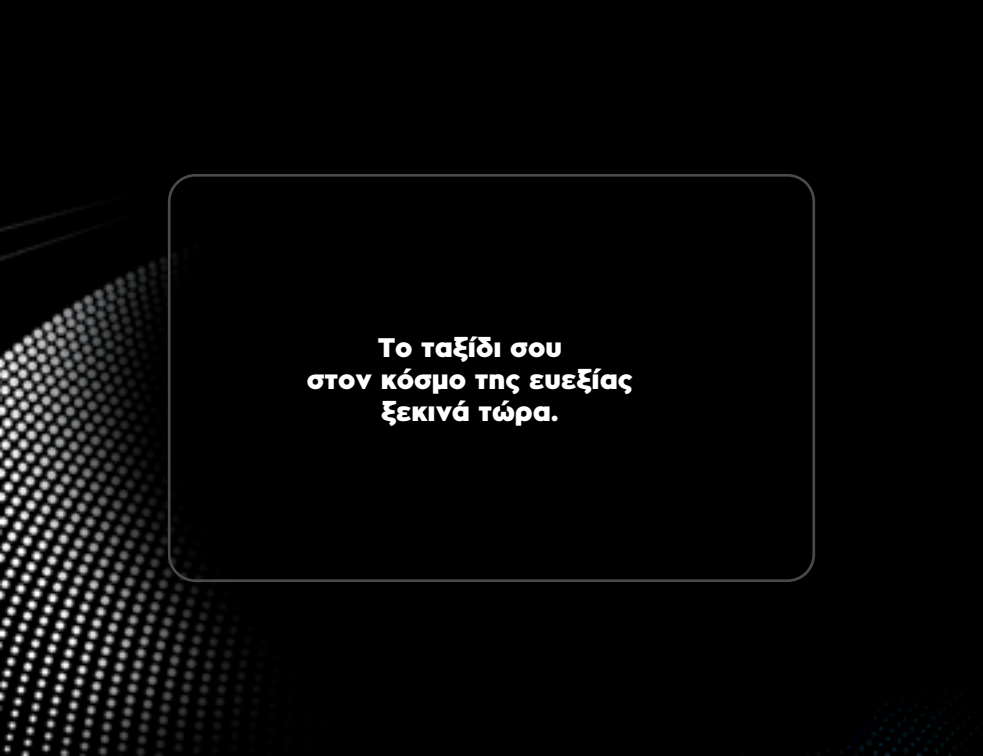




“EXPERIENCE PERSONAL WELLNESS”

GETTING STARTED GUIDE

www.thecoach.gr



**Το ταξίδι σου
στον κόσμο της ευεξίας
ξεκινά τώρα.**

ΜΠΕΣ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΤΗΣ ΕΥΕΞΙΑΣ Ενεργοποίησε την κάρτα σου

- 1 Μπες στο www.thecoach.gr/activationcard.
- 2 Στην οθόνη που εμφανίζεται συμπλήρωσε τον κωδικό ενεργοποίησης που έχεις λάβει.
- 3 Συμπλήρωσε τα απαραίτητα στοιχεία για να δημιουργήσεις το προφίλ σου, στην οθόνη που ακολουθεί.

Πρέπει να αποδεχθείς τους Γενικούς Όρους Χρήσης για να προχωρήσεις στο επόμενο βήμα.

- 4 Έλεγξε το email σου για ένα μήνυμα με τίτλο «Επιβεβαίωση Εγγραφής» από την πλατφόρμα.

Έλεγξε το φάκελο ανεπιθύμητης αλληλογραφίας, καθώς το μήνυμα ενδέχεται να έχει μεταφερθεί εκεί.


- 5 Συμπλήρωσε τις προτιμήσεις σου στις οθόνες που εμφανίζονται.



VIRTUAL COACHING
ΟΠΟΥ ΤΟ ΘΕΛΕΙΣ

THE
COACH
VIRTUAL WELLNESS PLATFORM

ΖΗΣΕ ΤΗΝ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ Μπες ξανά στο THE COACH VIRTUAL WELLNESS PLATFORM

- ① Πήγαινε στην κεντρική σελίδα www.thecoach.gr.
- ② Πάτησε το κουμπί «ΣΥΝΔΕΣΗ» ή το εικονίδιο  που βρίσκεται στο πάνω δεξιό μέρος της οθόνης.
- ③ Βάλε το Όνομα Χρήστη που έχεις χρησιμοποιήσει κατά την εγγραφή σου και τον Κωδικό Ασφαλείας σου.

Αν επιθυμείς να συνδέεσαι αυτόματα, πάτα το κουμπί “θυμήσου με”.

- ④ Πάτησε το κουμπί «ΣΥΝΔΕΣΗ».

A black and white advertisement featuring a woman with long, curly hair, smiling and posing in athletic wear. She is wearing a dark tank top and leggings with a shimmering, sequined pattern. Her arms are outstretched, and she is in a dynamic, slightly off-balance pose. The background is dark with a grid of small, bright white dots that create a sense of depth and a futuristic or digital atmosphere. The text is positioned on the left side, and the logo is in the bottom right corner.

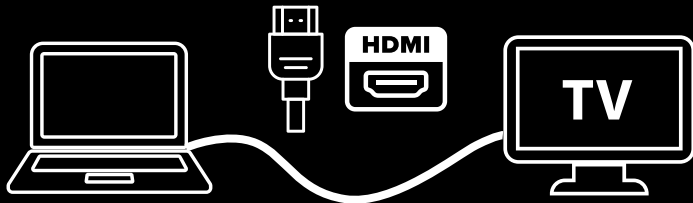
Ο VIRTUAL COACH ΣΟΥ
ΟΠΟΥ ΤΟΝ ΧΡΕΙΑΖΕΣΑΙ

**THE
COACH**
VIRTUAL WELLNESS PLATFORM

ΑΠΟΓΕΙΩΣΕ ΤΗΝ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΣΟΥ

Σύνδεσε την πλατφόρμα με την TV σου

Σύνδεσε τον υπολογιστή, laptop ή άλλη φορητή συσκευή με την τηλεόρασή σου, χρησιμοποιώντας ένα καλώδιο HDMI.



ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Ανάλογα με τις εξόδους που διαθέτει η συσκευή σου, στην οποία έχεις το THE COACH VIRTUAL WELLNESS PLATFORM, ενδέχεται να χρειαστεί να χρησιμοποιήσεις κάποιον adaptor ή διαφορετικού τύπου καλώδιο για να ολοκληρώσεις τη σύνδεση (π.χ. DisplayPort, mini-HDMI κλπ). Μπορείς να βρεις εύκολα αυτό που σου χρειάζεται στο διαδίκτυο ή σε ένα κατάστημα προϊόντων τεχνολογίας.

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΕΣ ΠΟΥ ΕΝΙΣΧΥΟΥΝ ΤΗΝ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ



Sound

Άκου τον coach όσο δυνατά θέλεις.



Forward / Rewind

Πήγαινε το πρόγραμμα 15 δευτερόλεπτα μπροστά ή πίσω, εύκολα και γρήγορα.



Speed Control

Αυξομείωσε την ταχύτητα του κάθε βίντεο, στο σημείο που επιθυμείς, για να το δεις στο ρυθμό που χρειάζεσαι.



Loop Moves

Επίλεξε το μέρος του προγράμματος που θέλεις και δες το ξανά, όσες φορές θέλεις, μέχρι να αισθανθείς άνετα.



Camera On

Ενεργοποίησε την κάμερα και δες τον εαυτό σου στην οθόνη. Εκτέλεσε την κάθε άσκηση δίπλα από τον coach, μαζί του.



Full Screen

Φέρε τον coach πιο κοντά σου, αξιοποιώντας όλη την οθόνη σου.



Timer

Έχε πάντα εικόνα για την πρόοδο του προγράμματός σου και το χρόνο προπόνησής σου.



Chapters

Επίλεξε το μέρος της προπόνησης που επιθυμείς.



ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟΙ ΠΕΡΙΗΓΗΤΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΘΕΑΣΗΣ,
ΒΕΒΑΙΩΘΕΙΤΕ ΟΤΙ ΤΟ ΠΡΟΤΙΜΩΜΕΝΟ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΕΡΙΗΓΗΣΗΣ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΜΕΝΟ.





THE COACH

VIRTUAL WELLNESS PLATFORM

Δες τον οδηγό αυτό ηλεκτρονικά.

Πήγαινε στο www.thecoach.gr/gettingstatedguide

Παραγωγή - Διανομή

Το προϊόν παράγεται και διανέμεται

από την Γ. Φ. Βασιλείου Ο.Ε.

Μιχαλακοπούλου 35, Αθήνα, 11528

www.white-space.gr