



Medisports
health & happiness

Doe mee met het Medisports Ommetje-team en download gratis de Ommetje-app

Wat is Ommetje?

Ommetje is een initiatief van de Hersenstichting om mensen meer te laten bewegen gedurende de dag. Meer bewegen is namelijk goed voor de hersengezondheid, zeker om het patroon van te lang zitten te doorbreken. Zeker nu is het belangrijk om af en toe een ommetje te maken.

Waarom zou ik de app gebruiken?

Met de Ommetje-app word je gestimuleerd en gemotiveerd om in beweging te komen. Je kunt een groep aanmaken en elkaar uitdagen. Wij van Medisports hebben ook een team gemaakt. Zo kun je op een leuke manier toch een beetje 'samen' bewegen.

Kan ik in meerdere teams deelnemen?

Ja, dat kan. In team beheer, op je overzichtspagina, kun je zien in welke teams je al deelneemt, en eventueel nieuwe teams aanmaken of bij bestaande teams aanhaken. Zo kun je de competitie in meerdere teams tegelijk aangaan.

Doe je al mee met een team en wil je ook in ons team komen? Dat kan!

Je hoeft de app dan *niet* opnieuw te downloaden. Je opent je app, en klikt op **Team beheer**. Daarna klik je op **Team toetreden** en vul je onze Team code in: **6HBCT** en daarna op **Opslaan**

Hoe moet ik de Ommetje app downloaden?



Voor Android zoek je de app op via:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.canvasheroes.ommetje>



Voor Apple Iphone zoek je de app op via:

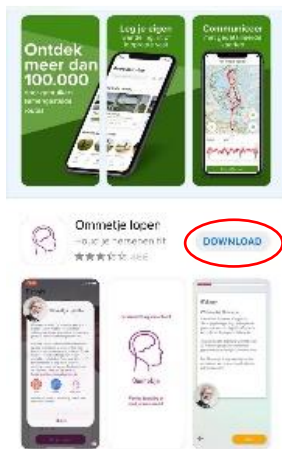
<https://apps.apple.com/nl/app/ommetje-lopen/id1472994470>

***Als je de app volledig hebt geïnstalleerd dien je deze aan te zetten als je gaat wandelen.
De app registreert dan direct je wandeling!***

Volledige uitleg ommetje app installatie: zie volgende pagina



Medisports
health & happiness



Klik op download



Kies 'Account aanmaken'



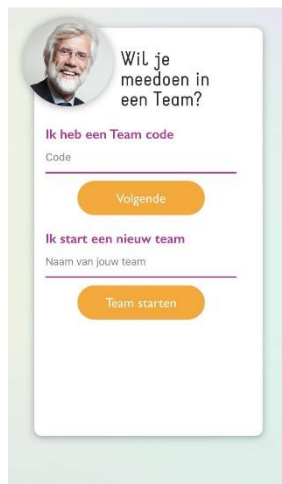
Kies 'Nederlands'



Kies een gebruikersnaam
en vul die in.



Kies 'Ja'



Kies 'Ik heb een Team code'
en vul de teamcode in: 6HBCT



Vul je mail adres in



**Maak een eigen wachtwoord
aan.**



Vul je voornaam in



Maak je eigen keuze



**Alles goed? Kies dan
'Helemaal goed!'**



**Klik 'Ik ga akkoord'
(zie algemene voorwaarden)**