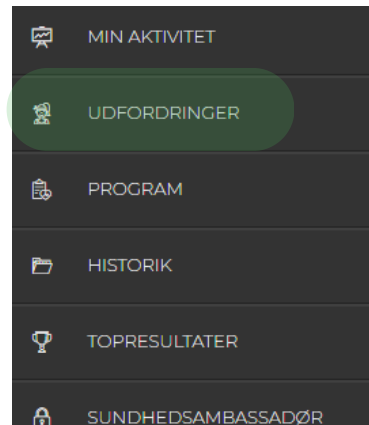


Guide: Lav en udfordring i appen

Alle kan starte en udfordring i appen også dem der ikke er registeret som sundhedsambassadører

1) Gå til OfficeFit appen og vælg "Udfordringer" i menuen i venstre side.



2) Vælg "nye" og vælg den aktivitetstype du vil udfordre dig selv eller kollegaerne i.

Du kan også vælge kombi hvis du vil dyste i alle typer af aktivitet.

START EN UDFORDRING

Vælg udfordringstype

Nye

Gennemførte

Virksomhedsspecifikke

Vælg aktivitetstype

Cykel

Gå

Stå

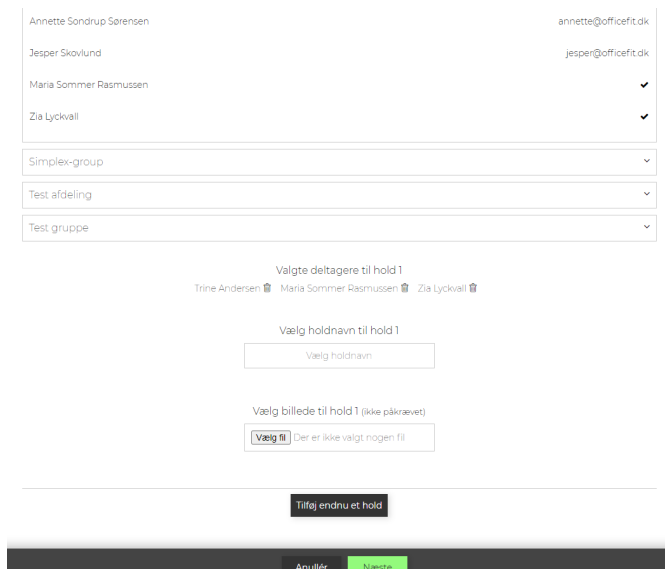
Step

Kombi

3) Vælg en af udfordringerne og beslut derefter, om du vil:

Oprette dit eget hold:

1. Vælg de personer, du ønsker i dit hold.
2. Vælg et holdnavn og eventuelt et billede.
3. Navngiv holdet.
4. Tryk på "næste".
5. Tryk på "ja start", hvis du er tilfreds med det hold du har stillet.



Personer til hold:

Annette Sondrup Sørensen	annette@officefit.dk	
Jesper Skovlund	jesper@officefit.dk	
Maria Sommer Rasmussen		✓
Zia Lyckwall		✓

Simplex-group

Test afdeling

Test gruppe

Valgte deltagere til hold 1
Trine Andersen Maria Sommer Rasmussen Zia Lyckwall

Vælg holdnavn til hold 1

Vælg billede til hold 1 (ikke påkrævet)

Vælg billede Der er ikke valgt nogen fil

Tilføj endnu et hold

Anullér Næste

Eller

Udfordre en eller flere kolleger:

1. Find først den ønskede udfordring.
2. Vælg et holdnavn og eventuelt et billede.
3. Tryk på "Tilføj et andet hold".
4. Vælg den eller de personer, du ønsker at have på Hold 2.
5. Navngiv holdet.
6. Tryk på "næste".
7. Tryk på "ja start", hvis du er tilfreds med holdene.

Annette Sondrup Sørensen	✓
Jesper Skovlund	✓
Maria Sommer Rasmussen	(Tilføjet til andet hold)
Zia Lyckvall	(Tilføjet til andet hold)

Simplex-group

Test afdeling

Test gruppe

Valgte deltagere til hold 2
Jesper Skovlund Annette Sondrup Sørensen

Vælg holdnavn til hold 2

Vælg billede til hold 2 (ikke påkrævet)

Der er ikke valgt nogen fil

ER OPLYSNINGERNE KORREKTE?

<p>TEAM 1</p> <p>Team</p> <p> Maria Sommer Rasmussen</p> <p> Zia Lyckvall</p>	<p>TEAM 2</p> <p>Team</p> <p> Annette Sondrup Sørensen</p> <p> Jesper Skovlund</p>
---	--