

さあ はじめよう

友永ヨーガ学院のオンラインレッスン

おうちで楽しむ友永ヨーガ yogatomo.online



□ 受講マニュアル2

予約から受講まで

『スマホ編』

iPhoneやAndroid（アンドロイド）のスマートフォン
iPADなどのタブレットをお持ちの方はこちらをご覧ください



お問合せ TEL : 03-3393-5481 友永ヨーガ学院

yogatomo.online 管理人 友永 乾史 携帯 : 090-4387-3574

もくじ

| | | |
|---------|-----------------|----|
| レッスンの予約 | レッスンの選択 | 2 |
| | 日時の選択 | 3 |
| | 予約の確認 | 4 |
| | ログインから行う方へ | 5 |
| | 予約フォーム入力 | 8 |
| | 予約完了 | 9 |
| | メールの確認 | 10 |
| レッスン参加 | レッスンの支度 | 11 |
| | 予約完了メールを開く | 12 |
| | Zoom接続 | 13 |
| | Zoomの設定 マイクとカメラ | 14 |
| | Zoomの設定 チャットの機能 | 15 |
| | レッスン終了時の操作 | 16 |

レッスンの選択

yogatomo.onlineのトップページを開きます

下にスクロールして下さい



下の方に「レッスン一覧」があります

受講するレッスンの

- 「今すぐ予約」をタップ

レッスン一覧



日9:30/月13時/木10時/土
9:30 友永淳子のお話と
ヨーガとマントラと

友永ヨーガ学院院長・友永淳子のレッ
スンです。どなたにもおすすめのレッ
スンです。

月, 木, 土, 日
1時間 15分
¥1500

今すぐ予約

日時の選択

1. 日時を選択
2. 「次へ」をタップ

日時を選択してください

< 2020年8月 >

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

時間を選択

9:30

次へ



予約の確認

- 予約した内容と相違なければ
「次へ」をタップ

この画面が出る方は、一度ログインをして下さい。「ログイン」をタップ

- セッションを予約 - ¥1,000
- 有料プランを購入

次へ

アカウントをお持ちですか? [ログイン](#)

↓ 次ページへ

4

予約を確認する

日9:30/月13時/木10時/土9:30
友永淳子のお話とヨーガとマントラと

1 時間 15 分

2020年8月9日 9:30

友永淳子

オンラインセッション

このサービスの予約が完了した時に、
Zoom のリンクが送信されます。

⋮

無期限 (キャンセル可能)

次へ

↪ 9ページへ

『ログイン』から行う方-1

アカウント種別の選択

「メールでログイン」をタップ

* 受講マニュアル1 [スマホ]編11ページで
Facebook、Googleで登録した方は同じ方法
でログインして下さい



『ログイン』から行う方-2 会員情報入力

1. 登録した「メールアドレス」「パスワード」を入力
2. 「ログイン」をタップ

The screenshot shows a login interface with the following elements:

- Close button (×) in the top right corner.
- Title: ログイン
- Text: 新規の方は [新規登録](#)
- Input field for "メールアドレス" (Email Address).
- Input field for "パスワード" (Password) with masked characters (****).
- Text: [パスワードがわからない?](#)
- Blue button labeled "ログイン" (Login).

Red annotations include a box around the input fields and a box around the login button. Red arrows point from the first step of the instructions to the input fields and from the second step to the login button.

『ログイン』から行う方-3 予約の確認

- 予約した内容と相違なければ
「次へ」をタップ

予約を確認する

友永淳子のお話とヨガとマントラ
と

1 時間 15 分

2020年8月9日 9:30

友永淳子

オンラインセッション

このサービスの予約が完了した時に、
Zoom のリンクが送信されます。

一ヶ月定期券 Monthly Pass
無期限 (キャンセル可能)

次へ

アカウントをお持ちですか? [ログイン](#)

予約フォーム入力

1. お名前、メールアドレスを入力して下さい
 - * 予め登録されている場合は、自動的に表示されます
 - * 電話番号、メッセージの入力は任意です
2. 青枠の「予約する」をタップ

予約フォームに記入してください


オンライン予約をご希望の方は、以下のフォームにご記入ください。

お名前

メールアドレス

電話番号

メッセージ

予約する 

予約完了

ご予約完了です

登録されたメールアドレスに

yogatomoより「ご予約ありがとうございます」という予約確認のメールが届きますので、ご確認下さい

豆知識

* 任意 Googleカレンダーを使用されている方はクリックするとご自身のカレンダーに予約内容が記載されます

豆知識

* 他のレッスンも続けて予約する場合は、「その他のサービスを見る」をタップして下さい

ご予約が完了しました

予約確認メールをお送りしました。

Google カレンダーに追加

[その他のサービスを見る](#)

yogatomo.online

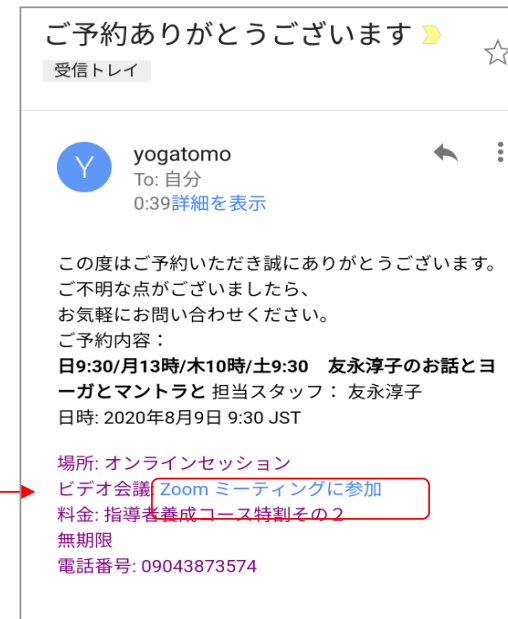


メールの確認

yogatomoより「ご予約ありがとうございます」のメールが届きます

登録したメールアドレスで受信を確認して下さい

* 当日は、このメールに記載の
リンク先 **Zoomミーティングに参加**
をタップすることで 受講できますので
メールをなくさないようにご注意ください



レッスンの支度

レッスンを行える支度を整えましょう

- ヨガマット、バスタオルなど
- 動きやすい服装
- 水分、ブランケットなど
- オンラインで接続する機器（パソコンやスマホなど）

時間があれば、Zoomの接続テストを行ってみましょう

yogatomo.onlineに記載の

- 規約 <https://www.yogatomo.online/notes>
- レッスンを受ける前に <https://www.yogatomo.online/pointers> を必ずお読みください



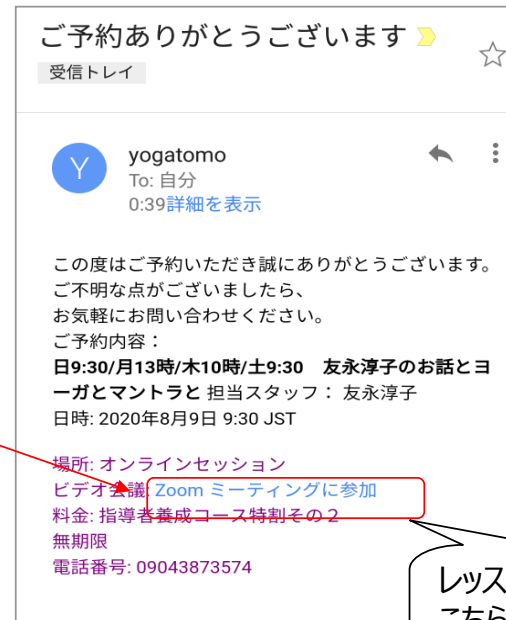
予約完了メールを開く

予約完了時に「yogatomo」から届いたメール
「ご予約ありがとうございます」
中ほどにある青い文字

Zoomミーティングに参加

をタップしてください

→その後自動的にZoomアプリが起動しますので
そのままお待ちください



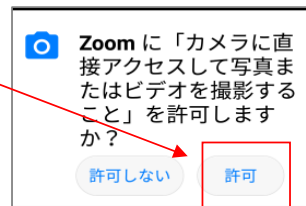
レッスン受講時は
こちらをタップ
して下さい

Zoom接続

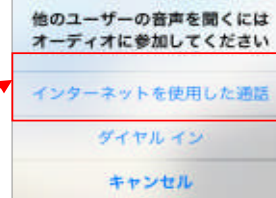
「ホストがこのミーティングを開始するのをお待ちください」の画面が出ます。そのままお待ちください

名前を求められたら、表示したい名前を入力して下さい（参加者に公表されます）

「カメラ」「マイク」へのアクセス許可と「通知」の許可を求められますので、「許可」をタップしてください



「他のユーザーの音声を聞くにはオーディオに参加してください」の表示が出ますので、「インターネットを使用した通話」をタップしてください



レッスン開始5分前位になりましたら、画面が繋がります



Zoomの設定 マイクとカメラ

1. 学院受付とカメラが繋がります
2. レッスン開始前に講師のカメラに切り替わります

[マイク]



自分の声が全員に聞こえます



レッスン中は「ミュート」
となり、聞こえないよう
になります

[ビデオ]



自分の映像が
全員に映っている状態
です



映っていない状態です

[ミュート]学院受付と話をしたい時
自分のマイクをON / OFFすることができます …
会話は学院だけでなく受講者全員に聞こえます



<聞こえる>

<聞こえない>

レッスン中は
←このマークに
して下さい
(ミュートの状態)

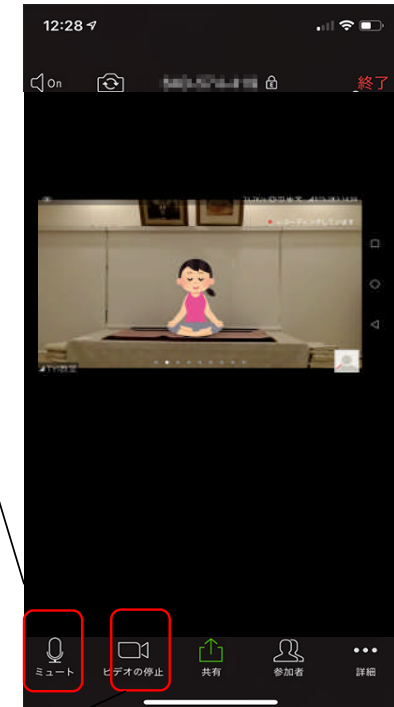
[ビデオ]お顔を見せたい時
自分のカメラをON / OFFすることができます。
(任意)カメラは学院、受講者全員に映ります



<映る>

<映らない>

映す／映さない
は自由です



Zoomの設定 チャットの機能

どうぞレッスンをお楽しみください

[チャット]

* レッスン中に何かありましたら
「チャット」でお尋ねください

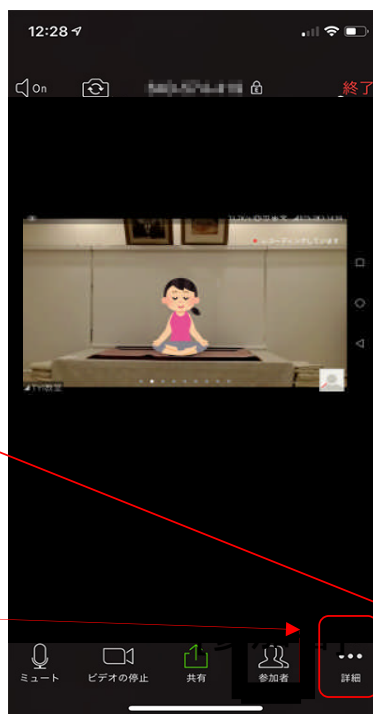
「チャット」をクリックして、文字を入力すると、
学院受付や参加者に伝えることができます

「全員」向け／「学院受付」など特定者向
けの選択が可能です

吹き出しマーク



若しくは「詳細」をタップすることで
表示される場合もあるようです
(機器などによって設定が異なります)



レッスン終了時の操作

[終了]
終了／退出したい時
1. 「終了」をタップ

退出します

のメッセージが出て、学院との接続が終了します

2. Zoomアプリを閉じ、終了してください

