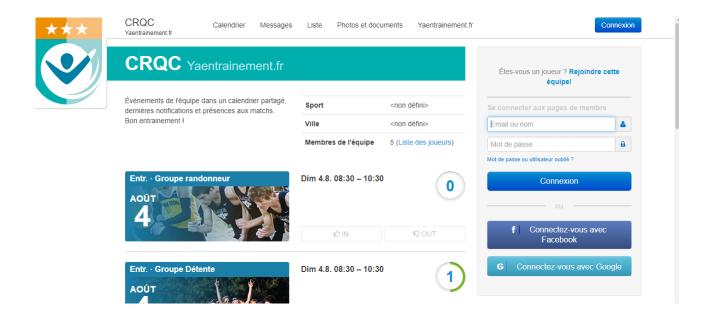
Démarches à suivre pour devenir membre de l'équipe CRQC sur yaentrainement.fr et valider sa présence ou non à une sortie club du dimanche ou jeudi.

1. Aller sur le site CRQC (taper dans le moteur de recherche : crqc.fr) et dans la colonne de gauche : Cliquer sur inscription à une sortie, vous tombez sur:



2. Dans la colonne de droite de la page qui s'affiche :

Cliquez sur rejoindre cette équipe

3. Vous tombez sur cet écran:



Remplissez alors nom, email (comme je l'ai fait en mettant les nom prénom et email de ma fille) et Cliquez encore sur Rejoindre cette équipe 4. Vous tombez sur cet écran:



Bienvenue!

Salut Louisa! Bienvenue dans l'équipe CRQC. ✓ Nous avons envoyé votre invitation à louisa.zarouf@laposte.net. Cliquez sur le lien d'activation dans l'e-mail pour accéder aux pages réservées aux membres de votre équipe. ✓ Vous n'avez pas reçu notre e-mail? Jetez un œil à votre boîte à spam.

5. Allez dans **votre boîte mail** pour récupérer le mail et cliquez sur **Activer votre compte** comme indiqué dans votre mail qui ressemble à:



6. Félicitation, vous faîtes partie de l'équipe.

7(facultatif). Vous pouvez télécharger sur votre smartphone via playstore (ou l'équivalent pour un Iphone) l'application yaentrainement et faire les mêmes démarches par l'application après être allé dans le menu déroulant en haut à droite et cliquer sur recherche des équipes puis taper CRQC

8. Pour participer à une sortie club, il suffit :

soit:

- a) de retourner sur le site **CRQC** (**crqc.fr**)
- cliquez sur **inscription à une sortie** qui se trouve dans la colonne de gauche puis mettre vos identifiants (email et mot de passe indiqués dans l'étape précédente 5 , sauf si l'ordi est resté connecté sur votre compte).
 - cliquez sur **IN** à la sortie à laquelle vous voulez participer
- b) Pour ceux qui ont fait l'étape 7 : allez sur votre smartphone sur l'application yaentrainement (qui reste connectée sur votre compte si vous ne l'avez pas déconnecté) et cliquer sur **IN** à la sortie à laquelle vous voulez participer.

En cas de renseignements complémentaires ou de besoin d'aide , me contacter soit:

- par mail adzarouf@gmail.com

- par téléphone : 07 82 99 07 50

Delphine