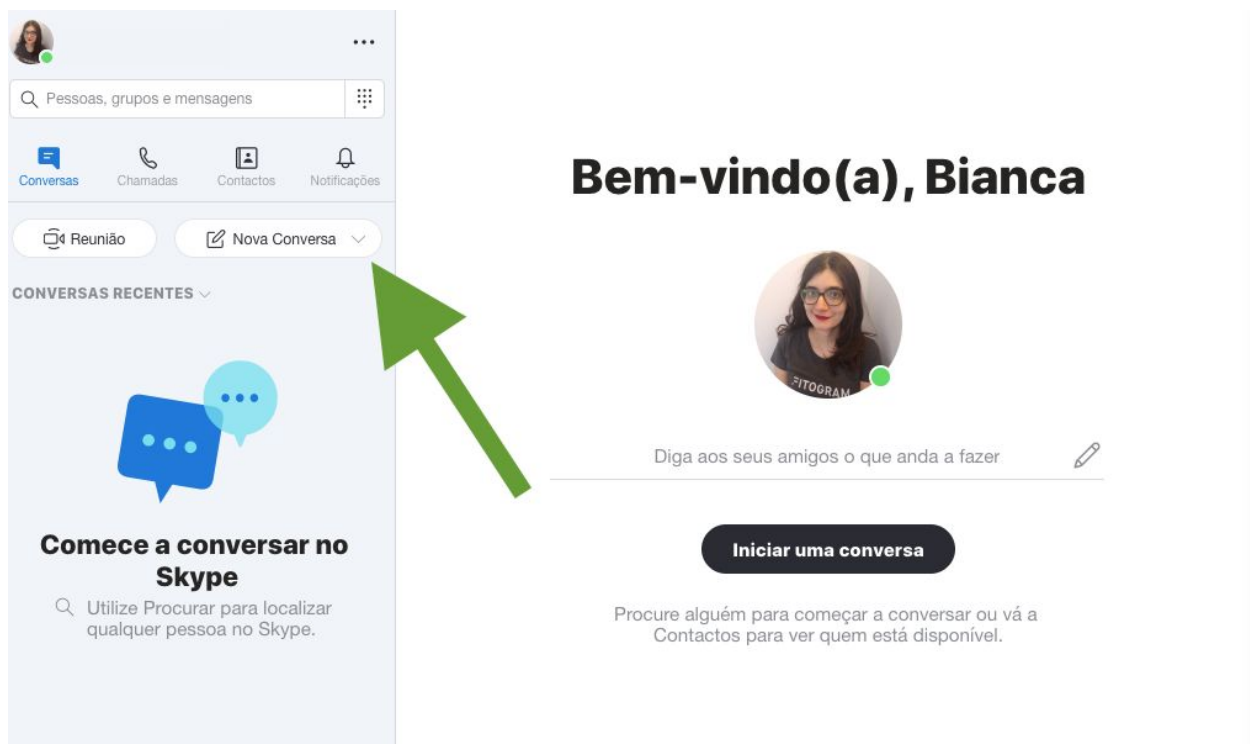


# FITOGRAM<sup>PRO</sup>

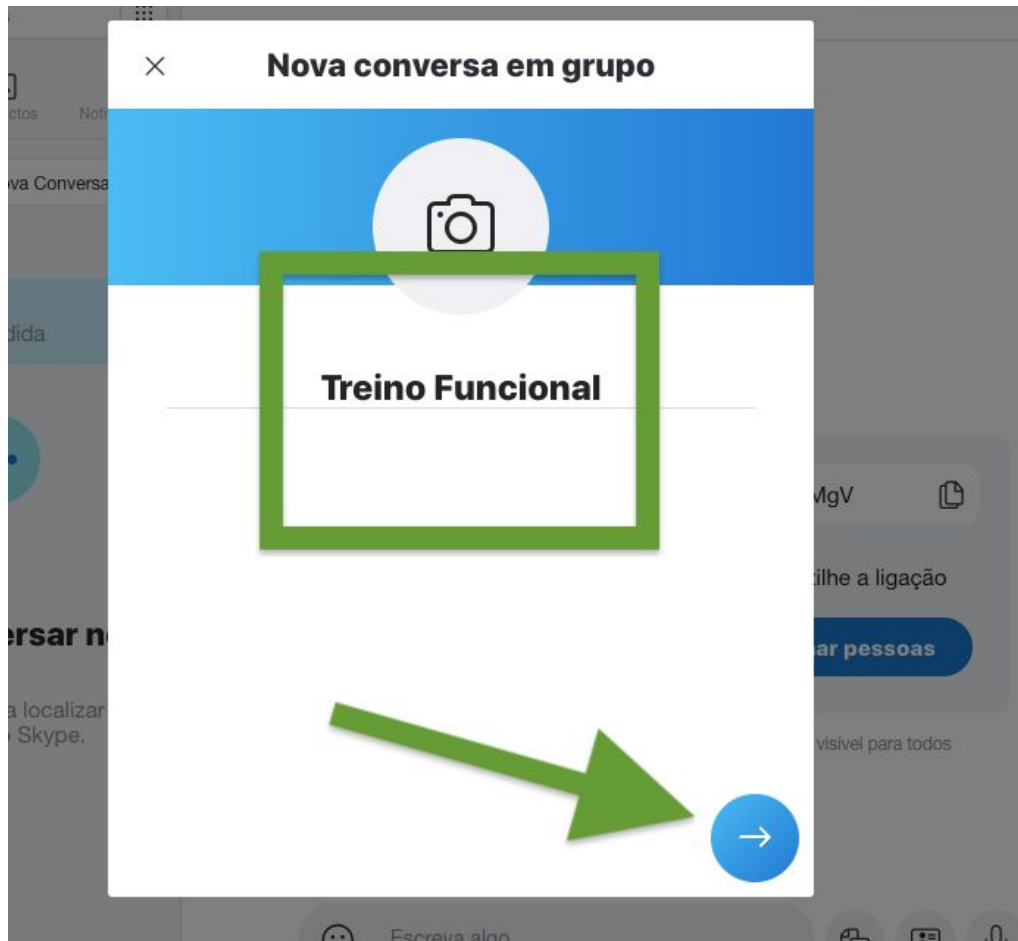
## Crie sua video chamada

A seguir nós mostraremos como pode criar sua aula através do Skype:

1. Assim que tiver descarregado e aberto a aplicação, faça seu login e se encontrará nesta página:

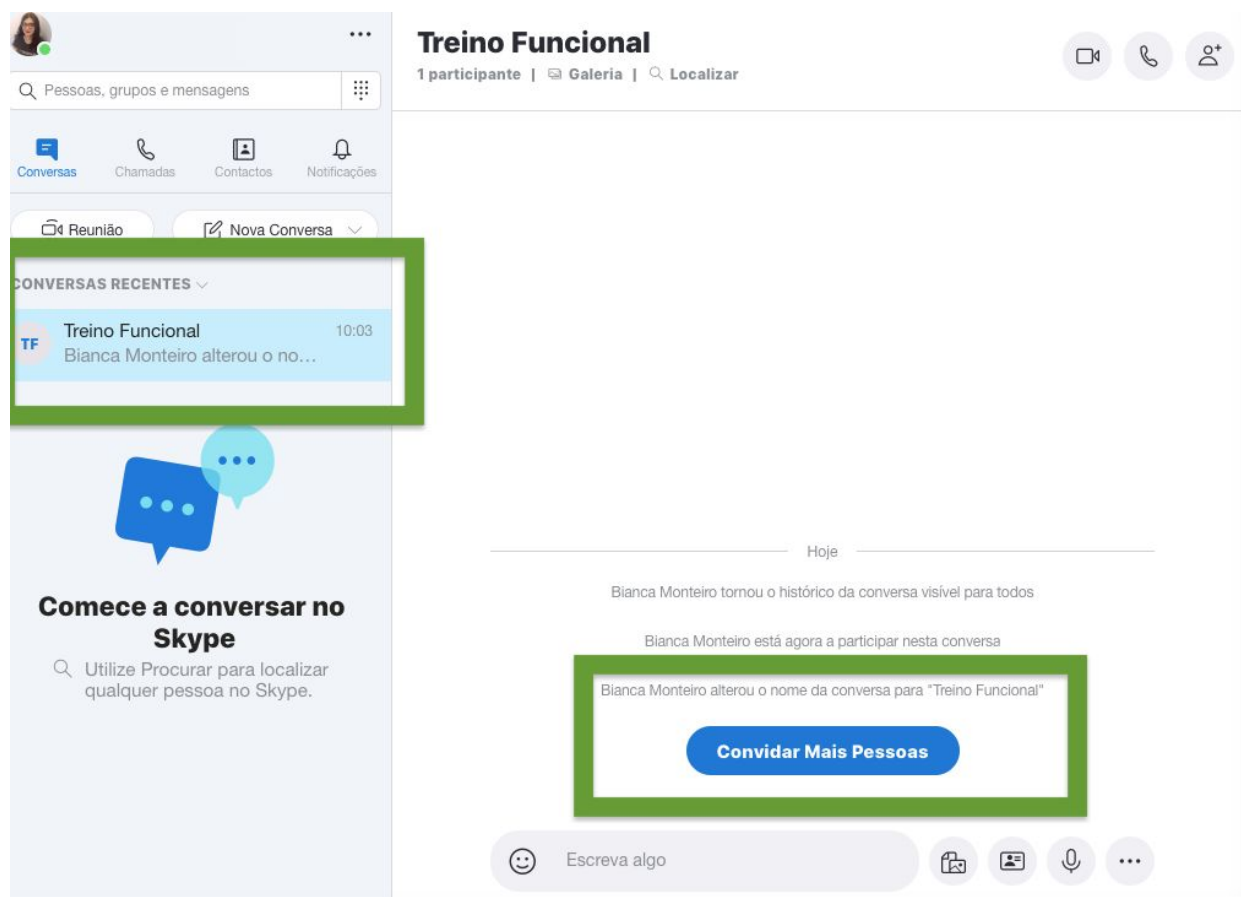


2. Clique no ícone de **Nova Conversa** e a seguir na opção **Nova Conversa em Grupo**. Na caixa de diálogo que será aberta, prima **Continuar** e pode então criar e nomear sua aula virtual. Se desejar, pode também adicionar uma imagem que identifique sua aula na chamada.

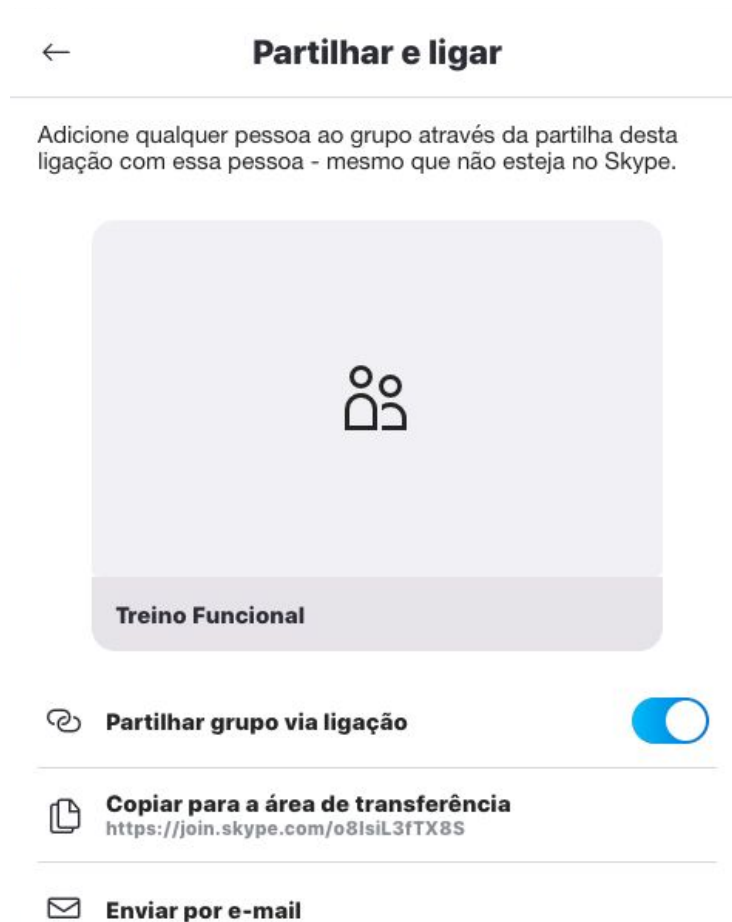


3. Neste momento o Skype pedirá que convide participantes dentre seus contactos, mas não o faça nesse momento. Prima simplesmente **Concluído** no canto superior direito. Agora tem já seu espaço virtual para continuar a praticar desportos com seus alunos!

Aceda à página de sua chamada em grupo e clique em **Convidar mais pessoas**. Um ponto importante é que o Skype limita o número de participantes a 25. Ou seja, além dos instrutor é possível que até outras 24 pessoas participem da aula através dessa plataforma.

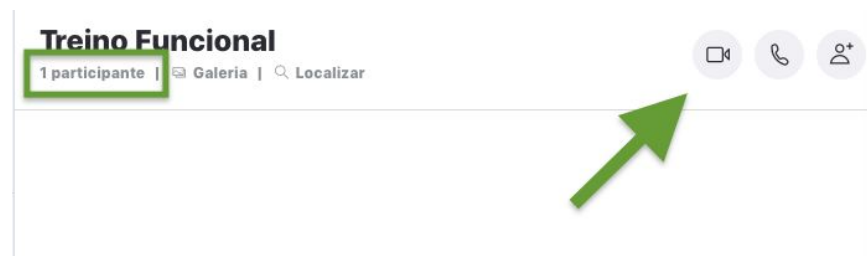


4. Na caixa de diálogo que será aberta, clique em **Partilhar ligação para entrar no grupo**. A página a seguir será exibida:



5. Ative a opção **Partilhar este grupo via ligação** e então copie o link para que possa partilhá-lo. Adicione o link em um e-mail e envie-o a todas as pessoas que estão em sua lista de marcações. Se desejar, pode também enviar o link através de outras plataformas, como o WhatsApp ou o Instagram.

Ao clicar no link que enviou, seus alunos poderão aceder com suas contas do Skype ou apenas inserirem seus nomes e apelidos para acederem como convidados caso não tenham uma conta ou não desejem utilizá-la.



6. No ícone de participantes abaixo do nome de sua chamada pode controlar quem já acedeu ao link que enviou e assim tem também uma lista de quais participantes estão de facto presentes.

Agora que chegou a hora de seu evento e já sabe quem está na chamada, basta iniciar a aula! É só clicar no ícone da video chamada no canto superior direito. Não se esqueça de iniciar a chamada com alguns minutos de antecedência para controlar alguns aspectos técnicos e garantir que tem uma conexão de internet estável, que sua imagem está nítida e bem-iluminada e que todos podem ouvir-lhe bem.