



VB Vorpommern – Gemeinsam mehr bewegen

App Guide



Teamfit – Installation

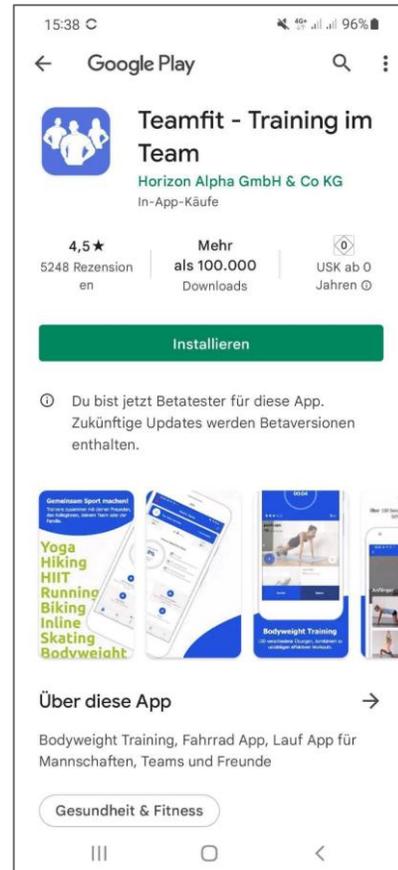
Scanne den QR Code



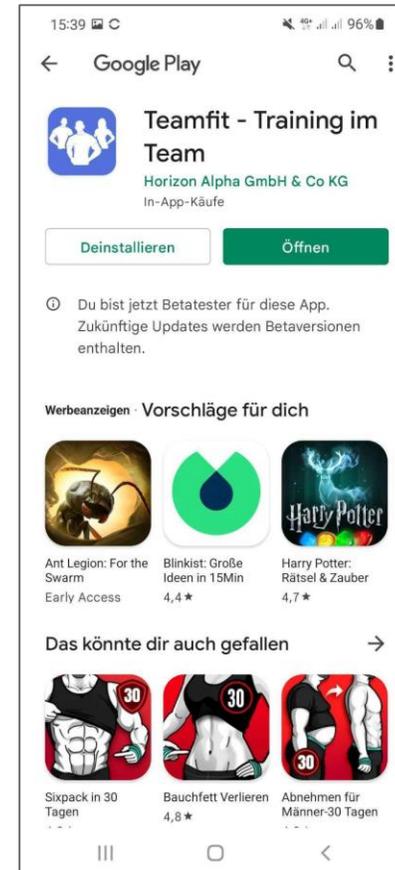
Oder klicke auf den folgenden Link

<https://teamfit.app.link/z2pLti0pgJb>

Installiere die App über den Google Play oder Apple App Store



Öffne die App



Und starte

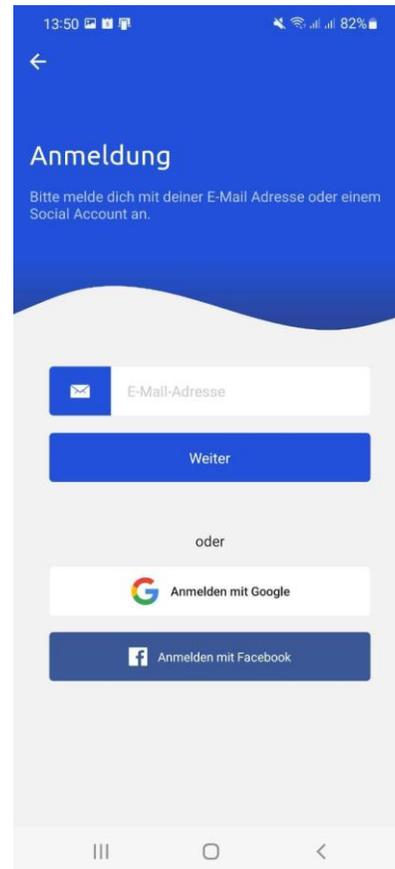


Registrierung

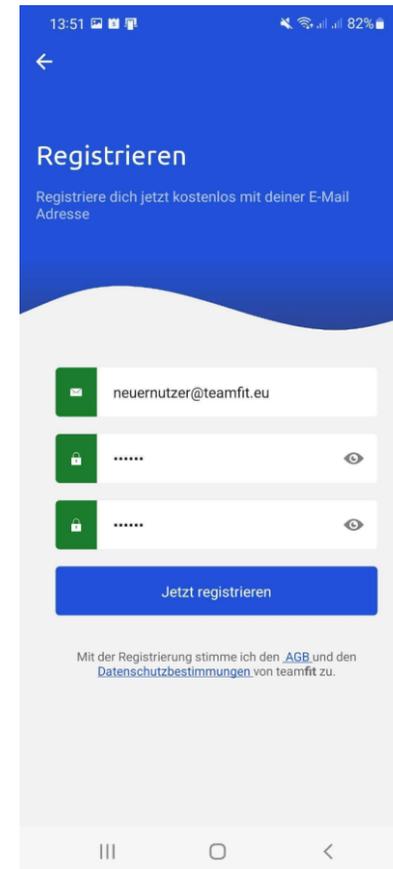
Jetzt starten



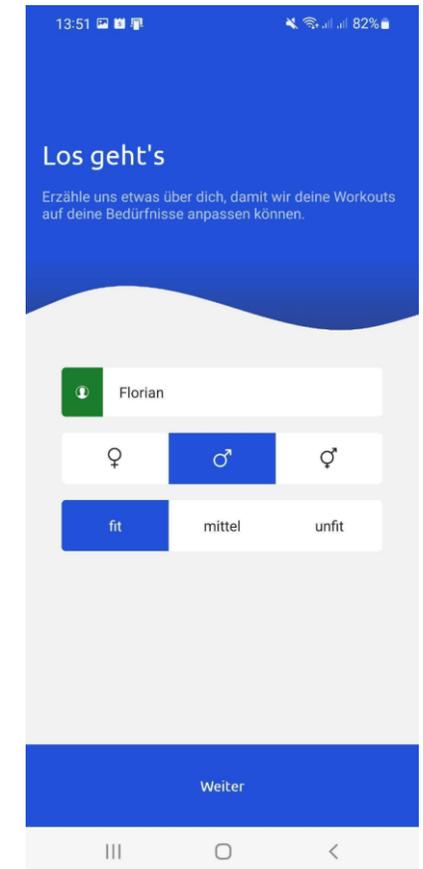
Registrierung mit E-Mail / Google / Apple oder Facebook Login



Passwort definieren



Allgemeine Angaben zu Geschlecht & Fitness



Option 1: Erstelle dein eigenes Team

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



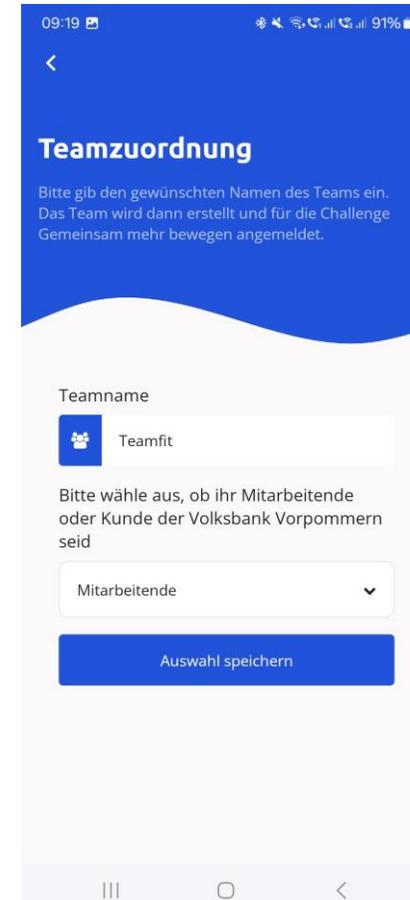
Oder klicke auf den
folgenden Link

<https://teamfit.app.link/z2pLti0pgJb>

Klicke auf "Ein neues
Team erstellen"



Gib deinem Team
einen Namen und gib
an ob ihr Mitarbeitende
oder Kunde seid



Du wurdest erfolgreich
angemeldet.



Option 2: Melde ein bestehendes Team zur Challenge an

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



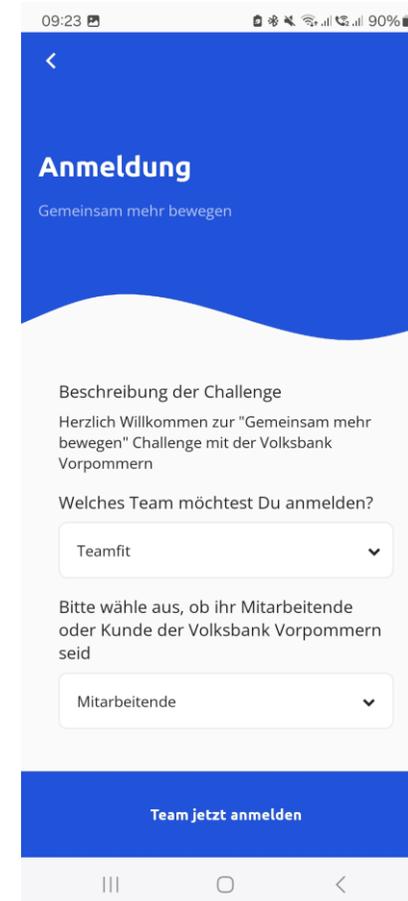
Oder klicke auf den
folgenden Link

<https://teamfit.app.link/z2pLti0pgJb>

Klicke auf "Mit einem
bestehenden Team
beitreten"



Wähle dein Team aus
und gib an ob ihr
Mitarbeitende oder
Kunde seid

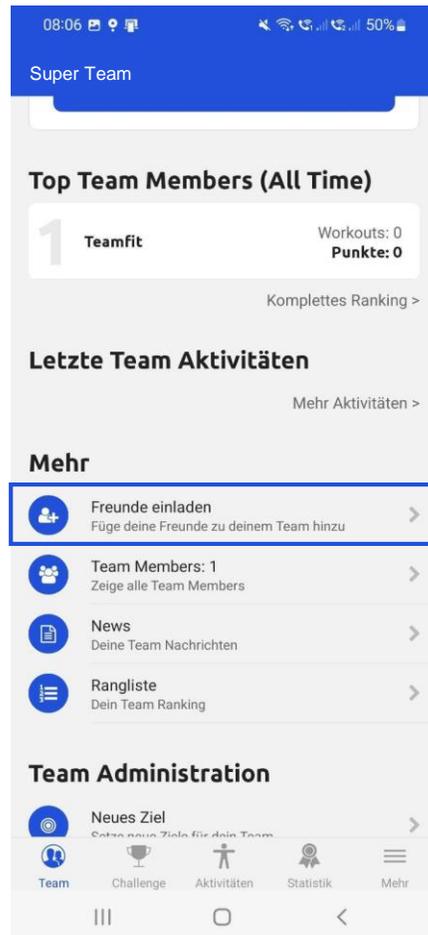


Du wurdest erfolgreich
angemeldet.



Lade deine Kolleg:innen ein

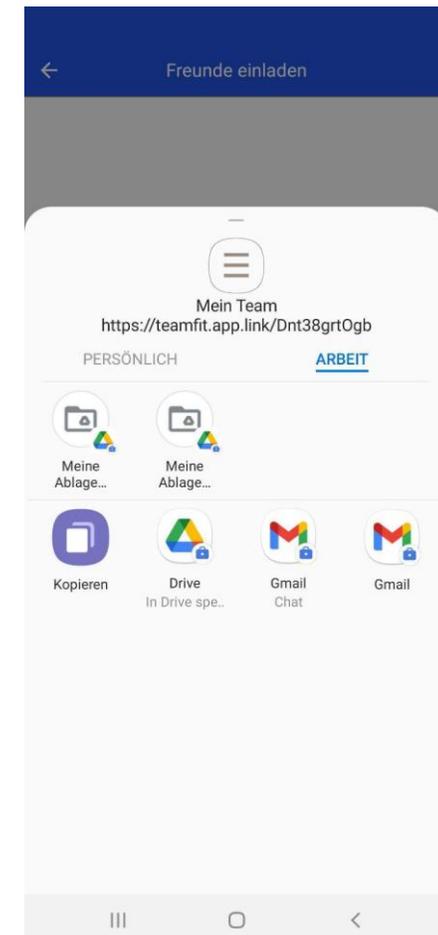
Öffne den Team-Tab und klicke auf „Freunde einladen“



Klicke auf „Teile Einladungslink“



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



Option 3: Du wurdest in ein Team eingeladen

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



Oder klicke auf den
folgenden Link

<https://teamfit.app.link/z2pLti0pgJb>

Klicke auf "Ein neues
Team erstellen"



Gib deinem Team
einen Namen



Alternativ
Trete per Einladungslink bei

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, gelangst du
automatisch in das Team. Falls du
nicht direkt im Team sein solltest,
klicke einfach noch einmal auf den
Link.

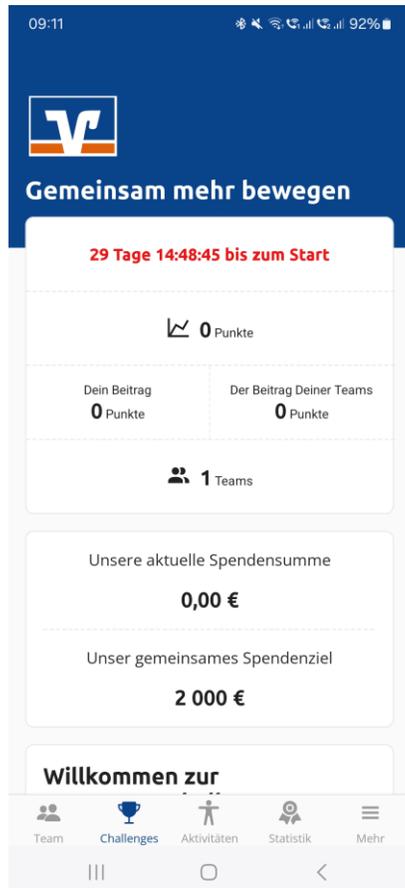
Falls du die Teamfit App bereits
heruntergeladen und deinen Account
registriert hast, klicke einfach auf den
Link. Daraufhin öffnet sich die App
und du gelangst direkt in das Team.

Challenge Tab

Übersicht zu Punkten
& Spende

News Posts und
Ranglisten

Information zur Berechnung der Durchschnittspunkte



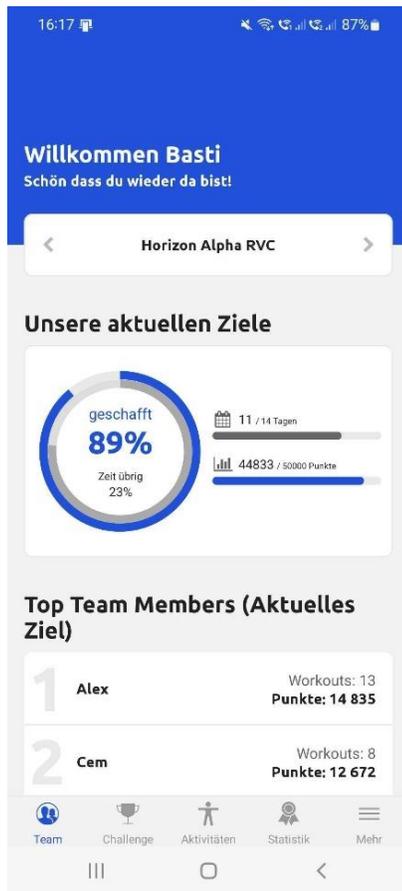
Bei der Berechnung der Durchschnittspunkte eines Teams wird jeweils der Punktwert eines Workouts durch die Anzahl der aktuellen Teammitglieder geteilt und gespeichert. Die Formel dazu lautet:

$$\text{Punkte je Sportler} = \left(\frac{\text{Punkte Workout 1}}{\text{Anzahl aktuelle Teammitglieder}} \right) + \left(\frac{\text{Punkte Workout 2}}{\text{Anzahl aktuelle Teammitglieder}} \right) + \dots$$

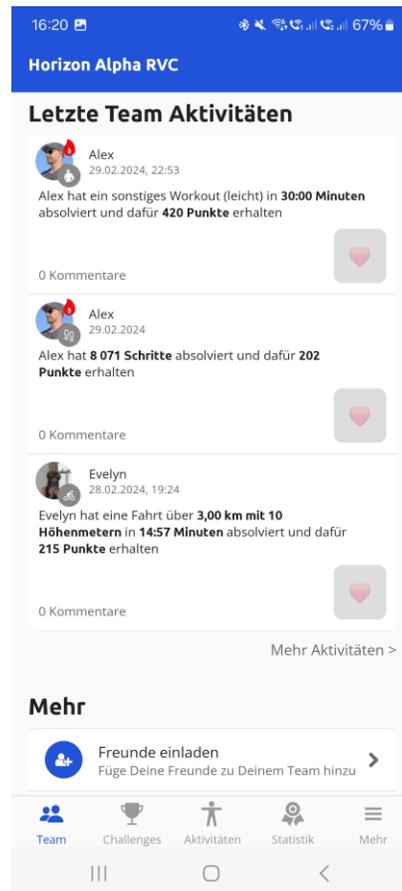
Durch diese fortschreitende Berechnung der durchschnittlichen Punkte je Team Mitglied wird verhindert, dass der Durchschnittswert „springt“, wenn einem Team weitere Mitglieder beitreten oder bestehende Mitglieder austreten.

Teamfit – Team Tab

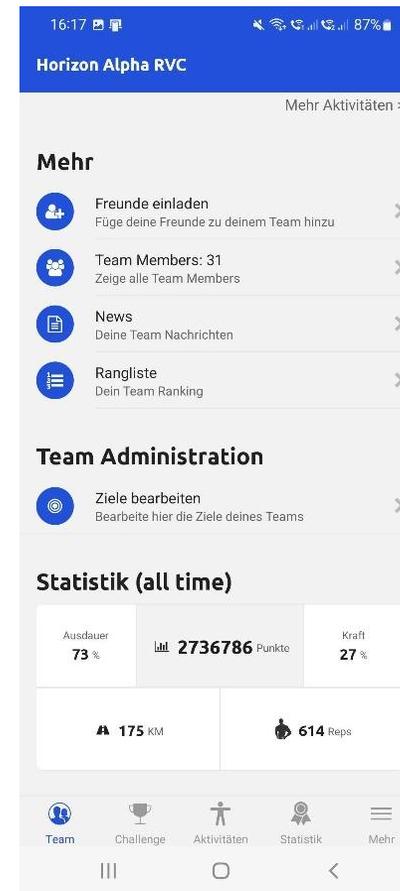
Zielerreichung &
Top 3 Members



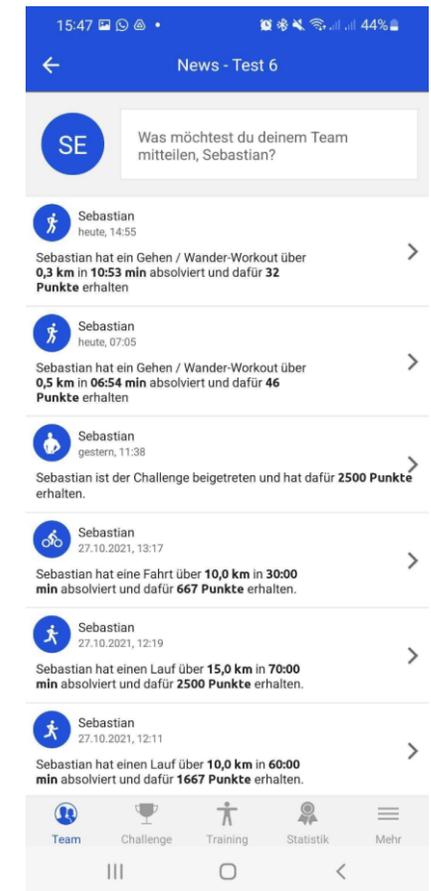
Letzte Aktivitäten &
Mehr



Mehr, Team
Administration &
Statistik

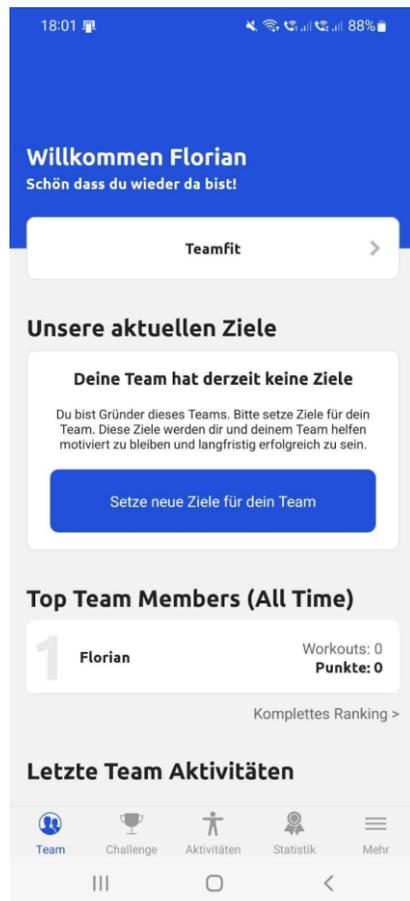


News: Chat und
Team Workouts

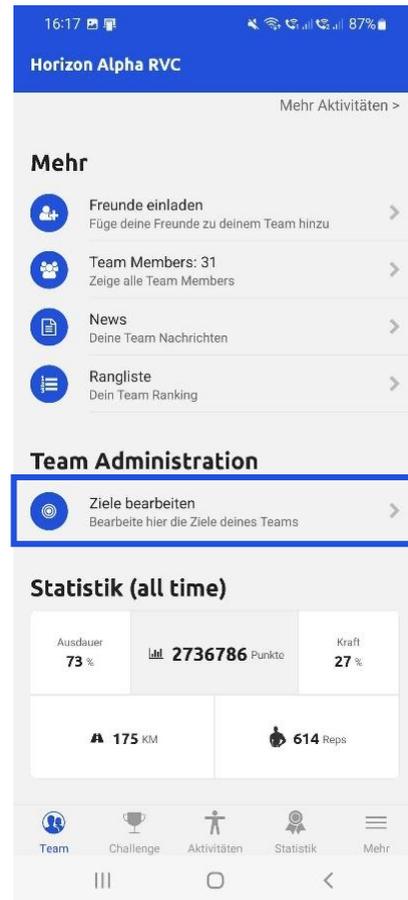


Nur als Captain: Setze ein Ziel für dein Team

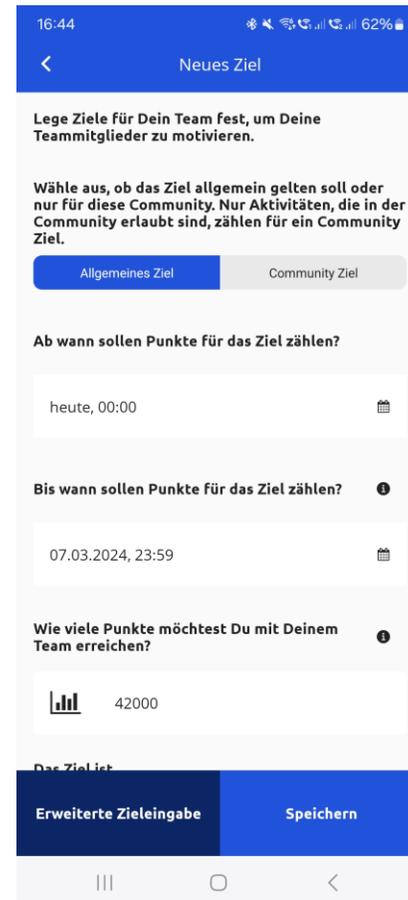
Klicke auf
„Setze neue Ziele für
dein Team“



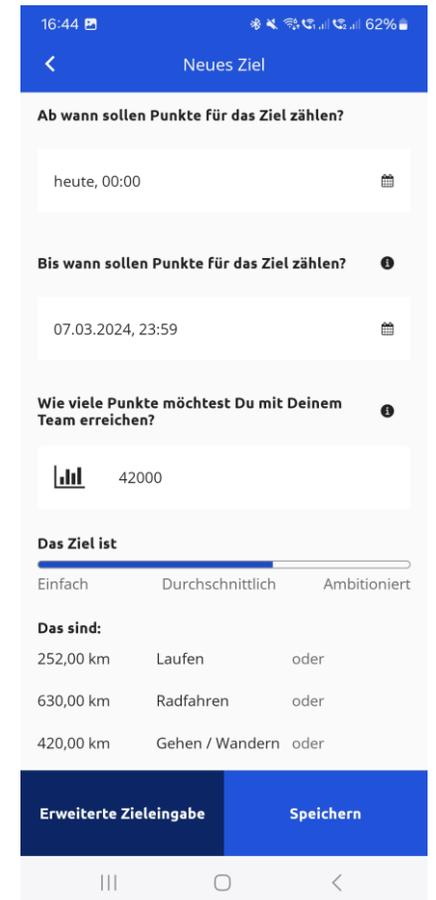
Oder auf
„Ziele bearbeiten“



Wähle die Zielart
aus

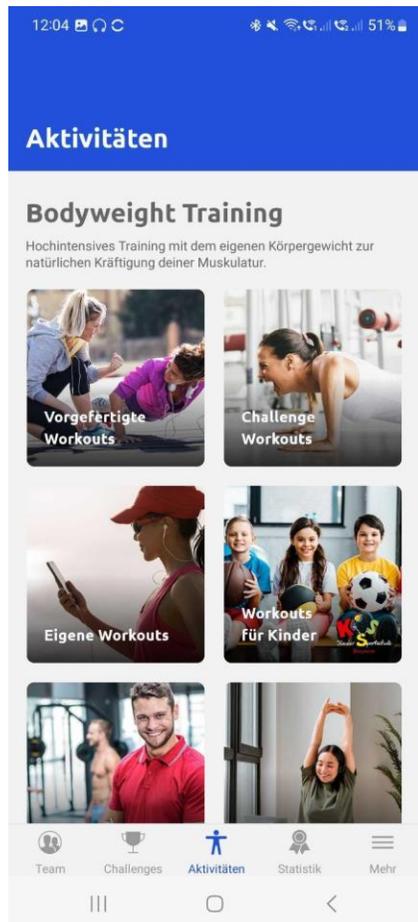


Setze ein Ziel.
Empfehlung:
800 Punkte je
Mitglied und Tag

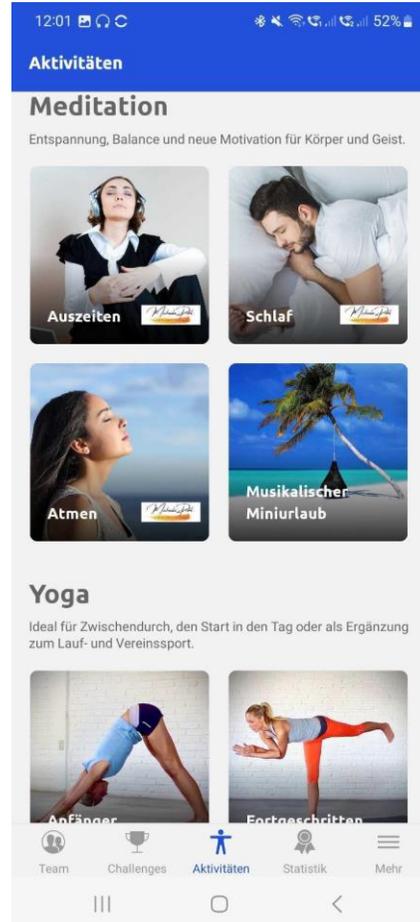


Aktivitäten erfassen

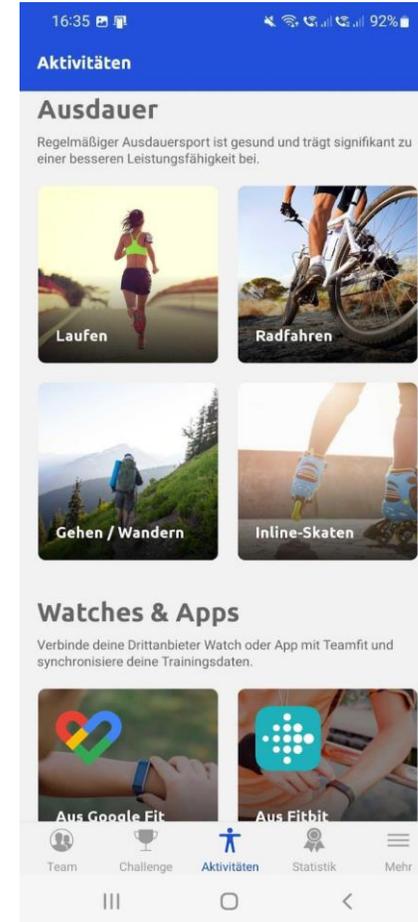
Bodyweight Training



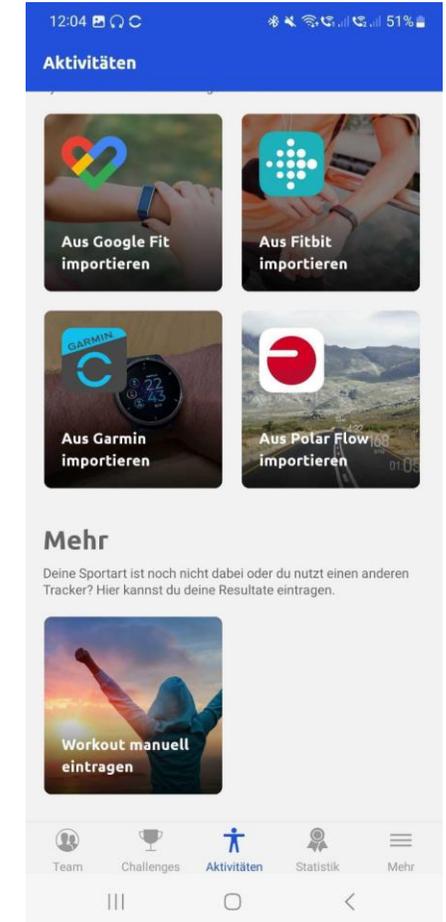
Meditation & Yoga



Ausdauer



Third Party Import & manuelles Eintragen



Workouts via Tracker importieren

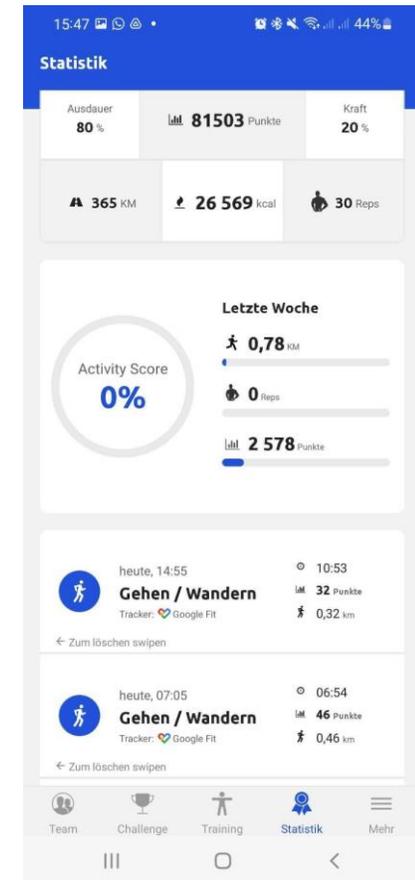
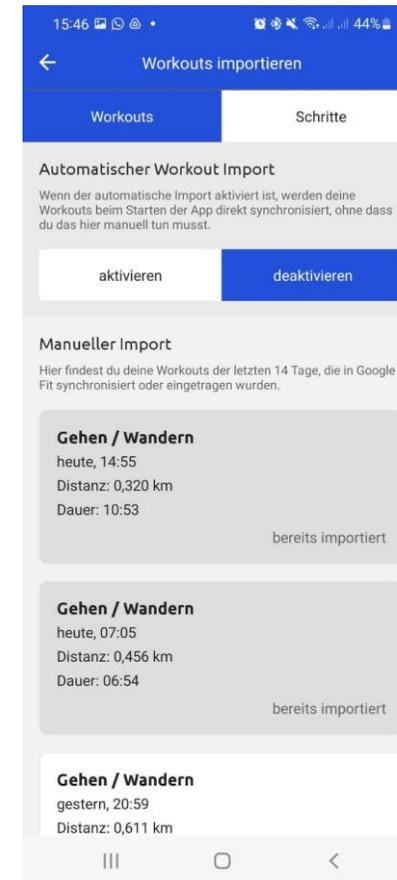
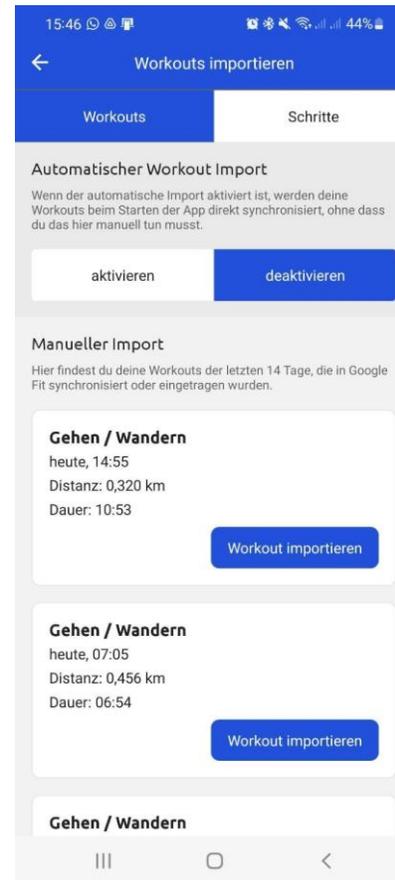
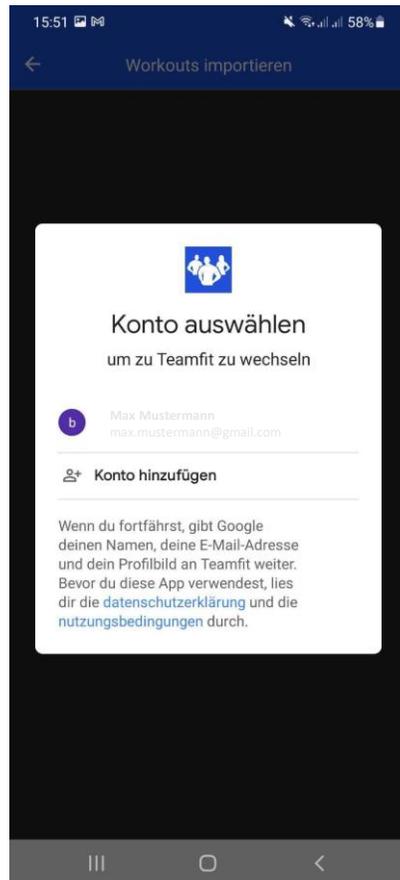
Wähle deinen Tracker

Verbinde deinen Account

Klicke auf Workout importieren

Importiert Workouts werden markiert

Und in Statistik und Team angezeigt

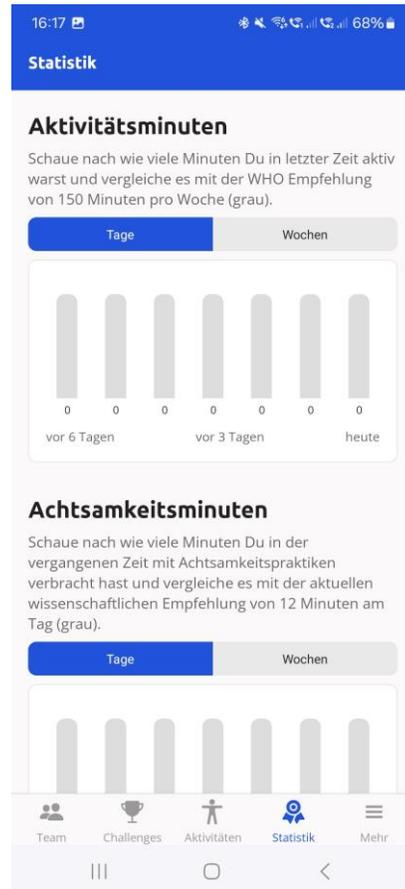


Statistik & Mehr

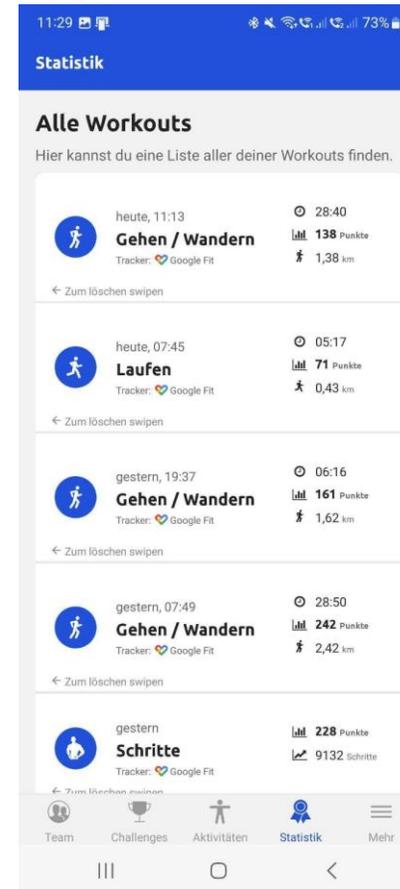
Activity Score & tägliche Streaks



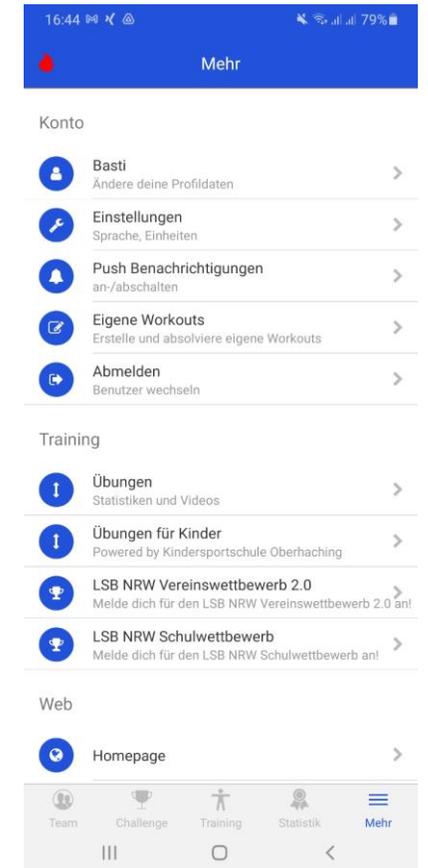
Aktivitäts-Dashboards



Übersicht aller Workouts



Mehr Persönliche Einstellungen und Übungsübersicht





Komme bei Fragen gerne auf uns zu

support@teamfit.eu