

クローバープラザ・アリーナ棟 オンラインレッスン 「らくらくストレッチ」参加手順 (スマートフォン／タブレット用)

1. オンラインレッスンに参加するには

・今回のオンラインレッスンでは、「Microsoft Teams」(マイクロソフト チームズ)というアプリを使用します。事前にインストールをお願いします。

推奨システム要件

iOS、Android ともに最新バージョン

・インストール時およびオンラインレッスン時には、大量のデータを使用します。パケット通信料が高額になる恐れがありますので、できる限り無線 LAN (ワイファイ) で接続されることをおすすめします。

・設定や接続についての技術的なサポートは行っておりません。

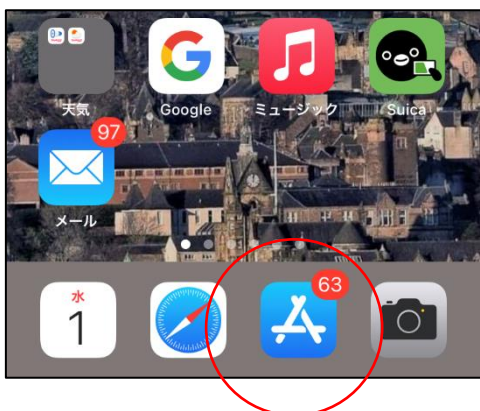
以上、ご了承のうえ、参加いただきますようお願いいたします。

2. 「Microsoft Teams」(マイクロソフト チームズ)のインストール方法

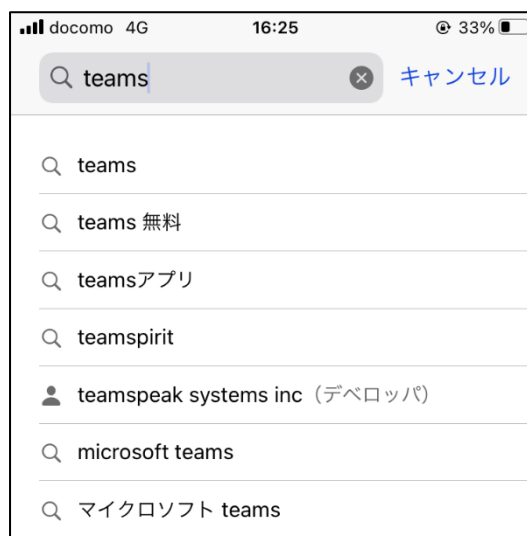
お持ちのスマートフォン、タブレット端末によって、アプリの入手先が異なります。

iOS(iPhone や iPad など)の場合

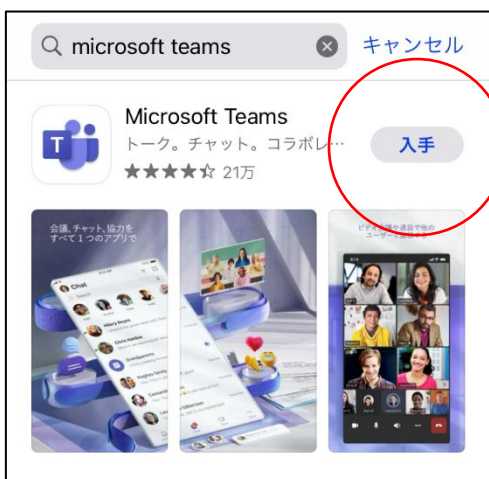
① 「App Store」を起動します。



②検索して探します。



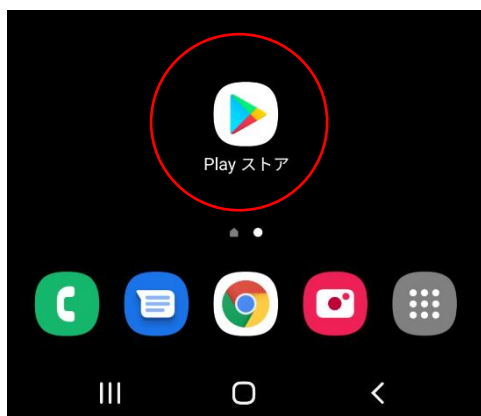
③「入手」をタップしてインストールします



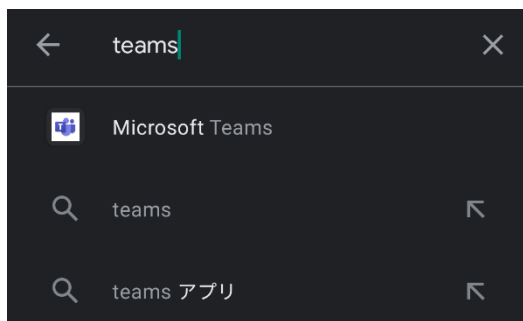
インストール後の新規登録やサインインは不要です。

Android の場合

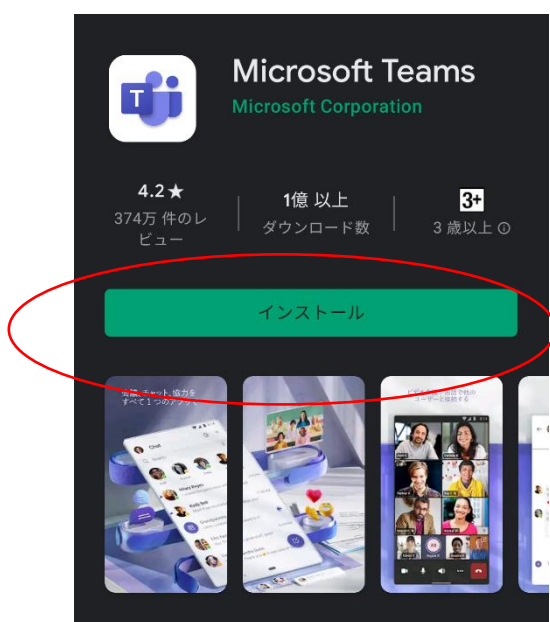
① 「Play ストア」を起動します。



②検索して探します。



③「インストール」をタップします。



インストール後の新規登録やサインインは不要です。

3. オンラインレッスンへの参加方法

レッスン開始 10 分前から受付を開始します。

- (1) ブラウザをクリックして、「クローバープラザ」で検索してください。
- (2) クローバープラザのホームページに「らくらくストレッチ」へのリンクがありますので、それをクリックしてください。
- (3) 「らくらくストレッチ」のページに「参加用 URL」がありますので、それをクリックしてください。
- (4) Teams のアプリが起動しますので、名前を入力してください。
※入力する名前はニックネームで構いません。
- (5) 「会議に参加」をタップします。



サインインしなくても参加できます。

(6) アリーナ棟担当指導員からの入室許可が出るまでお待ちください。

