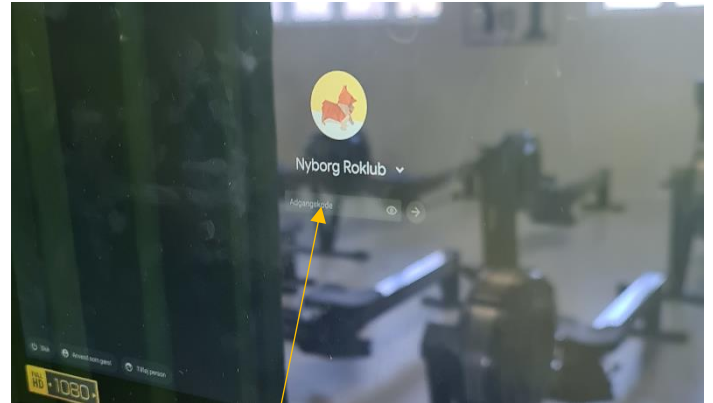


Guide til Eroning i Nyborg Roklub

1. Tænd fjernsynet på tv'ets fjernbetjeningen på den røde knap.



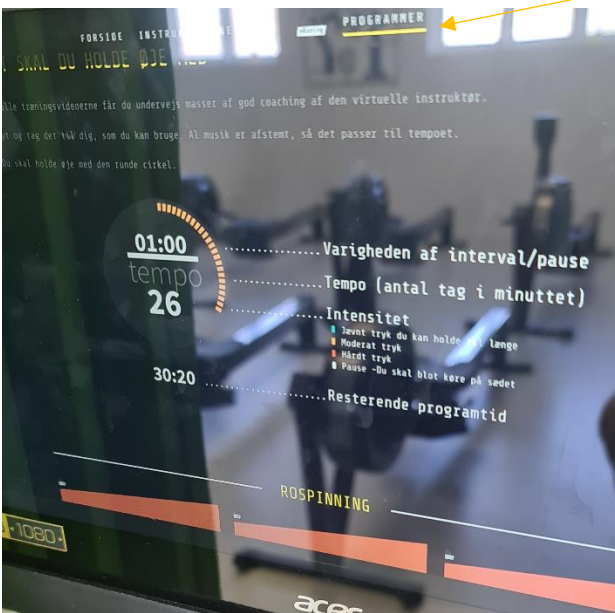
2. Tænd tablet på højre side nederst.



3. Log på tablet. Når du bliver bedt om at logge på, brug koden: Roklub1907 og klik "enter"
4. Tablet skulle gerne starte på eroning.dk, hvis ikke så start Chrome browser og tast www.eroning.dk. Tjek om du er logget på eroning.dk. Hvis der står "Log ud" så er du logget på, hvis der står "Log ind" er du ikke logget på. Hvis der står "log ind", klikker du på det, og siden med log ind kommer frem. Klik på den gule knap.



5. Når du er logget på eroning.dk, så klik på fanen "programmer". Der kommer til at være en gul strek under fanen når du er på siden programmer. Du finder videoerne længere nede på siden "programmer". Synes du ikke der er nok programmer, eller kan du ikke finde det program du benyttede sidst, så klik på "indlæs flere"

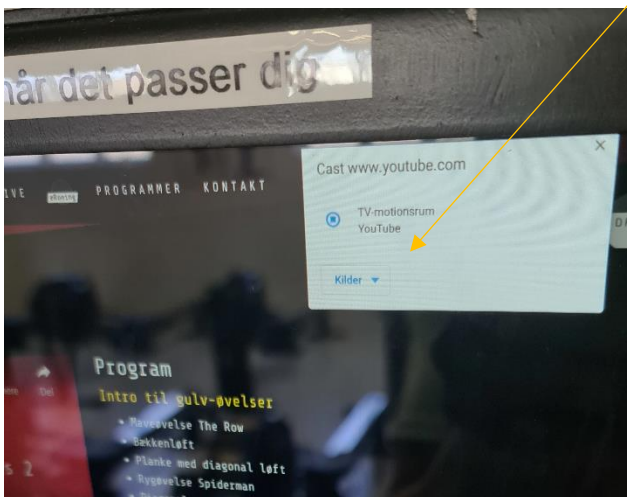


Guide til Eroning i Nyborg Roklub

6. Vælg det program du ønsker at træne til. Klik på programmet, og programmet åbner



Sæt videoen på pause, og klik på stream ikonet. Når du klikker på ikonet, dukker der en lille boks op i højre hjørne, som du skal klikke på. Så skulle video gerne vises på tv'et efter ca. 10 sekunder



7. Du kan nu bruge fjernbetjeningen til tv'et, til at starte og stoppe videoen med
8. Hvis tv'et eller tablet ikke er forbundet til Wi-fi. Hiv strømskikket ud af router, og sæt det i igen. Genstart tablet og tv, og begynd forfra.