



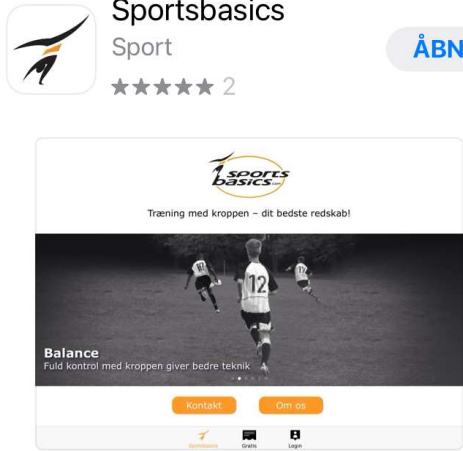

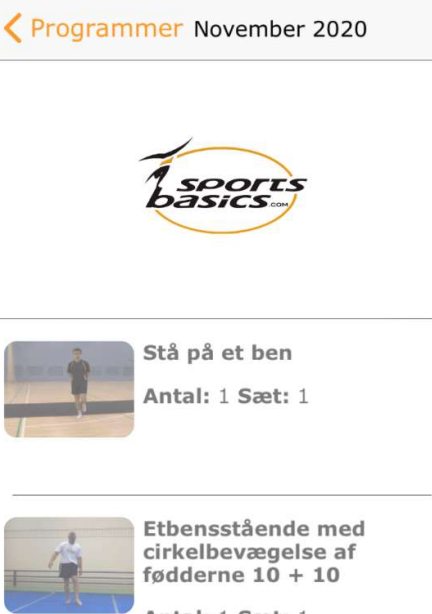




Send dit program til din iPad eller iPhone

Du kan have op til 10 programmer med dig, så du kan se dem på din iPad eller iPhone.

	
<p>1. Klik på "Mine skabeloner"</p>	<p>eller..... på "Programmer" i menuen øverst på siden</p>
	<p>2. Vælg "Personlige programmer" som kategori og klik på "Filter"</p>
	<p>3. Du får nu vist en liste over alle dine Personlige programmer.</p> <p>Under "Mobil adgang" skal du klikke på "Add" for at få adgang til det valgte program, eller "Fjern" for at fjerne det fra din iPad/iPhone.</p>

	<p>4. Download App'en "Sportsbasics på din iPad eller iPhone.</p> <p>5. Åbn App'en og log ind med din e-mail adresse og normale adgangskode.</p>
	<p>6. Klik på Navnet på programmet.</p>
	<p>6. Nu kan du afspille øvelserne ved at klikke på billedet.</p>