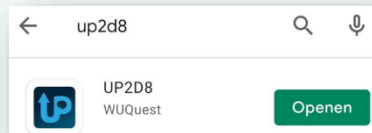


FIT MET NATJE

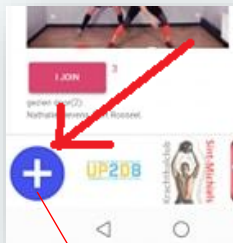
**ONLINE
WORKOUTS**



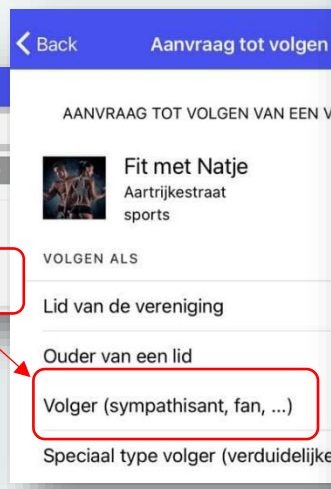
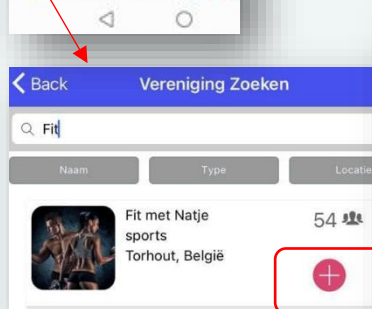
1. Installeer de gratis UP2D8 app (je vindt hem in jouw app store), of ga naar <http://up2d8ws.azurewebsites.net>



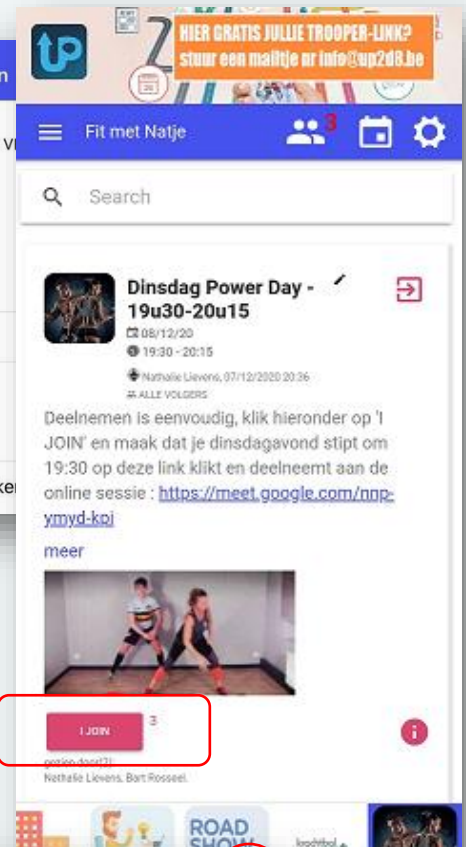
2. Registreer je. Je ontvangt een bevestigingsmail, vergeet niet op de link te klikken! Krijg je de mail niet, check dan even je spam folder.



3. Open de app of website en klik onderaan op het grote plus-teken, zoek naar **Fit Met Natje** en voeg je er dan aan toe door op het plusje te klikken.



4. In de tijdlijn komen telkens de verschillende workouts. Je kan ze ook vinden in de kalender. Klik meteen al op de '1 JOIN'-knop als je wil deelnemen (zo weten we al dat je erbij zal zijn) en gebruik op het moment van de workout de vermelde link naar de online Google Meet Sessie.



TIP: klik op het **rode pijltje** naast de titel van de Workout om die toe te voegen aan de agenda van je smartphone, handig toch?! Tot dan!

