

Tanztheater Dritter Frühling

für Leute ab 60



ONLINE – MONTAGSTRAINING Januar 2021 Mit Angelika Ächter für das Tanztheater Dritter Frühling

***Wann:**

Das 3. Online-Montagstraining des TT3F mit Angelika Ächter im Januar 2021 findet statt am Montag, 18. Januar 2021, 10:00 - 11:00 Uhr via Zoom, Host ist der Zoom-Account von mail@dritter-fruehling.ch. **Bitte meldet euch schon etwa zehn Minuten vor Trainingsbeginn auf Zoom an.** Angelika ist bis zum Trainingsbeginn unter aaechter@gmx.ch oder per SMS (mit eurem Namen) an 078 870 08 60 für technische Hilfestellungen erreichbar. Nach 10 Uhr schreibt dafür bitte eine Mail an: mail@dritter-fruehling.ch

***Wie und wann könnt ihr am Online-Montagstraining teilnehmen?**

Am Montagvormittag auf folgenden Link klicken, um am Meeting teilzunehmen. Menschen mit modernem Internetprogramm können wahrscheinlich direkt im Browser teilnehmen, andere müssen das Programm Zoom erst auf ihren Computer herunterladen:

Tanztheater Dritter Frühling lädt Sie zu einem geplanten Zoom-Meeting ein.

Thema: Online-Montagstraining des TT3F mit Angelika Ächter

Uhrzeit: 18.Jan..2021 10:00 AM Zürich

Zoom-Meeting beitreten:

<https://us02web.zoom.us/j/86409484787?pwd=VOZYNkFRaGVqclhKNOR3TTh6Z0dpZz09>

Meeting-ID: 864 0948 4787

Kenncode: 555929

Falls man Zoom das erste Mal nutzt und vor dem Training auf dem Computer installieren will, kann das Programm unter folgendem Link heruntergeladen werden:

<https://zoom.us/download>. Auf den obersten Download-Link klicken und Zoom mit dem heruntergeladenen Programm installieren.

Sobald ihr mit dem Link beigetreten seid, werdet ihr Angelika sehen.

3 Tipps, um immer nur die Trainerin im Grossformat zu sehen (eine Massnahme reicht bereits aus):

- zweimal auf das Bild der Trainer*in klicken
- ganz rechts oben im Eck auf "Sprecheransicht" klicken, dann werden spätestens sobald alle Teilnehmer*innen durch Angelika stumm geschaltet werden alle Bilder ausser dem ihren klein.
- Eine zusätzliche Möglichkeit, die aber nur möglich ist, wenn Angelika dies nicht bereits selbst getan hat: Klicke auf die drei kleinen Punkte rechts oben in Angelikas Bild und wähle die Option „Video anheften“. Sie erscheint dann immer gross.

Tanztheater Dritter Frühling



für Leute ab 60

***Was braucht es noch?**

Wie immer benötigt ihr vor allem euren Computer mit einer stabilen Internetverbindung, ein wenig Platz zum Bewegen und bequeme Kleidung, evt. ein Handtuch.

***Kosten:**

Bitte überweist euren Kursbeitrag jeweils nach eurer Teilnahme auf das weiter unten genannte Konto des Tanztheaters Dritter Frühling.

Gerne können auch Beiträge für mehrere Lektionen auf einmal rückwirkend überwiesen werden, einfach beim Zahlungszweck die besuchten Daten aufführen oder die Anzahl Trainings mit dem Namen der Leitung.

Kosten wie beim normalen Montagstraining:

Mitglieder 24 CHF, Nichtmitglieder 28 CHF

Zahlungen bitte mit Vermerk "Onlinetraining" auf das Postkonto des Tanztheaters Dritter Frühling:
IBAN CH29 0900 0000 8711 2471 1, Konto 87-112471-1

Bei Zahlungsschwierigkeiten könnt ihr euch gerne an TT3F-Präsidentin Elettra melden, sie findet sicherlich eine gute Lösung: scharercuretti@bluewin.ch

*Weiteres:

Im Anschluss an das Training kann kurz Feedback gegeben werden, wer möchte, darf das auch später noch per Mail an Angelika tun.

Eine Video-Aufzeichnung vom Online-Training oder ein alternatives Trainingsvideo findet sich jeweils spätestens am darauffolgenden Mittwoch-Abend als Video auf dem Vimeo-Kanal vom TT3F <https://vimeo.com/tt3f/videos/> (nur Trainier*in im Bild) – zum jederzeit daheim Nach-Trainieren.

Der direkte Link zur aktuellsten Aufzeichnung/Übung ist gegen Ende der jeweiligen Woche auch auf der TT3F Homepage zu finden und darf weitergeleitet werden, wobei das TT3F dankbar ist, wenn Nutzer*innen der Trainingsvideos eine kleine Spende dafür bezahlen.

Das Online-Training vom 11.01.2021 mit Angelika Ächter findet ihr hier:

<https://vimeo.com/500325815>

Eine Sammlung mit allen Online-Montagstrainings mit Angelika zwischen Ende November 2020 und Januar 2021 findet ihr hier:

<https://vimeo.com/showcase/7895750>

Offen gebliebene Fragen gerne an Johanna-Maria Raimund, Admin TT3F: mail@dritter-fruehling.ch
JR 14.01.2021