wirst Du gesünder, fitter und ausgeglichener.



Aktivitäts-Dashboard 11:40 🖪 🗙 🗟 .il 85% 🗖 Statistik Aktivitätsminuten Schaue nach wie viele Minuten Du in letzter Zeit aktiv warst und vergleiche es mit der WHO Empfehlung von 150 Minuten pro Woche (grau). Wochen Tage 0 91 0 0 0 50 4 vor 6 Tagen vor 3 Tagen heute Achtsamkeitsminuten Schaue nach wie viele Minuten Du in der vergangenen Zeit mit Achtsamkeitspraktiken verbracht hast und vergleiche es mit der aktuellen wissenschaftlichen Empfehlung von 12 Minuten am Tag (grau). Tage Wochen 1 Q 8 \sim ... Statistik Challenge Team Aktivitäten Mehr



Meine persönlichen Einstellungen



Konto

8	Katja Ändere De	>			
(Einstellu Sprache, E	Einstellungen Sprache, Einheiten			
٩	Push Benachrichtigungen an-/abschalten				
	E-Mail Benachrichtigungen an-/abschalten			>	
6	Privatsphäre Einstellungen Entscheide was Deine Teammitglieder sehen			, >	
Ø	Eigene Workouts Erstelle und absolviere eigene Workouts			>	
¢	Abmelden Benutzer wechseln			>	
(<u>1</u>)	Q	0)	~		
Statistik	Challenge	Team	Aktivitäten	Mehr	



Bei Fragen wende dich gerne jederzeit an unser Helpcenter



Egal, ob du Fragen hast oder Unterstützung bei der Planung eurer Challenge brauchst - wir stehen dir gerne zur Seite!





Teamfit GmbH Lena-Christ-Straße 50 82152 Planegg, OT Martinsried



www.teamfit.eu

App Guide