

## RYT200 オンライン合宿ご受講にあたっての準備と注意点

### 準備1 ZOOMのインストールしましょう！



<必要なもの>

・インターネット回線

→ 通信量に制限がない高速で定額の回線をご準備ください

・カメラ内蔵の通信機器

→ PC や画面の大きいタブレット。スマートフォンなど別の機器はバックアップ用としてご準備ください。

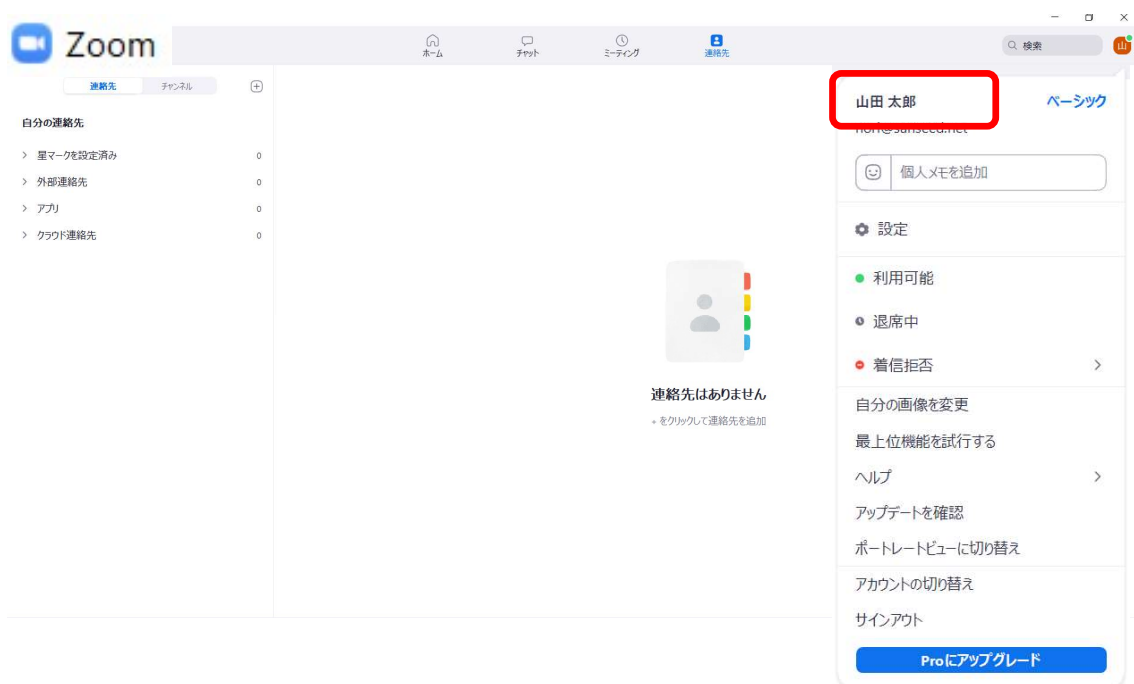
● **必ずカメラ内蔵の通信機器をご使用ください。** 講義の時間は全て映像にて出席を確認させていただきます（合宿期間中は映像オフにはできません）。

● 4月29日（水）のオリエンテーション（接続チェック）までに、下記ページを参考にZOOMをインストールしてください。

**【Zoom】PC・スマホへのインストール方法を紹介**

<https://zoom.nissho-ele.co.jp/blog/manual/zoom-install.html>

## 準備2 ZOOM の表示名をお申込み時のお名前に合わせましょう！



◎ オンライン講義の性質上は受講生の出欠の確認はモニタを通じて行っております。ニックネームやイニシャルではなく本名で参加してください。  
どうぞよろしくお願いいたします。

### ZOOM ログイン画面

<https://zoom.us/signin>

こちらから表示名の「編集」をクリック、**お申込み時のお名前に変更**ください。



### 準備3 事前にカメラの位置を確認しましょう！



◎ 事前に座学クラスと実技クラスでの最適なカメラの位置を確認しましょう。講座がスタートするとカメラの位置を調整する時間がない場合があります。

#### <座学クラス>

画面にご自身の顔が映る位置

#### <実技クラス>

**マットを画面の前に横向きに敷き、マットの中心に立ったときに「体の全身」と「マット」がすべて映る位置**

※講義中はヨガブロックとストラップはヨガマットの近くにおきましょう。

(カメラの画面の例)



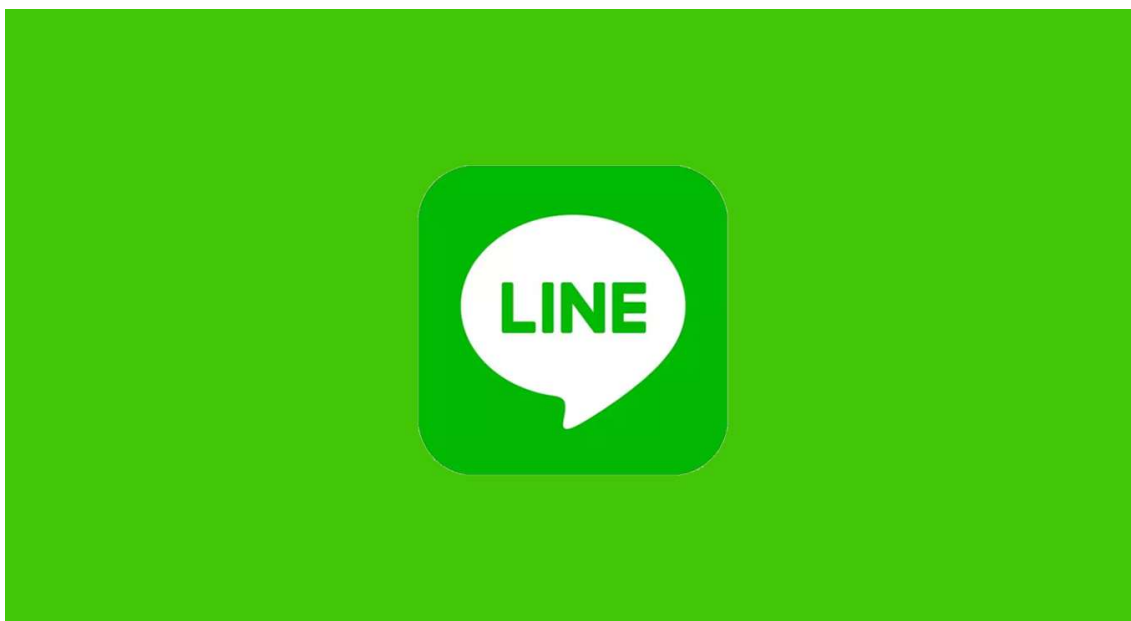
#### 準備4 事前に PDF を閲覧できるか確認しましょう！



- 宿題や課題、追加資料は当日 PDF ファイルにて送付させていただきます。
- ご自身の PC やタブレットで PDF ファイルの閲覧ができるかを事前に確認しましょう。さらに、**ZOOM に参加しながら PDF ファイルの閲覧ができるかも確認しましょう。**
- 送付した宿題や課題はできるかぎり印刷することをお勧めします。

※PDF の閲覧には Acrobat Reader のインストールが必要な場合があります。

## 準備5 LINEのインストールしましょう！



- **宿題・課題・筆記テストの提出は写真を LINE で送付するかたちで提出となります。**
- 提出方法等については後日ご連絡いたします。事前にお使いのスマートフォンなどに LINE アプリをインストールしましょう。
- また運営事務局からの事務連絡も LINE を使用する場合があります。