

LES MILLS

QUARTERLY ONLINE

INFORMAÇÃO SOBRE O ACESSO AO QUARTERLY 3 ONLINE

Horário e Disponibilidade

O Quarterly 3 será **100% online** e estará **disponível nos dias 26 e 27 de setembro**.

Podes escolher o momento mais conveniente nesse fim de semana para realizares a tua formação, que inclui:

- Programas Les Mills nos quais estás inscrito e Genérico.

Acesso à Área Reservada

A formação estará disponível numa **área reservada**.

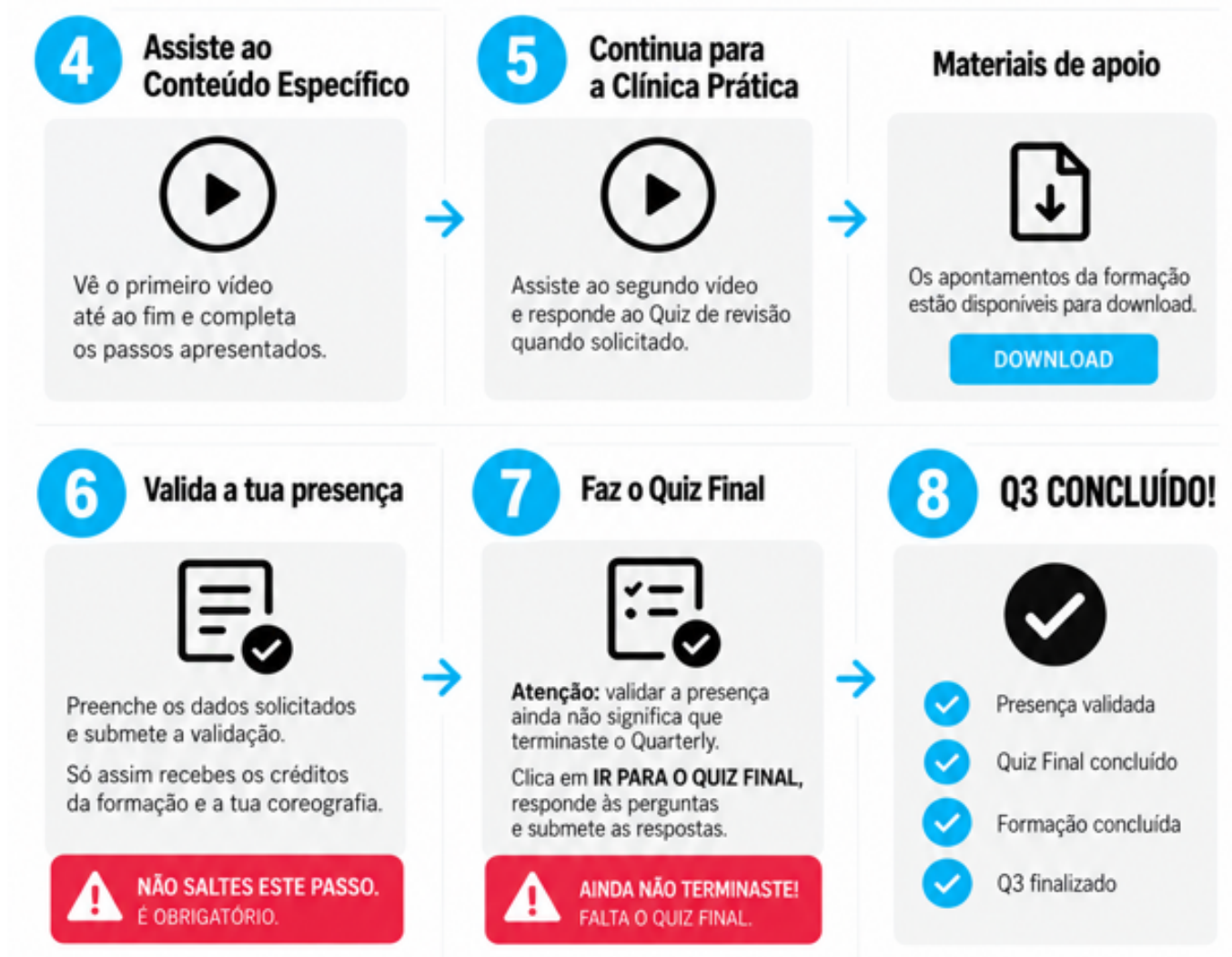
 **Receberás no teu e-mail os links de acesso exclusivos**, um para cada programa e outro para o Genérico.

 **Guarda esses links**, pois são pessoais, intransmissíveis e essenciais para o acesso.

 **É estritamente proibida** a cópia, partilha ou qualquer outro tipo de divulgação deste conteúdo.

 **Como Aceder:** <https://vimeo.com/1227649724/322a3e1967>





Validação de Presença

• **A tua presença só será registada após visualizares a formação completa e clicares nesse botão e preencheres corretamente os dados pessoais.**

É a partir dessa validação que as **coreografias Les Mills** ficarão disponíveis (até 72h após).

Atualiza a tua **APP LES MILLS**:

Mais → Configurações → Atualizar Lançamentos → Atualizar todos os seus Mixes

Não elimines o email de acesso – o botão do link é imprescindível para entrares na formação.

Dúvidas?

Caso tenhas alguma questão relacionada com o acesso ou as coreografias, envia email para:

instrutores@manz.pt

Horário atendimento de segunda-feira a sexta-feira das 10h às 16h.

KIA KAHA!

Boas formações e até breve!