



Content Management Guide

für BundeslandredakteurInnen

Version 1.4 (2024)

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Daten managen

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Veranstalter_Stretching-Dornbirn.txt

Veranstaltername:
Stretching Dornbirn

Link:
https://www.stretching-dornbirn.at/

Verband:
Sportunion

Bundesland:
Vorarlberg

Bild hochladen

SEO Text:
Logo des Veranstalters **Stretching** Dornbirn bei Bewegt im Park

Trainerin_Anna_Avatar.txt

Trainername:
Anna Avatar

Login Email:
anna.avatar@stretching-dornbirn.at

Veranstalter:
Stretching Dornbirn

Verband:
Sportunion

Kurzbeschreibung:
Sportgymnasium
Sportuniversität
Sportausbildung

Bild hochladen

SEO-Text:
Swickald der Trainerin Anna Avatar beim Projekt Bewegt im Park

01 Kurs_Functional-Fitness.txt -- Bearbeitet

Kursname:
Functional Fitness

Kursbeschreibung:
Derzeit in aller Munde und nun auch bei Bewegt im Park. Statt einzelne Muskeln wie beim Gerätetraining isoliert zu kräftigen, werden bei diesen Training ganze Muskelgruppen trainiert. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer Muskelschlingen und komplexe mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind. Functional Fitness stärkt somit Muskeln, die zusammenarbeiten und stabilisiert Muskelansätze, Sehnen und Gelenke. So optimierst du Bewegungsabläufe und reduzierst das Verletzungsrisiko. Ob „nur“ mit dem eigenen Körpergewicht oder mit dem Resistance Band, der Gewichtsweste oder dem Battle Rope – jede Menge Schweiß und Spaß sind garantiert!

Hinweis: Handtuch und Wasser mitnehmen!

Inklusionskurs:
Ja

Wochentag:
Montag

Startdatum:
18.06.2024

Enddatum:
09.09.2024

Startzeit:
07:00

Endzeit:
08:00

TrainerIn:
Anna Avatar

Co-TrainerIn:
Michael Kandthofer

Verband:
Sportunion

Veranstalter:
Stretching Dornbirn

Ortsbezeichnung:
Kulturhauspark

Ortshinweis:
Treffpunkt beim Brunnen

Ort:
Hermann-Gmeiner-Freizeitpark und Sportplatz, 6850 Dornbirn

Bundesland:
Vorarlberg

Stadt:
Dornbirn

Texte vor- & aufbereiten

Die folgenden Hinweise sind Empfehlungen zur Aufbereitung von Texten, um die Dateneingabe zur erleichtern.

Hinweis Wording & Stil:

- Im Projekt wird das Publikum mit „Du“ angesprochen.
- Bitte konstruiere keine langen, verschachtelten Sätze. Durch kurze, aktive Sätze erreichst du eher deine Teilnehmer.

Hinweis (Co-)Trainer/in:

- Bitte keine Titel vor (Mag., Dr.) oder hinter (MA, MSc) dem Trainernamen verwenden!
- Zähle die Ausbildungen oder sonstige fachliche Informationen kurz und bündig auf.

Hinweis Kursbeschreibung:

- Erstelle ausführliche Beschreibungen. Die Teilnehmer sollen wissen, was auf sie zukommt.
- Wichtig ist, dass der Name des Kurses und „Bewegt im Park“ zumindest noch einmal in der Kursbeschreibung vorkommt.

Hinweis Technik:

- Schreib deine Texte in Editor (Windows) oder TextEdit (Mac) und lege sie als txt-Dateien an.
- Oder nimm einfach keine Formatierungen am Text vor, wenn du in MS Word arbeitest.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Bilder vor- & aufbereiten

Wichtiger Hinweis Recht:

- Unbedingt Urheber-Check bei Portraitfotos vornehmen!
- Nutzungsrechte müssen mit dem Urheber abgeklärt werden!
- Wenn notwendig Copyrightangaben dezent im unteren Bereich des Portraitfotos anbringen.
- Nutzungslizenz im Dateisystem abspeichern.

1. Schreibweise von Dateinamen

- Umlaute vermeiden! Bitte lieber ae statt ä schreiben.
- Portraits: siehe Beispielbild
- Logos: siehe Beispielbild

Hinweis: Technische Spezifikationen:

- Dateiformate:
 - Portraits: .jpg
 - Logos: .png
- Bildformate: Bevorzugt Quadratisch (alternativ Hochformat)
- Bildgröße: Breite max. 1000 px
- Dateigröße: Bitte unter 1 MB!

Hinweise Stil:

- Bitte keine Scans von Passfotos!
- Bei Verwendung von Portraits wenn möglich den Fokus auf einen direkten Blick setzen.
- Freundliche, lächelnde Gesichter sind immer gern gesehen.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

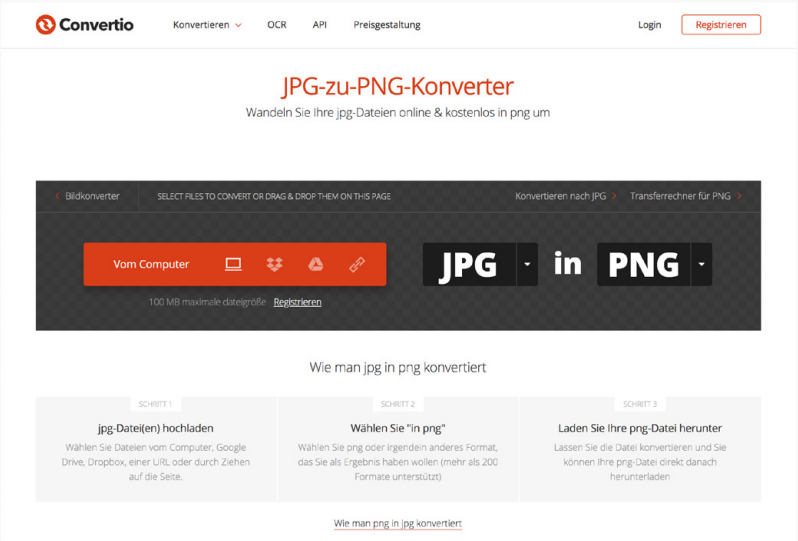
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Bilder vor- & aufbereiten

Willst du deine Bilddaten schon vorab aufbereiten, musst du nicht unbedingt ein professionelles Fotoprogramm besitzen.

Um das richtige Dateiformat für den richtigen Zweck zu erhalten, hilft z.B. das kostenlose Online-Werkzeug Convertio:

tiff zu jpg konvertieren
<https://convertio.co/de/tiff-jpg/>

jpg zu png konvertieren
<https://convertio.co/de/jpg-png/>

tiff zu png konvertieren
<https://convertio.co/de/tiff-png/>

Um die Dateigröße für das Web zu minimieren, helfen die kostenlosen OnlineTools tinyjpg oder tinypng:

Dateigröße von jpg's verkleinern
<https://tinyjpg.com>

Dateigröße von png's verkleinern
<https://tinypng.com>

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

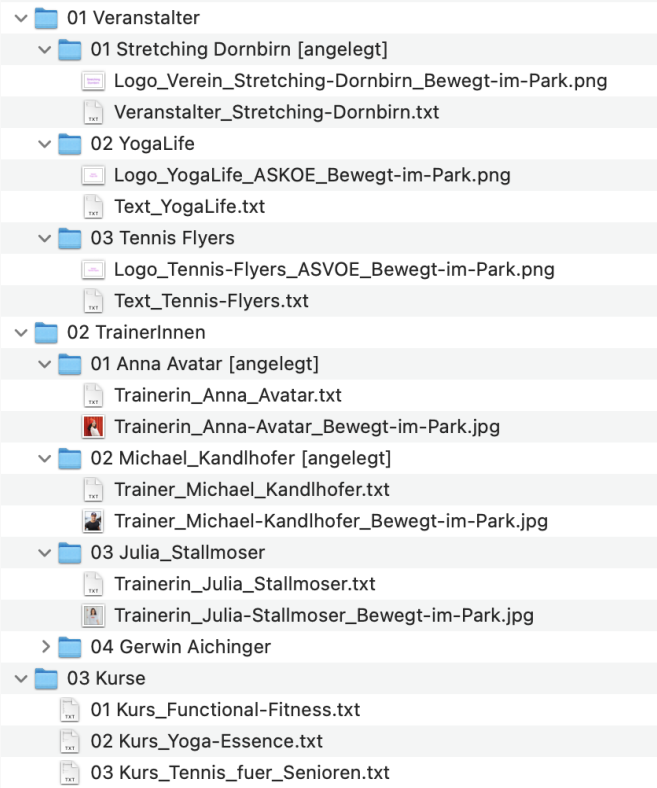
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Ablagesystem

Das ist nur ein Beispiel für ein simples Ordner-Dateisystem (im OS Windows > Explorer / Im OS Apple > Finder), um ein organisiertes Content Management starten zu können.

Die Datenblöcke sind bereits in die Reihenfolge gebracht, wie sie anschließend auch eingegeben werden:

- 1. Veranstalter
- 2. TrainerInnen
- 3. Kurse

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Login

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Bewegt im Park

Bitte aktiviere dein Benutzerkonto bei Bewegt im Park
An:

Eingang - Chello 15:42

Halo Anna Avatar,

bitte aktiviere dein Benutzerkonto bei Bewegt im Park, um deine Kursbewertungen durchführen zu können.

Folge dazu diesem Bestätigungs-Link: https://www.bewegt-im-park.at/partner-aktivierung/?activation_key=94da7410ba94cbe7546b1edfd09e280b&email=&fn=Anna&ln=Avatar

Dein Bewegt im Park Team

Falls du diese Nachricht versehentlich erhalten hast, lösche sie einfach. Du wirst nur dann in unser System aufgenommen, wenn du auf den o.a. Bestätigungs-Link klickst.

Dachverband der Sozialversicherungsträger | Kundmanngasse 21, 1030 Wien, info@bewegt-im-park.at
[Impressum](#) | [Datenschutz](#)



Startseite

Wie funktioniert's

Kurse finden

Projektpartner

FAQ

Kontaktiere uns!

Admin

Logout

Aktivierung des Benutzerkontos

Halo Anna Avatar,
bitte wähle dein Passwort!

Damit dein Benutzerkonto zur Bewertung deiner Kurse aktiviert werden kann, wähle bitte ein sicheres Passwort (mindestens 6 maximal 20 Stellen, z.B. Vag4c72vRbJ9sZ\$h) und wiederhole es zur Bestätigung.

Passwort eingeben:

.....

Passwort bestätigen:

.....

☒ Ich möchte ein Benutzerkonto anlegen. Bitte speichert meine Daten für diesen Zweck. Wie meine Daten genutzt werden und welche Rechte ich diesbezüglich habe, habe ich in der [Datenschutzerklärung](#) gelesen. Außerdem stimme ich zu, dass ich die Kursdaten wahrheitsgemäß angebe und diese zu Zwecken der Evaluierung verwendet werden dürfen.

Aktivieren

Bewegt im Park wird finanziert von



Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen

Bundesministerium
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport



[Impressum](#) • [Datenschutz](#) • [Cookie Einstellungen](#) • [Barrierefreiheitserklärung](#)

Benutzer aktivieren

Du bekommst vom Content Management System ein Mail mit einem Aktivierungslink. Bitte klicke diesen an (siehe Screenshot auf der linken Seite).

Anschließend wirst du auf eine Seite weitergeleitet, auf der du dein Passwort festlegen kannst.

Wenn du das getan hast, wirst du automatisch in das Backend der Website (Content Management System) weitergeleitet.

> siehe Menüpunkt [Backend](#)

Info:

In der WWW-Redaktionswelt nennt man das Content Management System auch „Backend“.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

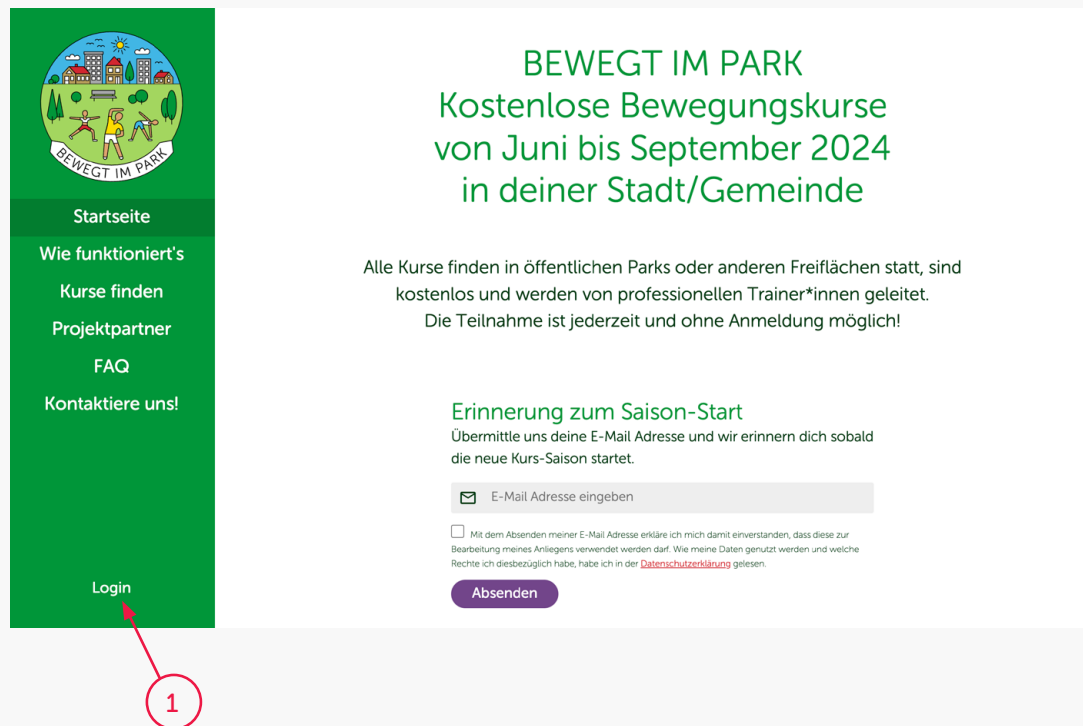
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Website (Frontend)

Hast du dein Passwort bereits festgelegt, kannst du dich auf folgende Art und Weise in das Content Management System einloggen:

1. Den Login Button findest du in der linken grünen Menüspalte im untersten Bereich.

Info:

In der WWW-Redaktionswelt nennt man den Anwendungsbereich einer Website auch „Frontend“.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

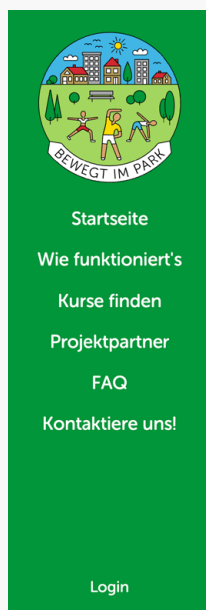
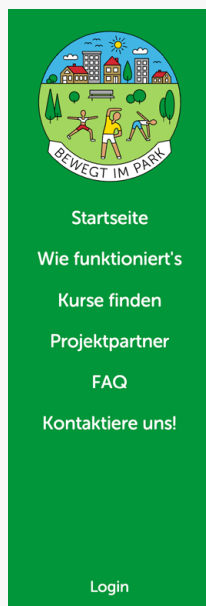
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Benutzername oder E-Mail-Adresse





Passwort

☐ Angemeldet bleiben

Anmelden

[Neues Passwort anfordern](#)

Bewegt im Park wird finanziert von


 Dachverband der österreichischen Sozialversicherungen
 
 Bundesministerium Kunst, Kultur, öffentlicher Dienst und Sport
 
 WiG
 
 Für die Stadt Wien

[Impressum](#) •
 [Datenschutz](#) •
 [Cookie Einstellungen](#) •
 [Barrierefreiheitserklärung](#)





Bitte gib deinen Benutzernamen oder deine E-Mail-Adresse an. Du wirst eine E-Mail-Nachricht mit Informationen erhalten, wie du dein Passwort zurücksetzen kannst.

Benutzername oder E-Mail-Adresse

Neues Passwort

Anmelden

Bewegt im Park wird finanziert von


 Dachverband der österreichischen Sozialversicherungen
 
 Bundesministerium Kunst, Kultur, öffentlicher Dienst und Sport
 
 WiG
 
 Für die Stadt Wien

[Impressum](#) •
 [Datenschutz](#) •
 [Cookie Einstellungen](#) •
 [Barrierefreiheitserklärung](#)

Login-Seite

1. Über diese Seite kannst du dich mit deiner E-Mail-Adresse und deinem Passwort einloggen.

2. Durch das Setzen des Häkchens beim Kästchen „Anmeldung merken“ speichert dein Browser die Daten. Beim nächsten Öffnen der Seite erleichtert es dir den Login-Prozess.

3. Falls du einmal dein Passwort vergessen hast, kannst du dir über das System ein neues Passwort zusenden lassen. Dafür brauchst du die E-Mail-Adresse, die im System angelegt ist, damit du es sofort anfordern kannst.

Tipp:

Solltest du die E-Mail Nachricht mit dem neuen Passwort nicht erhalten haben, überprüfe bitte auch deinen Spam Ordner.

Wichtiger Hinweis:

Sicherheit geht vor! Bitte verwende beim Setzen deines neuen Passwortes mind. 12 Zeichen. Es sollte Großbuchstaben, Kleinbuchstaben, Zahlen, Sonderzeichen beinhalten. Zum Merken und zum sicheren Aufbewahren von Passwörtern empfehlen wir, einen Passwort-Manager zu verwenden.

(z.B. <https://1password.com>)

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

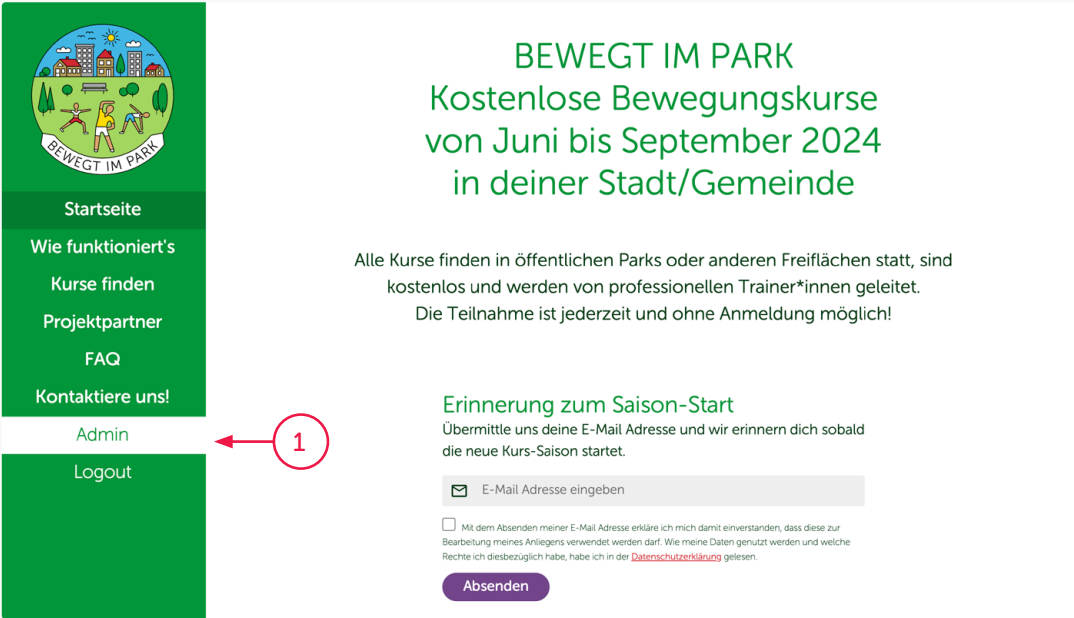
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



BEWEGT IM PARK
Kostenlose Bewegungskurse
von Juni bis September 2024
in deiner Stadt/Gemeinde

Alle Kurse finden in öffentlichen Parks oder anderen Freiflächen statt, sind kostenlos und werden von professionellen Trainer*innen geleitet. Die Teilnahme ist jederzeit und ohne Anmeldung möglich!

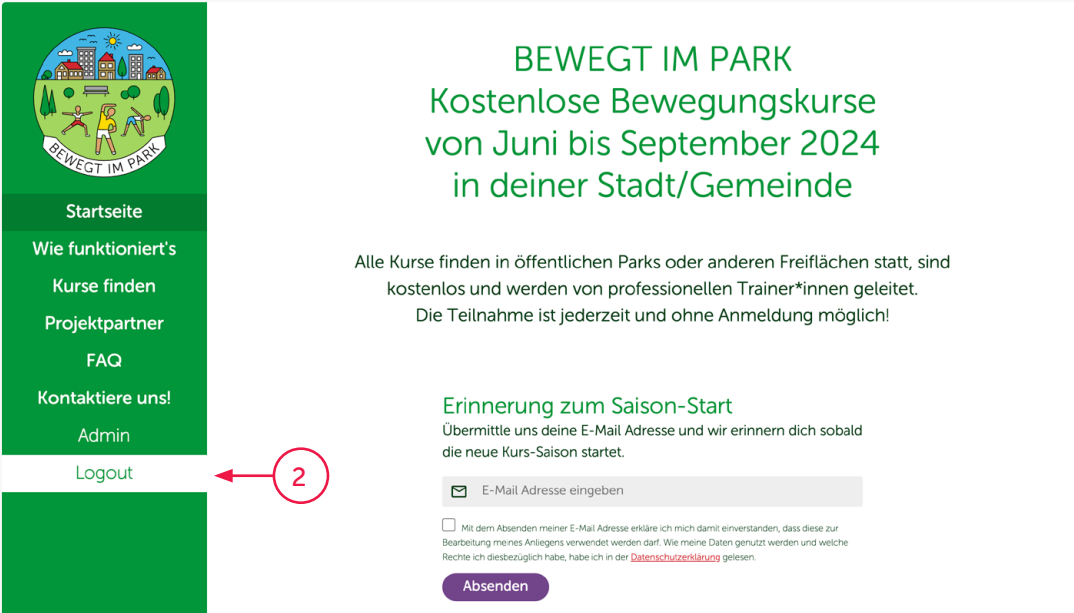
Erinnerung zum Saison-Start
Übermittle uns deine E-Mail Adresse und wir erinnern dich sobald die neue Kurs-Saison startet.

E-Mail Adresse eingeben

☐ Mit dem Absenden meiner E-Mail Adresse erkläre ich mich damit einverstanden, dass diese zur Bearbeitung meines Anliegens verwendet werden darf. Wie meine Daten genutzt werden und welche Rechte ich diesbezüglich habe, habe ich in der [Datenschutzerklärung](#) gelesen.

Absenden

1



BEWEGT IM PARK
Kostenlose Bewegungskurse
von Juni bis September 2024
in deiner Stadt/Gemeinde

Alle Kurse finden in öffentlichen Parks oder anderen Freiflächen statt, sind kostenlos und werden von professionellen Trainer*innen geleitet. Die Teilnahme ist jederzeit und ohne Anmeldung möglich!

Erinnerung zum Saison-Start
Übermittle uns deine E-Mail Adresse und wir erinnern dich sobald die neue Kurs-Saison startet.

E-Mail Adresse eingeben

☐ Mit dem Absenden meiner E-Mail Adresse erkläre ich mich damit einverstanden, dass diese zur Bearbeitung meines Anliegens verwendet werden darf. Wie meine Daten genutzt werden und welche Rechte ich diesbezüglich habe, habe ich in der [Datenschutzerklärung](#) gelesen.

Absenden

2

Redakteur*in eingeloggt

Wenn du dich eingeloggt hast, erscheint ein neuer Screen. In der grünen Menüleiste sind zwei neue Menüpunkte dazugekommen.

1. Über den Menüpunkt „Admin“ gelangst du in das Backend der Website, wo du deinen Content Management Prozess starten kannst.
2. Über den Menüpunkt „Logout“ kannst du dich aus dem Frontend-Bereich heraus jederzeit auch wieder ausloggen.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Backend

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

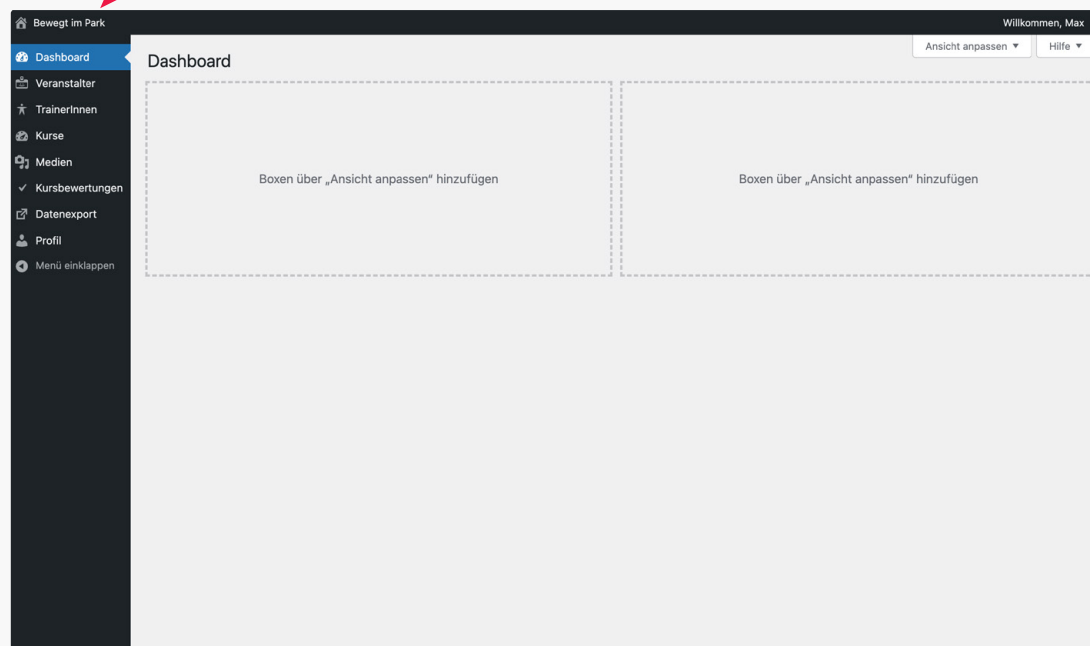
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



CMS (Backend)

Info:

In der Welt des Content Managements nennt man diesen Bereich auch „Backend“.

1. Durch klicken auf das Haus-Icon bzw. den „Bewegt im Park“ Link gelangst du wieder zur Ansicht im „Frontend“.

So kannst du also immer die Ansicht zwischen Frontend und Backend wechseln.

2. Willst du dich vom CMS abmelden, kannst du das über das Dropdown-Menü in der rechten oberen Ecke tun. Das Menü erscheint, nachdem du mit der Maus über den Willkommens-text bzw. deinen Namen fährst.

Hinweis:

Aus Sicherheitsgründen raten wird dir, dass du dich immer ordentlich vom System abmeldest, wenn du

- dich länger von deinem Computer entfernst,
- deinen Browser schließen,
- oder den Computer ausschalten willst.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Frontend

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

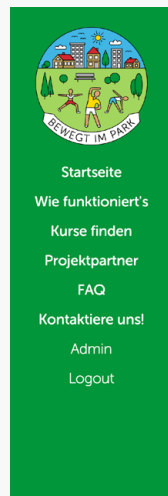
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Functional Fitness

Kursdauer

10. Juni bis 09. September 2024

Kurstag & Kurszeit

Jeden Montag von 07:00 bis 08:00

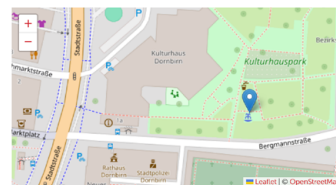
[Kurstermin in Kalender speichern \(.ics\)](#)

Kursort

Adresse: Bergmannstraße, 6850 Stadt Dornbirn, Vorarlberg Österreich

Standortbezeichnung: Kulturhauspark

Standorthinweis: Treffpunkt beim Brunnen

[Adresse auf Google Maps öffnen](#)

Kursbeschreibung

Derzeit in aller Munde und nun auch bei Bewegt im Park. Statt einzelne Muskeln wie beim Gerätetraining isoliert zu kräftigen, werden bei diesem Training ganze Muskelgruppen trainiert. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer Muskelschlingen und komplexe mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind. Functional Fitness stärkt somit Muskeln, die zusammenarbeiten und stabilisiert Muskelansätze, Sehnen und Gelenke. So optimierst Du Bewegungsabläufe und reduzierst das Verletzungsrisiko. Ob „nur“ mit dem eigenen Körpergewicht oder mit dem Resistance Band, der Gewichtsweste oder dem Battle Rope – jede Menge Schweiß und Spaß sind garantiert!

Hinweis: Handtuch und Wasser mitnehmen!

Kurserinnerung

Übermittle uns deine E-Mail Adresse und wir erinnern dich während der Kursdauer regelmäßig einen Tag vor dem Start dieses Kurses:

 E-Mail Adresse eingeben

☐ Mit dem Absenden meiner E-Mail Adresse erkläre ich mich damit einverstanden, dass diese zur Bearbeitung meines Anliegens verwendet werden darf. Wie meine Daten genutzt werden und welche Rechte ich diesbezüglich habe, habe ich in der [Datenschutzerklärung](#) gelesen.

Absenden

Teile diesen Kurs mit Freunden



Bewegt im Park wird finanziert von


[Impressum](#) • [Datenschutz](#) • [Cookie-Einstellungen](#) • [Barrierefreiheitsklärung](#)

Deine Trainerin



Anna Avatar

- Sportgymnasium
- Sportuniversität
- Sportausbildung

Veranstalter

Stretching
Dornbirn

Sportunion – Stretching
Dornbirn
www.stretching-dornbirn.at

Kursseite [Frontend]

Die Kursseite ist in 3 Hauptinhaltsbereiche unterteilt:

1. Veranstalter

2. TrainerIn

3. Kurs

Hinweis:

In dieser Reihenfolge solltest du die Daten auch bestenfalls im Backend der Website anlegen.

Info:

Das Wetter wird automatisch korrekt angezeigt, wenn du den richtigen Wochentag und die richtigen Standortkoordinaten eingegeben hast. Mehr dazu im Abschnitt „Kurse anlegen“.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Daten eingeben

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Veranstalter anlegen

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges


Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Startseite

Wie funktioniert's

Kurse finden

Projektpartner

FAQ

Kontaktiere uns!

Admin

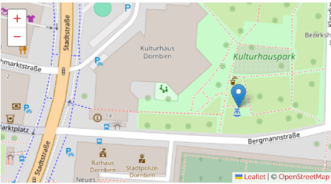
Logout

Functional Fitness

Kursdauer
10. Juni bis 09. September 2024

Kurstag & Kurszeit
Jeden Montag von 07:00 bis 08:00
[Kurstermin in Kalender speichern \(.ics\)](#)

Kursort
Adresse: Bergmannstraße, 6850 Stadt Dornbirn, Vorarlberg Österreich
Standortbezeichnung: Kulturhauspark
Standorthinweis: Treffpunkt beim Brunnen
[Adresse auf Google Maps öffnen](#)




Kursbeschreibung
Derzeit in aller Munde und nun auch bei Bewegt im Park. Statt einzelne Muskeln wie beim Gerätetraining isoliert zu kräftigen, werden bei diesem Training ganze Muskelgruppen trainiert. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer Muskelschlingen und komplexe mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind. Functional Fitness stärkt somit Muskeln, die zusammenarbeiten und stabilisiert Muskelansätze, Sehnen und Gelenke. So optimierst Du Bewegungsabläufe und reduzierst das Verletzungsrisiko. Ob „nur“ mit dem eigenen Körpergewicht oder mit dem Resistance Band, der Gewichtsweste oder dem Battle Rope – jede Menge Schweiß und Spaß sind garantiert!


Hinweis: Handtuch und Wasser mitnehmen!

Kurserinnerung
Übermittle uns deine E-Mail Adresse und wir erinnern dich während der Kursdauer regelmäßig einen Tag vor dem Start dieses Kurses:


☐ Mit dem Absenden meiner E-Mail Adresse erkläre ich mich damit einverstanden, dass diese zur Bearbeitung meines Anliegens verwendet werden darf. Wie meine Daten genutzt werden und welche Rechte ich diesbezüglich habe, habe ich in der [Datenschutzerklärung](#) gelesen.

Teile diesen Kurs mit Freunden







Dachverband der österreichischen Sozialversicherungen



Bundesministerium Kunst, Kultur, öffentlicher Dienst und Sport



WiG



Für alle Stadt Wien

[Impressum](#) • [Datenschutz](#) • [Cookie-Einstellungen](#) • [Barrierefreiheitsklärung](#)

Veranstalter – Ansicht Frontend

Um den ersten Bereich zu gestalten, müssen folgende Inhalte im Backend angelegt werden:

- 1. Logo
- 2. Verband
- 3. Veranstalter
- 4. Link zur Website

Gehe im grünen Menü auf den Punkt „Admin“, um zum Backend zu wechseln, damit du deine Daten im System einpflegen kannst.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

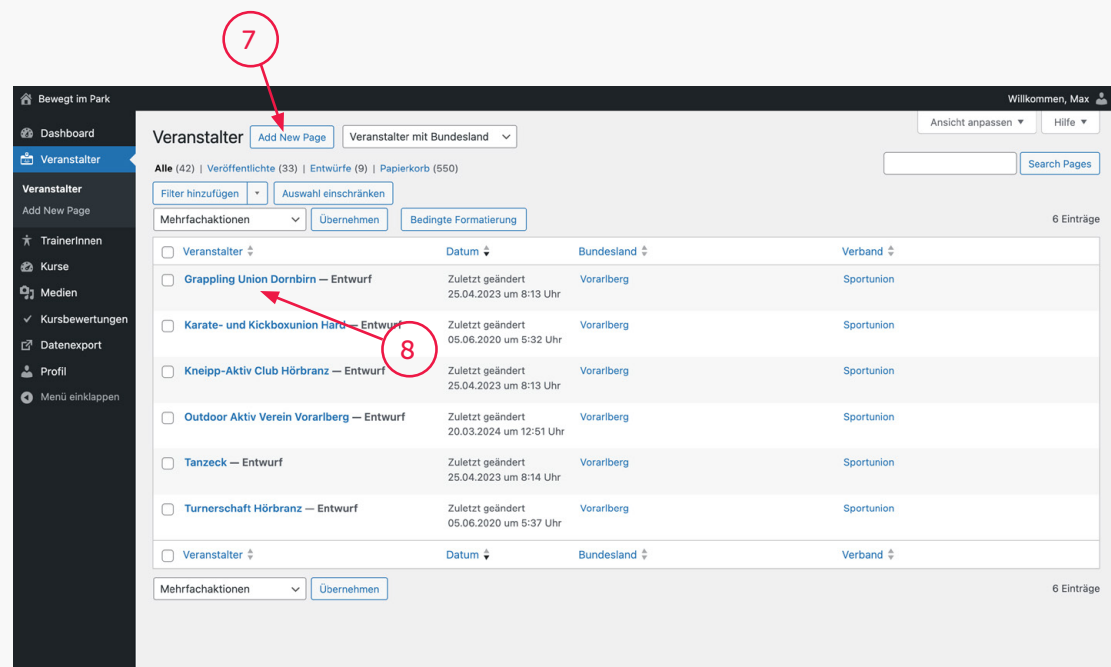
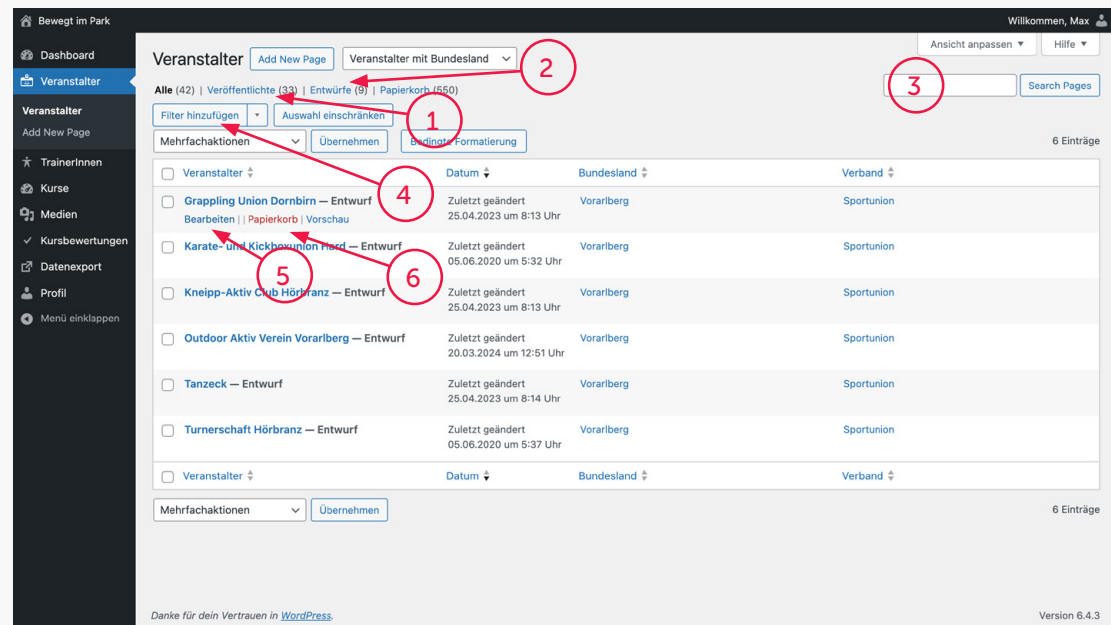
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Veranstalter – Ansicht Backend Listenansicht

Klicke auf den Hauptmenüpunkt „Veranstalter“, um zur Übersichtsseite aller Veranstalter zu gelangen.

1. Unter „Veröffentlichte“ werden alle Veranstalter des aktuellen Kursprogrammes angezeigt.

2. Unter „Entwürfe“ findest du alle Veranstalter, die in den Vorjahren angelegt wurden aber heuer (noch) keinem Kurs zugeordnet sind.

3. Suchfunktion für Veranstalter

4. Filterfunktion für Veranstalter

Wenn du die Maus über den Namen eines Veranstalters setzt, erscheint ein Submenü.

5. Bearbeiten
Der Veranstalter kann nachträglich bearbeitet werden.

6. Papierkorb
Der Veranstalter wird in den Papierkorb gelegt.

7. Drücke den Button „Add New Page“, um einen neuen Veranstalter zu erstellen. (-> [weiter auf S. 19](#))

8. ... oder klicke einfach auf den Namen eines Veranstalters, um diesen erneut zu bearbeiten.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

The screenshot shows the 'Add New Page' form in the CMS. The form is titled 'Add New Page' and has a sidebar on the left with navigation links. The main form area contains several fields and sections:

- 1**: A text input field for the title, labeled 'Titel hier eingeben'.
- 2**: A text input field for the link, labeled 'Link'.
- 3**: A dropdown menu for the association, labeled 'Verband', with a search bar and a list of options (ASKÖ, ASVÖ, ÖBSV, SOÖ, Sportunion).
- 4**: A radio button for the state, labeled 'Bundesland', with a dropdown menu showing 'Bundesland' and 'Vorarlberg'.
- 5**: A button labeled 'Set featured image'.
- 6**: A button labeled 'Veröffentlichen' (Publish).

The right sidebar contains additional options and actions:

- Veröffentlichen**: A section with buttons for 'Speichern' (Save), 'Vorschau' (Preview), 'Status: Entwurf Bearbeiten' (Edit Draft Status), 'Sichtbarkeit: Öffentlich Bearbeiten' (Edit Visibility), 'Sofort veröffentlichen Bearbeiten' (Edit Publish Immediately), and 'Clear cache'.
- Bundesland**: A section with a dropdown menu showing 'Bundesland' and 'Most Used'.
- Featured image**: A section with a button labeled 'Set featured image'.
- Shortcuts**: A section with a button labeled 'Neuen Trainer erstellen' (Create New Trainer) and a button labeled 'Neuen Kurs erstellen' (Create New Course).

Veranstalter – Ansicht Backend Anlegen

1. Veranstalter
Vereinsname hier eingeben.
Hinweis: Nach der Eingabe und dem Weiterklicken ins nächste Datenfeld bitte nicht wundern: Das System erstellt unter dem Namen automatisch einen Permalink (Ansicht siehe nächste Seite)!

2. Link
Bitte den Hyperlink immer mit `https://` vor dem `www.` eingeben, also z.B. `https://www.verein.at`

3. Verband
Ordne dem Veranstalter einen Verband zu.

4. Bundesland
Aktiviere den Radio-Button.

5. Logo
Nach dem Klicken auf den Link „Set featured Image“ öffnet sich ein Fenster zur Mediathek, wo du ein Logo zuweisen oder neu hochladen kannst (Beschreibung siehe unter Punkt „[Daten eingeben > Medien](#)“)

6. Veröffentlichen
Die Daten werden im System gespeichert. Sie können erst im Frontend gesehen werden, wenn sie einem Kurs zugeordnet sind.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

The screenshot shows the 'Edit Page' interface for a page titled 'Stretching Dornbirn'. The interface includes a sidebar on the left with navigation options like 'Dashboard', 'Veranstalter', 'TrainerInnen', 'Kurse', 'Medien', 'Kursbewertungen', 'Datenexport', 'Profil', and 'Menü einklappen'. The main content area is divided into several sections:

- Page Title:** 'Stretching Dornbirn' (Annotation 1).
- Permalink:** 'https://www.bewegt-im-park.at/veranstalter/stretching-dornbirn/' (Annotation 2).
- Link:** 'https://www.stretching-dornbirn.at/' (Annotation 3).
- Verband:** A list of associations including ASKÖ, ASVÖ, ÖBSV, SOÖ, and Sportunion (Annotation 4).
- Veröffentlichen:** A section with status 'Veröffentlicht', visibility 'Öffentlich', and a date '25. Mrz. 2024 um 11:58 Uhr'. It includes buttons for 'Vorschau der Änderungen', 'Bearbeiten', 'Clear cache', and 'Aktualisieren' (Annotation 7).
- Bundesland:** A dropdown menu showing 'Vorarlberg' (Annotation 5).
- Featured image:** A section with a placeholder image and a 'Remove featured image' button (Annotation 6).
- Shortcuts:** A section with buttons for 'Neuen Trainer erstellen' (Annotation 8) and 'Neuen Kurs erstellen' (Annotation 9).

Veranstalter – Ansicht Backend Angelegt

1. Der Vereinsname, wie er im Frontend erscheint
2. Der generierte Permalink
3. Link eingegeben (mit https://)
4. Verband gewählt
5. Bundesland aktiviert
6. Das Logo kann natürlich wieder entfernt und danach wieder neu gesetzt werden.
7. Veröffentlichen klicken – danach wandelt sich der Button um
8. Shortcuts
Wenn du willst, kannst du aus diesem Bearbeitungsfenster heraus sofort einen neuen Trainer oder Kurs anlegen. (Achtung!)

Hinweis:

Einen neuen Kurs solltest du nur erstellen, wenn du zuvor bereits den/die passende*n Trainer*in erstellt hast.

9. Wird der Veranstalter in einem späteren Schritt einem Trainer und einem Kurs zugeordnet, werden diese Inhalte hier sichtbar. Sie sind verlinkt und bei einem Klick gelangst du von hier aus in den Bearbeitungsmodus der jeweiligen Inhalte.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

TrainerInnen anlegen

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges


Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



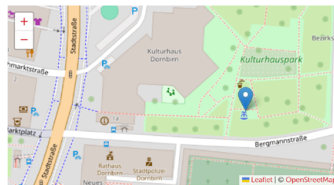
Startseite
Wie funktioniert's
Kurse finden
Projektpartner
FAQ
Kontaktiere uns!
Admin
Logout

Functional Fitness

Kursdauer
10. Juni bis 09. September 2024

Kurstag & Kurszeit
Jeden Montag von 07:00 bis 08:00
[Kurstermin in Kalender speichern \(.ics\)](#)

Kursort
Adresse: Bergmannstraße, 6850 Stadt Dornbirn, Vorarlberg Österreich
Standortbezeichnung: Kulturhauspark
Standorthinweis: Treffpunkt beim Brunnen
[Adresse auf Google Maps öffnen](#)



Kursbeschreibung
Derzeit in aller Munde und nun auch bei Bewegt im Park. Statt einzelne Muskeln wie beim Gerätetraining isoliert zu kräftigen, werden bei diesem Training ganze Muskelgruppen trainiert. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer Muskelschlingen und komplexe mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind. Functional Fitness stärkt somit Muskeln, die zusammenarbeiten und stabilisiert Muskelansätze, Sehnen und Gelenke. So optimierst Du Bewegungsabläufe und reduzierst das Verletzungsrisiko. Ob „nur“ mit dem eigenen Körpergewicht oder mit dem Resistance Band, der Gewichtsweste oder dem Battle Rope – jede Menge Schweiß und Spaß sind garantiert!

Hinweis: Handtuch und Wasser mitnehmen!

Kurserinnerung
Übermittle uns deine E-Mail Adresse und wir erinnern dich während der Kursdauer regelmäßig einen Tag vor dem Start dieses Kurses:

E-Mail Adresse eingeben





☐ Mit dem Absenden meiner E-Mail Adresse erkläre ich mich damit einverstanden, dass diese zur Bearbeitung meines Anliegens verwendet werden darf. Wie meine Daten genutzt werden und welche Rechte ich diesbezüglich habe, habe ich in der [Datenschutzerklärung](#) gelesen.

[Absenden](#)

Teile diesen Kurs mit Freunden

[Facebook](#) [WhatsApp](#) [Twitter](#) [Email](#) [Link](#)

Bewegt im Park wird finanziert von


   

[Impressum](#) • [Datenschutz](#) • [Cookie-Einstellungen](#) • [Barrierefreiheitsklärung](#)

1

Deine Trainerin

2



3

4

Anna Avatar

- Sportgymnasium
- Sportuniversität
- Sportausbildung

Veranstalter

Stretching Dornbirn

Sportunion – Stretching Dornbirn
www.stretching-dornbirn.at

TrainerInnen – Ansicht Frontend

Um den zweiten Bereich auf der Kursseite zu gestalten, müssen folgende Inhalte im Backend angelegt werden:

1. Geschlecht
2. Portrait-Foto
3. Vorname & Familienname
4. Infos über den/die TrainerIn
 - Ausbildungen
 - Interessen
 - Hobbies

Version 1.4 (2024)

22

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

TrainerInnen Add New Page

Alle (74) | Meine (1) | Veröffentlichte (53) | Entwürfe (21) | Papierkorb (982)

Filter hinzufügen Status: alle Bundesland Auswahl einschränken

Mehrfachaktionen Übernehmen Bedingte Formatierung Inline-Bearbeitung 9 Einträge

TrainerInnen	Datum	Status	Veranstalter	Verband	Bundesland	Registrierungserinnerung
<input type="checkbox"/> Meret Karopka Bearbeiten Papierkorb Vorschau	Zuletzt geändert 20.03.2024 um 12:42 Uhr	inaktiv	-	Sportunion	Vorarlberg	Erinnerungsmail senden
<input type="checkbox"/> Carmen Pohl	Zuletzt geändert 03.05.2021 um 17:08 Uhr	aktiv	Tanzeck	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Bernd Schäfer	Zuletzt geändert 03.05.2021 um 17:08 Uhr	aktiv	Karate- und Kickboxunion Hard	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Ingrid Giesinger	Zuletzt geändert 26.04.2023 um 8:55 Uhr	aktiv	Kneipp-Aktiv Club Hörbranz	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Lisa Laninschegg	Zuletzt geändert 22.04.2021 um 12:05 Uhr	aktiv	Turnerschaft Hörbranz	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Gabriele Laritz	Zuletzt geändert 25.04.2023 um 8:26 Uhr	inaktiv	Grappling Union Dornbirn	Sportunion	Vorarlberg	Erinnerungsmail senden
<input type="checkbox"/> Belinda Achberger	Zuletzt geändert	inaktiv	-	Sportunion	Vorarlberg	Erinnerungsmail senden

TrainerInnen Add New Page

Alle (74) | Meine (1) | Veröffentlichte (53) | Entwürfe (21) | Papierkorb (982)

Filter hinzufügen Status: alle Bundesland Auswahl einschränken

Mehrfachaktionen Übernehmen Bedingte Formatierung Inline-Bearbeitung 9 Einträge

TrainerInnen	Datum	Status	Veranstalter	Verband	Bundesland	Registrierungserinnerung
<input type="checkbox"/> Meret Karopka Bearbeiten Papierkorb Vorschau	Zuletzt geändert 20.03.2024 um 12:42 Uhr	inaktiv	-	Sportunion	Vorarlberg	Erinnerungsmail senden
<input type="checkbox"/> Carmen Pohl	Zuletzt geändert 03.05.2021 um 17:08 Uhr	aktiv	Tanzeck	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Bernd Schäfer	Zuletzt geändert 03.05.2021 um 17:08 Uhr	aktiv	Karate- und Kickboxunion Hard	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Ingrid Giesinger	Zuletzt geändert 26.04.2023 um 8:55 Uhr	aktiv	Kneipp-Aktiv Club Hörbranz	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Lisa Laninschegg	Zuletzt geändert 22.04.2021 um 12:05 Uhr	aktiv	Turnerschaft Hörbranz	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Gabriele Laritz	Zuletzt geändert 25.04.2023 um 8:26 Uhr	inaktiv	Grappling Union Dornbirn	Sportunion	Vorarlberg	Erinnerungsmail senden
<input type="checkbox"/> Belinda Achberger	Zuletzt geändert	inaktiv	-	Sportunion	Vorarlberg	Erinnerungsmail senden

TrainerInnen – Ansicht Backend Listenansicht

Klicke auf den Hauptmenüpunkt „TrainerInnen“ um die Liste aller Einträge zu sehen.

1. Unter „Veröffentlichte“ werden alle TrainerInnen des aktuellen Kursprogrammes angezeigt.

2. Unter „Entwürfe“ findest du alle TrainerInnen, die in den Vorjahren angelegt wurden aber heuer (noch) keinem Kurs zugeordnet sind.

3. Suchfunktion für TrainerInnen

4. Filterfunktion für TrainerInnen

Wenn du die Maus über den Namen eines Trainers setzt, erscheint ein Submenü.

5. Bearbeiten
Der/die TrainerIn kann nachträglich bearbeitet werden.

6. Papierkorb
Der/die TrainerIn wird in den Papierkorb gelegt.

7. Drücke den Button „Add New Page“, um eine/n neue/n TrainerIn zu erstellen (-> [weiter auf S. 24](#)).

8. ... oder klicke auf den Namen, um diesen erneut zu bearbeiten.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Add New Page

Titel hier eingeben **1**

Trainer

Geschlecht **2**

☒ Trainer ☐ Trainerin **9**

Login Email **3**

Bitte E-mail eingeben und speichern.

Veranstalter **4**

Verband **5**

Datenschutzvereinbarung akzeptiert (Zeitstempel)

Marketing ☐

Bundesland

Bundesland **7**

☐ Vorarlberg

Featured image

[Set featured image](#) **8**

Shortcuts

Kurse

Zu dieser/diesem Trainerin können keine Kurse gefunden werden.

[Neuen Kurs erstellen](#)

[Passwort Reset Mail zusenden](#)

Veröffentlichen

Speichern [Vorschau](#)

Status: Entwurf [Bearbeiten](#)

Sichtbarkeit: Öffentlich [Bearbeiten](#)

Sofort veröffentlichen [Bearbeiten](#)

[Clear cache](#)

[Veröffentlichen](#)

6

Wortanzahl: 0

TrainerInnen – Ansicht Backend Anlegen

- 1.** Vorname Nachname
- 2.** Geschlecht angeben
- 3.** Login Email
Gültige E-Mail-Adresse eingeben, damit der Trainer die Kursbewertungen durchführen kann.
- 4.** Veranstalter
Ordne einen zuvor erstellten Veranstalter zu.
- 5.** Verband
Ordne einen Verband zu.
- 6.** Beschreibung
Infos über die Ausbildung – kurz, knapp und bestenfalls als Liste.
- 7.** Bundesland
Aktiviere den Radio-Button.
- 8.** Portrait
Hier öffnet sich ein Fenster zur Mediathek, wo du ein Portrait zuweisen oder neu hochladen kannst (Beschreibung siehe unter Punkt „[Daten eingeben > Medien](#)“)
- 9.** Veröffentlichen
Die Daten werden im System gespeichert. Sie können erst im Frontend gesehen werden, wenn sie einem Kurs zugeordnet sind.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Edit Page Add New Page

Willkommen, Max Ansicht anpassen

Anna Avatar 1

Permalink: <https://www.bewegt-im-park.at/trainer/anna-avatar/> Bearbeiten

Trainer

Geschlecht 2

☐ Trainer ☒ Trainerin

Login Email 3

anna.avatar@stretching.at

User ID: 2632

Aktiv: aktiv

Einladung Senden

Veranstalter 4

Stretching Dornbirn

Verband 5

Sportunion

Datenschutzvereinbarung akzeptiert (Zeitstempel)

2024-03-25 13:03:22

Veröffentlichen

Vorschau der Änderungen

Status: Veröffentlicht Bearbeiten

Sichtbarkeit: Öffentlich Bearbeiten

Veröffentlicht am: 25. Mrz. 2024 um 14:23 Uhr Bearbeiten

Clear cache

In den Papierkorb verschieben

Aktualisieren 9

Bundesland

Bundesland Most Used

Vorarlberg 7

Featured image

Bild zum Bearbeiten oder Ändern anklicken

Remove featured image 8

Shortcuts

Kurse

Zu dieser/diesem Trainerin können keine Kurse gefunden werden.

Neuen Kurs erstellen

Passwort Reset Mail zusenden

6

• Sportgymnasium

• Sportuniversität

• Sportausbildung

Wortanzahl: 3

Zuletzt geändert von Max am 25. März 2024 um 14:23 Uhr

TrainerInnen – Ansicht Backend Angelegt

1. Vorname Nachname
2. Geschlecht
3. E-Mail-Adresse
4. Veranstalter
5. Verband
6. Beschreibung
7. Bundesland
8. Das Bild kann natürlich wieder entfernt oder danach wieder neu zugewiesen werden.
9. Veröffentlichen
Die Daten werden im System gespeichert. Sie können erst im Frontend gesehen werden, wenn sie einem Kurs zugeordnet sind.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Edit Page Add New Page

Anna Avatar

Permalink: <https://www.bewegt-im-park.at/trainer/anna-avatar/> Bearbeiten

Trainer

Geschlecht
☐ Trainer ☒ Trainerin

Login Email
 anna.avatar@stretching.at

User ID: 2632
 Aktiv: aktiv

Einladung Senden 9

Veranstalter
 Stretching Dornbirn

Verband
 Sportunion

Datenschutzvereinbarung akzeptiert (Zeitstempel)
 2024-03-25 13:03:22 10

Veröffentlichen

Status: Veröffentlicht Bearbeiten

Sichtbarkeit: Öffentlich Bearbeiten

Veröffentlicht am: 25. Mrz. 2024 um 14:23 Uhr Bearbeiten

Clear cache

In den Papierkorb verschieben

Aktualisieren

Bundesland

Bundesland Most Used

☒ Vorarlberg

Featured image

Bild zum Bearbeiten oder Ändern anklicken

Remove featured image

Shortcuts

Kurse

Zu dieser/diesem TrainerIn können keine Kurse gefunden werden.

Neuen Kurs erstellen

Passwort Reset Mail zusenden 11

Wortanzahl: 3

Zuletzt geändert von Max am 25. März 2024 um 14:23 Uhr

TrainerInnen – Ansicht Backend Angelegt

9. Achtung: Erst jetzt, wo alle Daten angelegt und gespeichert bzw. veröffentlicht wurden, sendest du durch Drücken des Buttons „Einladung Senden“ dem/der TrainerIn eine Einladung (automatisches Mail) zur Registrierung seines/ihrer Redaktionskontos. Nach erfolgreichen Registrierung kann auch er/sie sich auf der Website einloggen und seine/ihre Kurse bewerten.

10. Wenn sich ein/e TrainerIn registriert hat, erscheint hier ein Zeitstempel als Bestätigung.

11. Durch das Klicken dieses Buttons kannst du dem/der TrainerIn einen neuen Zugang zusenden, falls er/sie das Passwort vergessen hat oder nicht mehr weiß, wie er/sie sein/ihr Passwort selbst zurücksetzen kann.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Bewegt im Park

Dashboard

Veranstalter

TrainerInnen

TrainerInnen

Kurse

Medien

Kursbewertungen

Datenexport

Profil

Menü einklappen

TrainerInnen

Add New Page

Willkommen, Max

Ansicht anpassen

Hilfe

Alle (74) | Meine (1) | Veröffentlichte (53) | Entwürfe (21) | Papierkorb (982)

Filter hinzufügen

Status: alle

Bundesland

Auswahl einschränken

Mehrfachaktionen

Übernehmen

Bedingte Formatierung

Inline-Bearbeitung

9 Einträge

TrainerInnen	Datum	Status	Veranstalter	Verband	Bundesland	Registrierungserinnerung
<input type="checkbox"/> Meret Karopka	Zuletzt geändert 20.03.2024 um 12:42 Uhr	inaktiv	-	Sportunion	Vorarlberg	<div>Erinnerungsmail senden</div>
<input type="checkbox"/> Carmen Pohl	Zuletzt geändert 03.05.2021 um 17:08 Uhr	aktiv	Tanzeck	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Bernd Schäfer	Zuletzt geändert 03.05.2021 um 17:08 Uhr	aktiv	Karate- und Kickboxunion Hard	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Ingrid Giesinger	Zuletzt geändert 26.04.2023 um 8:55 Uhr	aktiv	Kneipp-Aktiv Club Hörbranz	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Lisa Laninschegg	Zuletzt geändert 22.04.2021 um 12:05 Uhr	aktiv	Turnerschaft Hörbranz	Sportunion	Vorarlberg	-
<input type="checkbox"/> Gabriele Laritz	Zuletzt geändert 25.04.2023 um 8:26 Uhr	inaktiv	Grappling Union Dornbirn	Sportunion	Vorarlberg	<div>Erinnerungsmail senden</div>
<input type="checkbox"/> Belinda Achberger	Zuletzt geändert 20.03.2024 um 9:53 Uhr	inaktiv	-	Sportunion	Vorarlberg	<div>Erinnerungsmail senden</div>
<input type="checkbox"/> Josef Rupp	Zuletzt geändert 26.04.2023 um 9:26 Uhr	inaktiv	Kneipp-Aktiv Club Hörbranz	Sportunion	Vorarlberg	<div>Erinnerungsmail senden</div>
<input type="checkbox"/> Georg Gross	Zuletzt geändert 26.04.2023 um 8:58 Uhr	aktiv	Kneipp-Aktiv Club Hörbranz	Sportunion	Vorarlberg	-
TrainerInnen	Datum	Status	Veranstalter	Verband	Bundesland	Registrierungserinnerung

Mehrfachaktionen

Übernehmen

9 Einträge

TrainerInnen – Ansicht Backend
Listenansicht – EXTRA

Hinweis: Sollte ein/e TrainerIn nach einer gewissen Zeit sich noch nicht registriert haben, kannst du ihn/sie über den Button „Erinnerungsmail senden“ eine Nachricht übermitteln, in der er noch einmal zur Registrierung erinnert wird

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Kurse anlegen

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Functional Fitness

Kursdauer
10. Juni bis 09. September 2024

Kurstag & Kurszeit
Jeden Montag von 07:00 bis 08:00
[Kursstermin in Kalender speichern \(.ics\)](#)

Kursort
Adresse: Bergmannstraße, 6850 Stadt Dornbirn, Vorarlberg Österreich
Standortbezeichnung: Kulturhauspark
Standorthinweis: Treffpunkt beim Brunnen
[Adresse auf Google Maps öffnen](#)

Kursbeschreibung
Derzeit in aller Munde und nun auch bei Bewegt im Park. Statt einzelne Muskeln wie beim Gerätetraining isoliert zu kräftigen, werden bei diesem Training ganze Muskelgruppen trainiert. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer Muskelschlingen und komplexe mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind. Functional Fitness stärkt somit Muskeln, die zusammenarbeiten und stabilisiert Muskelansätze, Sehnen und Gelenke. So optimierst Du Bewegungsabläufe und reduzierst das Verletzungsrisiko. Ob „nur“ mit dem eigenen Körpergewicht oder mit dem Resistance Band, der Gewichtsweste oder dem Battle Rope – jede Menge Schweiß und Spaß sind garantiert!

Hinweis: Handtuch und Wasser mitnehmen!

Kurserinnerung
Übermittle uns deine E-Mail Adresse und wir erinnern dich während der Kursdauer regelmäßig einen Tag vor dem Start dieses Kurses:
E-Mail Adresse eingeben
☐ Mit dem Absenden meiner E-Mail Adresse erkläre ich mich damit einverstanden, dass diese zur Bearbeitung meines Anliegens verwendet werden darf. Wie meine Daten genutzt werden und welche Rechte ich diesbezüglich habe, habe ich in der [Datenschutzerklärung](#) gelesen.
Absenden

Teile diesen Kurs mit Freunden
[Facebook](#) [WhatsApp](#) [Twitter](#) [Email](#) [Link](#)

Deine Trainerin

Anna Avatar
• Sportgymnasium
• Sportuniversität
• Sportausbildung

Veranstalter
Stretching Dornbirn
Sportunion – Stretching Dornbirn
www.stretching-dornbirn.at

Bewegt im Park wird finanziert von

[Impressum](#) • [Datenschutz](#) • [Cookie-Einstellungen](#) • [Barrierefreiheitsklärung](#)

Kurse – Ansicht Frontend

In diesem Prozessschritt fließen alle Inhalte zusammen.

Folgende Inhalte werden im Backend angelegt:

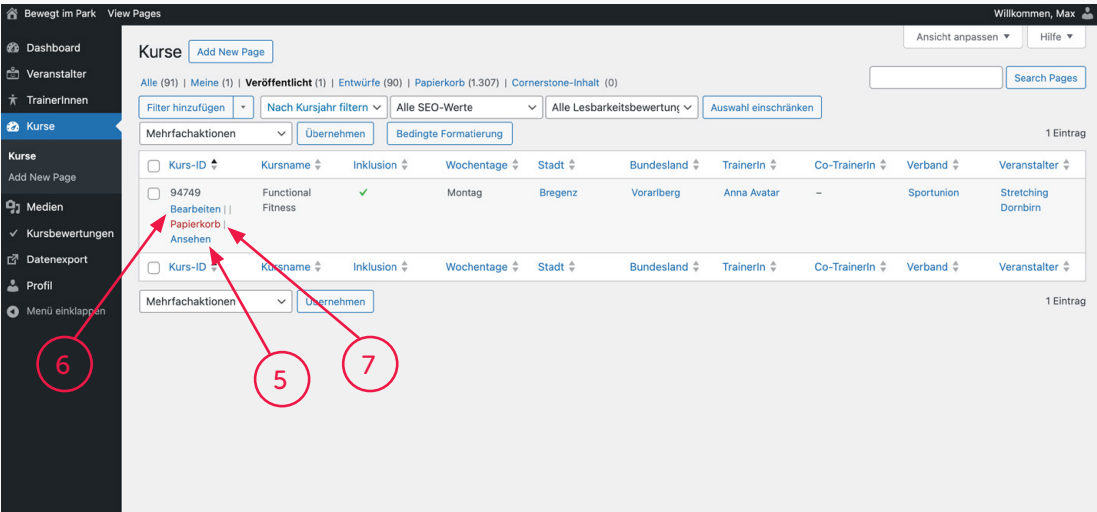
1. Kurstitel
2. Kursdauer
3. Kurstag
4. Kurszeit
5. Kursbeschreibung
6. Ort
7. Ortsbezeichnung
8. Ortshinweis

Außerdem werden der zuvor angelegte Veranstalter und der/die TrainerIn dem Kurs zugewiesen.

9. Trainerin
10. Verband
11. Veranstalter

Daten managen

Texte
Bilder
Ablage
Login
Benutzer aktivieren
Passwort vergessen
Backend
Frontend
Daten eingeben
Veranstalter
TrainerInnen
Kurse
Medien
Datenauswertungen
Sonstiges
Problem Solver
Workflow Tipps
Trainer Erklärvideos
Browser
Technischer Support



Kurse – Ansicht Backend
Listenansicht

Setze deine Maus über den Namen des gewünschten Kurses und es erscheint ein Submenü.

5. Über den Link „Ansehen“ kannst du im Frontend kontrollieren, welche Daten der Kurs beinhaltet.

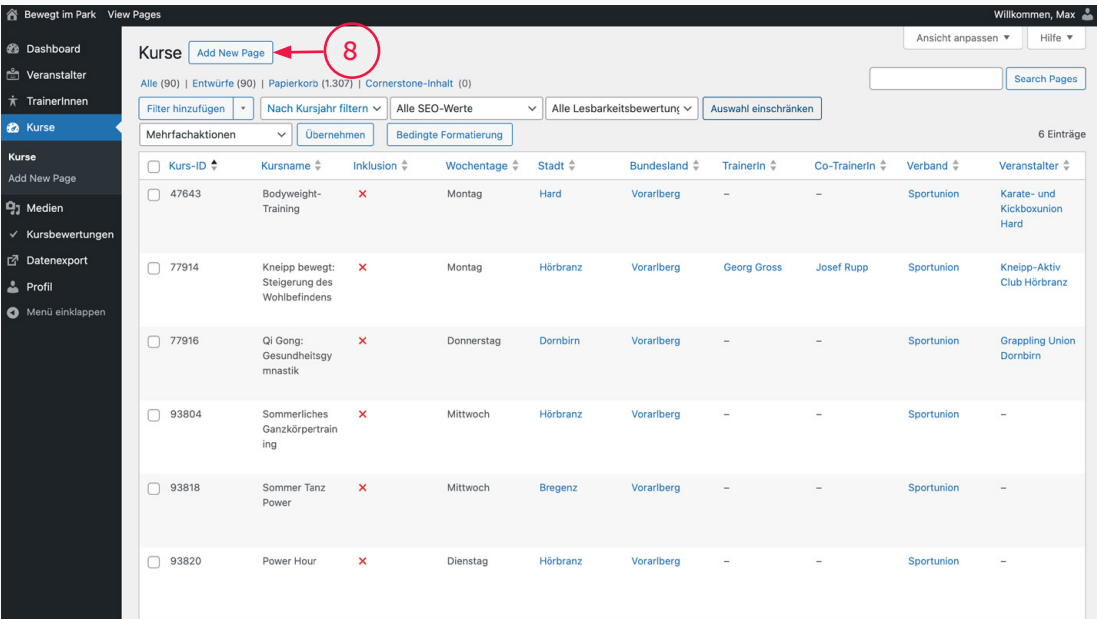
6. Wenn du den Kurs überprüft hast und du diesen bearbeiten willst, klicke auf den Link „Bearbeiten“. Danach öffnet sich das Bearbeitungsfenster des Kurses und du kannst deine Änderungen vornehmen (siehe auch ab S. 34).

7. Über den Link „Papierkorb“ kannst du den Kurs jederzeit wieder löschen. Er landet im Papierkorb und kann danach jederzeit wieder reaktiviert werden.

Gibt es deinen Kurs noch gar nicht im System, fährst du wie folgt fort:

8. Drücke den Button „Add New Page“, um einen neuen Kurs zu erstellen.

Auf der nächsten Seite erfährst du, wie du einen neuen Kurs mit deinen Daten anlegst.



Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Kurse – Ansicht Backend Anlegen

Bitte bei der Eingabe unbedingt die Reihenfolge beachten:

1. Titel des Kurses
Er ist nur im Backend sichtbar.
2. Kursbeschreibung
3. Wochentag
Dieser muss unbedingt vor der Eingabe von Start und End Datum (siehe Pkt. 6) ausgewählt werden!
4. Kursname
Dieser ist im Frontend sichtbar.
5. Inklusionskurs
6. Start & End Datum
7. Start Zeit & End Zeit
8. TrainerIn & Co-TrainerIn
Sie wurden zuvor angelegt und können hier zugewiesen werden.
9. Verband & Veranstalter
Sie wurden zuvor angelegt und können hier zugewiesen werden.
10. Ortsbezeichnung
z.B. der Name des Parkes
11. Ortshinweis
Er hilft den TeilnehmerInnen, den Ort noch einfacher zu finden.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Kurse – Ansicht Backend Anlegen

10. Ort
Der Ort wird normalerweise schon beim Eingeben vorge-schlagen.

Hinweis:
Wird die Adresse im Frontend nicht gefunden oder genau angezeigt (das passiert oft bei speziellen Plätzen in Parks), gib einen nahegelegenen auffindbaren Ort ein und verschiebe danach den Marker an die gewünschte Stelle.

11. Bundesland
Bitte unbedingt anklicken!

Hinweis: Sollte kein Bundesland ausgewählt sein, wird der Kurs auf der Website auf keiner Liste erscheinen und auch nicht mit der Suchfunktion auffindbar sein. Also bitte nicht vergessen!

12. Stadt
Bitte unbedingt anklicken!

Hinweis: Sollte keine Stadt ausge-wählt sein, wird der Kurs auf der Website auf keiner Liste und auch nicht auf der Österreichkarte erscheinen. Also bitte nicht vergessen!

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Kurse – Ansicht Backend Anlegen

Sind alle Daten eingearbeitet, gibt es verschiedene Möglichkeiten, wie diese gespeichert werden können:

15. Über den Button „Speichern“ wird der Kurs bei der Erstanlage gespeichert, jedoch nur als Entwurf abgelegt. Somit wird der Kurs nicht im WWW veröffentlicht. Bitte ausschließlich diese Methode vor Saisonstart anwenden!

16. Durch Klicken des Buttons „Veröffentlichen“ wird der Kurs schließlich gespeichert und gleichzeitig im WWW veröffentlicht und dadurch für alle sichtbar.

17. Über den Button „Vorschau“, kannst du im Frontend kontrollieren, wie der Kurs angezeigt wird. Hast du ihn als Entwurf gesichert, kannst auch nur du den Kurs sehen.

18. Den Status (Veröffentlicht/ Entwurf) kannst du nachträglich immer ändern. Bis zum Start der Saison sollte der Status auf „Entwurf“ gesetzt sein, damit der Kurs noch nicht im Frontend für die Öffentlichkeit sichtbar ist.

- ## 9. Verband & Veranstalter

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Bewegt im Park | View Page | Willkommen, Max

Edit Page | Add New Page

Functional Fitness

Kurs-ID: 94749

Permalink: <https://www.bewegt-im-park.at/kurse-finden/functional-fitness/> | Bearbeiten

B | **Text**

Derzeit in aller Munde und nun auch bei Bewegt im Park. Statt einzelne Muskeln wie beim Gerätetraining isoliert zu kräftigen, werden bei diesem Training ganze Muskelgruppen trainiert. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer Muskelschlingen und komplexe mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind. Functional Fitness stärkt somit Muskeln, die zusammenarbeiten und stabilisiert Muskelsätze, Sehnen und Gelenke. So optimierst Du Bewegungsabläufe und reduzierst das Verletzungsrisiko. Ob „nur“ mit dem eigenen Körpergewicht oder mit dem Resistance Band, der Gewichtsweste oder dem Battle Rope – jede Menge Schweiß und Spaß sind garantiert!

Hinweis: Handtuch und Wasser mitnehmen!

Wortanzahl: 100 | Zuletzt geändert von Max am 26. März 2024 um 11:12 Uhr

Kurs

Kursname: Functional Fitness

Inklusionskurs? ☒ ja

Start Datum: Bitte auf den korrekten Wochentag achten | 10.06.2024 | End Datum: Bitte auf den korrekten Wochentag achten | 09.09.2024

Start Zeit: Bitte die Startzeit anpassen, die Endzeit wird automatisch adaptiert. | 07:00 | End Zeit: Endzeit nicht änderbar, bitte die Startzeit wählen. | 08:00

TrainerIn: Anna Avatar | Co-TrainerIn: Auswählen


Verband: Sportunion | Veranstalter: Stretching Dornbirn

Ortsbezeichnung: z.B. Name des Parkes | Kulturhauspark

Ortsinweis: z.B. beim Haupttor im Schlosspark | Treffpunkt beim Brunnen

Ort: Geben Sie im Feld "Suchen..." eine Adresse ein und klicken Sie danach Enter oder auf die Lupe, um den Marker grob zu setzen.

Suchen...



Leaflet | © OpenStreetMap contributors

Ziehen um den Marker zu verschieben.

Bergmannstraße, 6850 Stadt Dornbirn, Vorarlberg Österreich

Veröffentlichen

Speichern | Vorschau

Status: Entwurf | Bearbeiten

Sofort veröffentlichen | Bearbeiten

Clear cache

SEO: Nicht verfügbar

Lesbarkeit: Gut

In den Papierkorb verschieben

Veröffentlichen

Wochentag

Wochentag: Most Used

Montag ☒ Dienstag ☐ Mittwoch ☐ Donnerstag ☐ Freitag ☐ Samstag ☐ Sonntag ☐

Bundesland

Bundesland: Most Used

Vorarlberg

Stadt

Stadt: Most Used

Bregenz ☒ Bludenz ☐ Dornbirn ☐ Egg ☐ Feldkirch-Tirol ☐ Hard ☐ Höchst ☐ Hörbranz ☐

Kurse – Ansicht Backend Angelegt

10. Ortsbezeichnung

11. Ortshinweis

12. Ort
Sie wird jetzt von Google auf einer Karte ausgegeben.

13. Wochentag

14. Bundesland

15. Stadt

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Medien

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

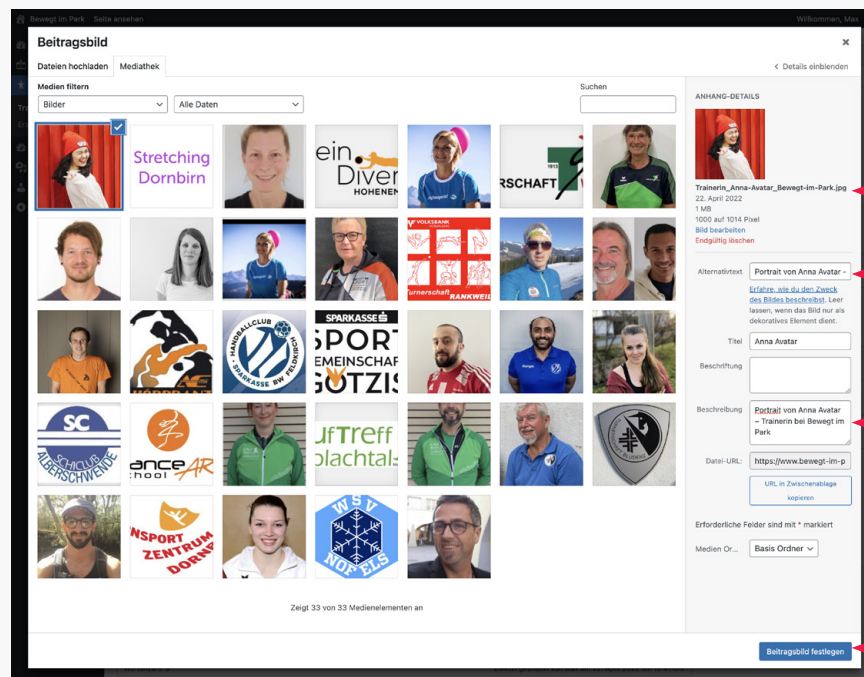
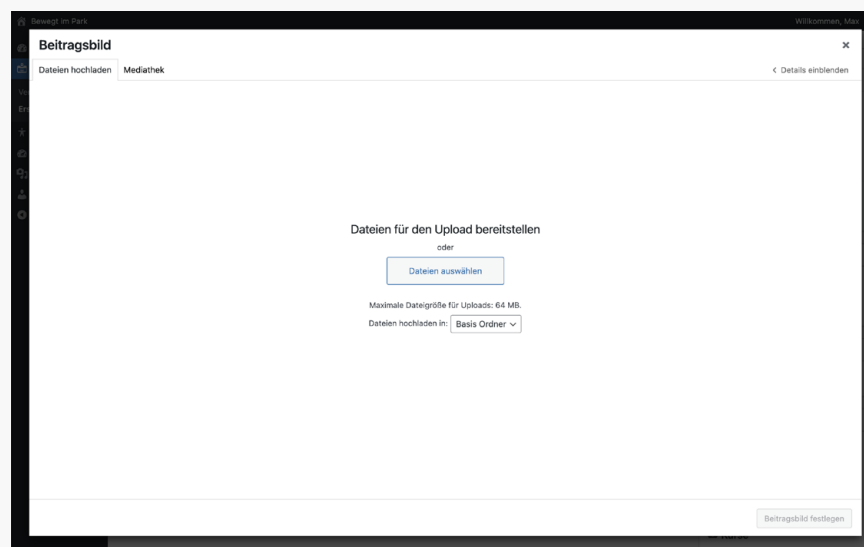
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Medien – Ansicht Backend hochladen

Medien können auf 2 Wege hochgeladen werden. Entweder im Eingabeprozess (siehe Veranstalter, TrainerIn) oder bereits vorher (auch gesammelt) über den Hauptmenüpunkt Medien.

Wähle eine Datei von deiner Festplatte. Das Bild ist automatisch aktiviert. Danach bitten wir dich, das Foto zu beschriften:

1. Titel: In diesem Beispiel: Portrait der Trainerin
2. Alternativtext: Dieser wird von einem Browser ausgelesen, wenn jemand die Darstellung von Fotos deaktiviert hat. Bitte unbedingt eintragen!
3. Beschreibung: Hier kannst noch mehr eintragen. Dieser Inhalt wird gerne von Suchmaschinen ausgelesen und hilft, damit das Projekt im WWW besser gefunden werden kann. Bitte beschreibe daher das Foto!
4. Beitragsbild festlegen: Wenn du alles beschriftet hast, vergiss bitte nicht, das ausgewählte Bild festzulegen (nur im Eingabeprozess).

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Datenauswertungen

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

	A	B	C	D	E	F	G	H
1	Kursdatum	Kalenderwoche	Jahr	Kurs	Trainer	Veranstalter/Verein	Ort	Bundesland
2	01.03. 19:00-20:00	9	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
3	08.03. 19:00-20:00	10	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
4	15.03. 19:00-20:00	11	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
5	22.03. 19:00-20:00	12	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
6	27.03. 18:00-19:00	13	2019	Functional Training	Jutta Avatar	SPORTUNION Favoriten	Antonie-Alt-Gasse 4, 1100 Wien, Ä–sterreich	Wien
7	29.03. 19:00-20:00	13	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
8	03.04. 18:00-19:00	14	2019	Functional Training	Jutta Avatar	SPORTUNION Favoriten	Antonie-Alt-Gasse 4, 1100 Wien, Ä–sterreich	Wien
9	05.04. 19:00-20:00	14	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
10	10.04. 18:00-19:00	15	2019	Functional Training	Jutta Avatar	SPORTUNION Favoriten	Antonie-Alt-Gasse 4, 1100 Wien, Ä–sterreich	Wien
11	12.04. 19:00-20:00	15	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
12	17.04. 18:00-19:00	16	2019	Functional Training	Jutta Avatar	SPORTUNION Favoriten	Antonie-Alt-Gasse 4, 1100 Wien, Ä–sterreich	Wien
13	19.04. 19:00-20:00	16	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
14	26.04. 19:00-20:00	17	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
15	03.05. 19:00-20:00	18	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
16	10.05. 19:00-20:00	19	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
17	17.05. 19:00-20:00	20	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
18	24.05. 19:00-20:00	21	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
19	31.05. 19:00-20:00	22	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
20	07.06. 19:00-20:00	23	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
21	14.06. 19:00-20:00	24	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
22	21.06. 19:00-20:00	25	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
23	28.06. 19:00-20:00	26	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
24	05.07. 19:00-20:00	27	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
25	12.07. 19:00-20:00	28	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
26	19.07. 19:00-20:00	29	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
27	26.07. 19:00-20:00	30	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
28	02.08. 19:00-20:00	31	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
29	09.08. 19:00-20:00	32	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
30	16.08. 19:00-20:00	33	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
31	23.08. 19:00-20:00	34	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
32	30.08. 19:00-20:00	35	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
33	06.09. 19:00-20:00	36	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien
34	13.09. 19:00-20:00	37	2019	Zumba	Jutta Avatar	ASKÄ– WAT	Auf der Schmelz 10, 1150 Wien	Wien

1

2

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
Kurs ID	Kurs Date ID	Kursname	Ort	Bundesland	Datum	Uhrzeit	Trainer/In	Veranstalter	Wetter	Temperatur	Männliche Teilnehmer
22700	15.03.19	Functional Training	1100, Favoriten	Wien	15.03.19	11:00-12:00	Jutta Avatar	SPORTUNION Favoriten	sonnig	15	2
22700	22.03.19	Functional Training	1100, Favoriten	Wien	22.03.19	11:00-12:00	Jutta Avatar	SPORTUNION Favoriten	sonnig	20	2
Weibliche Teilnehmer											
Anzahl der TeilnehmerInnen die bereits Vereinsmitglieder sind					bis 15 Jahre	16-25 Jahre	26-40 Jahre	41-60 Jahre	> 60 Jahre	Regelmässige Bewegung	Unregelmässige Bewegung
4					3	1	2	1	1	50	50
6					8	1	2	5	0	30	70
Unregelmässige Bewegung											
Wie zufrieden bist du mit dem heutigen Kurs					Anmerkungen	Kalenderwoche	Der Kurs hat nicht stattgefunden	Grund für den Ausfall des Kurses	Bitte gib den Grund für den Ausfall des Kurses an		
50 sehr zufrieden					Super Feedback!	11	Der Kurs hat stattgefunden				
70 sehr zufrieden											

Kurse ausgewertet

1. Beispiel einer Auswertung von stattgefundenen Kursen
2. Beispiel einer Auswertung von Formulardaten der von den Trainern evaluierten Kurse. (die Zeile ist in mehrere Teile gesplit-tet, damit sie hier darstellbar ist.)

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

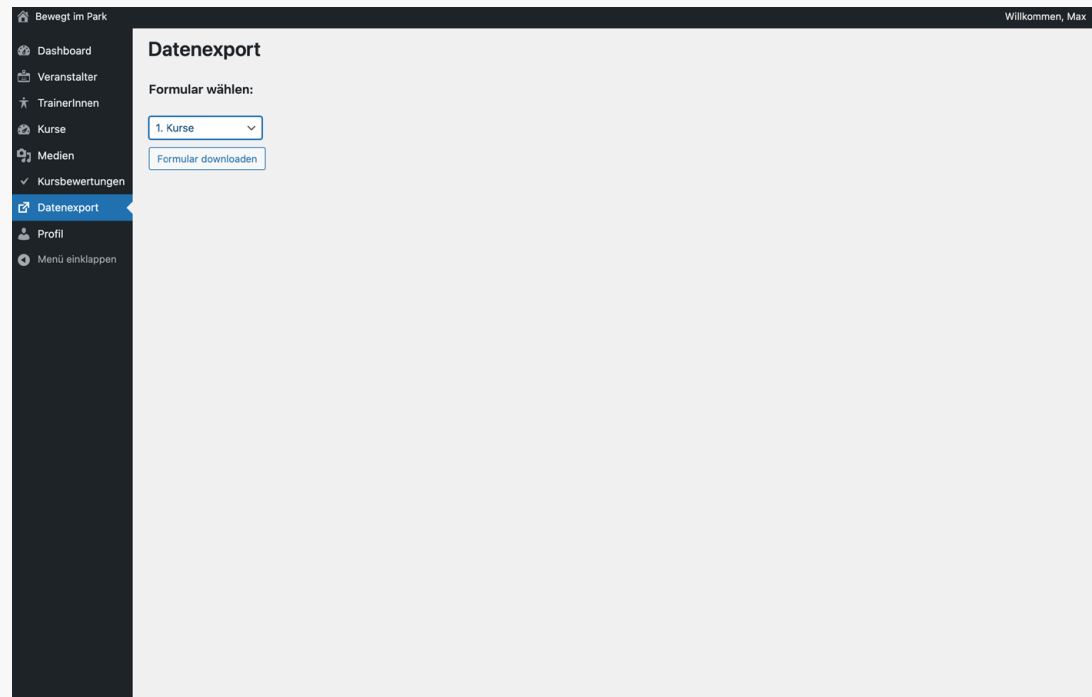
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Datenexport

Klicke auf den Hauptmenüpunkt „Datenexport“. Öffne das Drop-down-Menü, um die Auswahlmöglichkeit zu sehen.

Folgende Daten deines Bundeslandes können nach Auswahl im Menü und durch Drücken des Buttons „Formular downloaden“ als Tabelle im Dateiformat .csv exportiert werden:

1. Kurse
2. TrainerInnen
3. Veranstalter
4. Kursbewertungen

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support

Sonstiges

Daten managen

- Texte
- Bilder
- Ablage

Login

- Benutzer aktivieren
- Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

- Veranstalter
- TrainerInnen
- Kurse
- Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

- Problem Solver
- Workflow Tipps
- Trainer Erklärvideos
- Browser
- Technischer Support

Dashboard

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Kursbewertungen

Datenexport

Profil

Menü einklappen

Bewegt im Park

View Page

Edit Page

Add New Page

Functional Fitness

Kurs-ID: 94749

Permalink: <https://www.bewegt-im-park.at/kurse-finden/functional-fitness/>

B

Derzeit in aller Munde und nun auch bei Bewegt im Park. Statt einzelne Muskeln wie beim Gerätetraining isoliert zu kräftigen, werden bei diesem Training ganze Muskelgruppen trainiert. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer Muskelschlingen und komplexe mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind. Functional Fitness stärkt somit Muskeln, die zusammenarbeiten und stabilisiert Muskelansätze, Sehnen und Gelenke. So optimierst Du Bewegungsabläufe und reduzierst das Verletzungsrisiko. Ob „nur“ mit dem eigenen Körpergewicht oder mit dem Resistance Band, der Gewichtsweste oder dem Battle Rope – jede Menge Schweiß und Spaß sind garantiert!

Hinweis: Handtuch und Wasser mitnehmen!

Wortanzahl: 100

Zuletzt geändert von Max am 26. März 2024 um 1:12 Uhr

Kurs

Kursname

Functional Fitness

Inklusionskurs?

☒ ja

Start Datum

Bitte auf den korrekten Wochentag achten

10.06.2024

End Datum

Bitte auf den korrekten Wochentag achten

09.09.2024

Start Zeit

Bitte die Startzeit anpassen, die Endzeit wird automatisch adaptiert.

07:00

End Zeit

Endzeit nicht änderbar, bitte die Startzeit wählen.

08:00

TrainerIn

Anna Avatar

Co-TrainerIn

Auswählen

Verband

Sportunion

Veranstalter

Stretching Dornbirn

Ortsbezeichnung

z.B. Name des Parkes

Kulturhauspark

Ortsinweis

z.B. beim Haupttor im Schlosspark

Treffpunkt beim Brunnen

Ort

Geben Sie im Feld "Suchen..." eine Adresse ein und klicken Sie danach Enter oder auf die Lupe, um den Marker grob zu setzen.

Suchen...

Veröffentlichen

Speichern

Vorschau

Status: Entwurf

Bearbeiten

Sofort veröffentlichen

Bearbeiten

Clear cache

SEQ: Nicht verfügbar

Lesbarkeit: Gut

In den Papierkorb verschieben

Veröffentlichen

Wochentag

Wochentag

Most Used

☒ Montag

☐ Dienstag

☐ Mittwoch

☐ Donnerstag

☐ Freitag

☐ Samstag

☐ Sonntag

Bundesland

Bundesland

Most Used

☒ Vorarlberg

Stadt

Stadt

Most Used

☒ Bregenz

☐ Bludenz

☐ Dornbirn

☐ Egg

☐ Feldkirch-Tips

☐ Hard

☐ Höchst

☐ Hörbranz

Kursänderungen während der Saison

Drastische Änderungen könnten sein:

1. Permalink

Die Änderung des Permalinks im laufenden Betrieb sollte unbedingt vermieden werden! Sollte der Kurs nämlich schon beworben worden sein (Verlinkungen auf diversen Seiten), könnte er nicht mehr gefunden werden.

2. TrainerIn

Sollte der Kurs schon stattgefunden haben bzw. von einem/einer TrainerIn bewertet worden sein, empfehlen wir bei dieser Änderung lieber, einen neuen gleichnamigen Kurs anzulegen mit dem Kursbeginn zu dem Zeitpunkt, ab dem der/die neue TrainerIn startet. Beim alten Kurs sollte man lieber das End-Datum neu – also verkürzt – setzen. Von dort aus kann man auch auf den neuen Kurs verlinken.

Der Grund hierfür liegt an der eindeutigen ID, an der die Kurse identifizierbar sind.

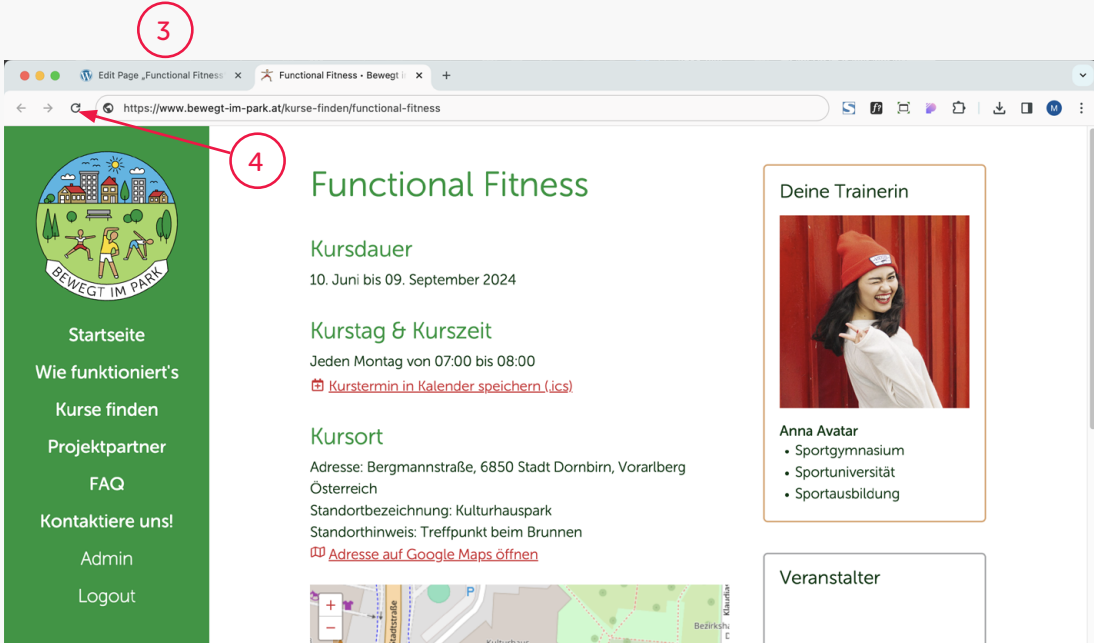
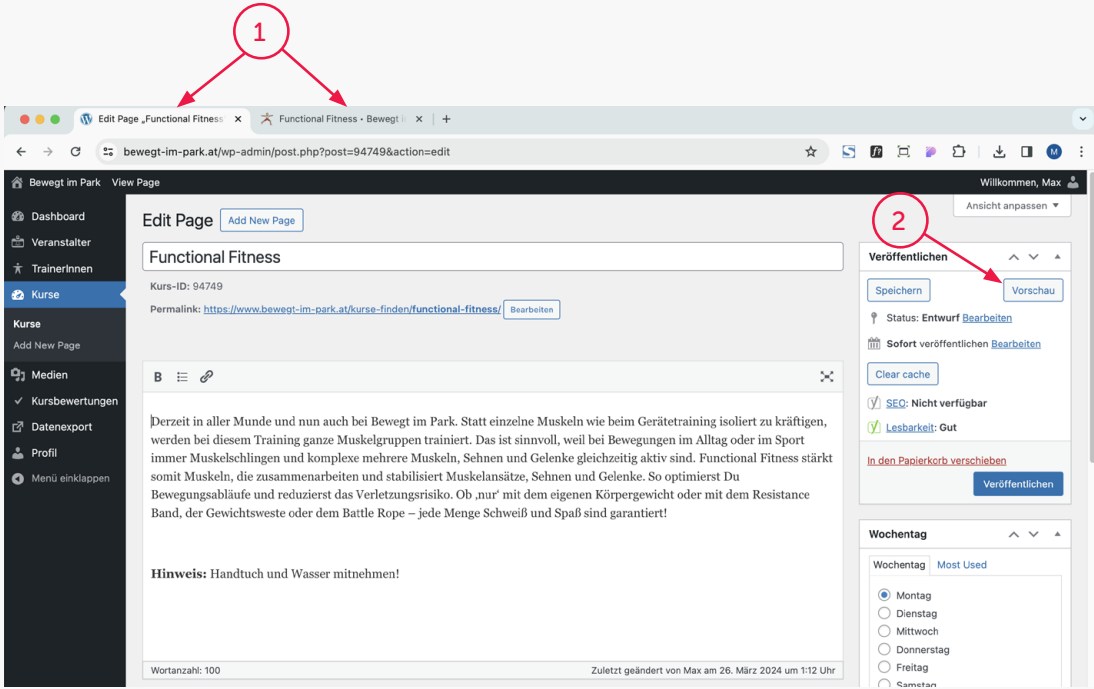
Sollte der Kurs noch nicht stattgefunden haben bzw. bewertet worden sein, sollte es kein Problem sein.

Version 1.4 (2024)

44

Daten managen

Texte
Bilder
Ablage
Login
Benutzer aktivieren
Passwort vergessen
Backend
Frontend
Daten eingeben
Veranstalter
TrainerInnen
Kurse
Medien
Datenauswertungen
Sonstiges
Problem Solver
Workflow Tipps
Trainer Erklärvideos
Browser
Technischer Support



Workflow Tipps

Mit der Verwendung von Browsertabs kannst du deinen Workflow beschleunigen.

Öffne in deinem Browserfenster zwei Tabs.

1. Im 1. Tab hast du die Website im Backend geöffnet. Im 2. Tab hast du die Website im Frontend geöffnet. Wenn du im Backend Daten geändert (und gespeichert) hast ...

2. ... kannst du durch das Klicken auf den Button Vorschau ...

3. ... schnell einen Tab öffnen, der dir das Frontend zeigt, um deine Eingaben auf Richtigkeit zu überprüfen.

4. Hast du bereits einen Tab geöffnet, brauchst du nur die Ansicht aktualisieren. Das kannst du schnell durch Drücken des Buttons „Aktualisieren“ tun. Er sieht in jedem Browser ähnlich aus. Alternativ kannst du das mit dem Tastaturkürzel STRG + R auf einem Windows System oder mit COMMAND + R auf einem Apple System durchführen.

Daten managen

[Texte](#)
[Bilder](#)
[Ablage](#)

Login

[Benutzer aktivieren](#)
[Passwort vergessen](#)

Backend

Frontend


Daten eingeben

[Veranstalter](#)
[TrainerInnen](#)
[Kurse](#)
[Medien](#)

Datenauswertungen

Sonstiges

[Problem Solver](#)
[Workflow Tipps](#)
[Trainer Erklärvideos](#)
[Browser](#)
[Technischer Support](#)




- Startseite
- Wie funktioniert's
- Kurse finden
- Projektpartner
- FAQ
- Kontaktiere uns!
- Admin
- Logout

Erklärvideos für TrainerInnen

In den folgenden 3 Videos zeigen wir dir, wie du dein Benutzerkonto aktivieren und nutzen kannst.

Stelle die **Abspielgeschwindigkeit** der Videos für dich zu hoch sein, kannst du diese beim Video Player drosseln. Klicke unten rechts im Player auf das Zahnrad-Symbol, um die Einstellungen zu öffnen.


Benutzerkonto aktivieren



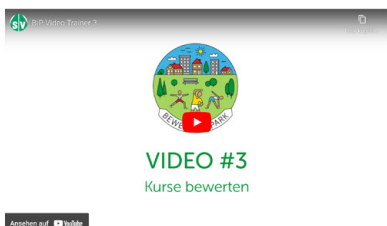
VIDEO #1

Benutzerkonto aktivieren

Ins Benutzerkonto einloggen



Kurse bewerten






VIDEO #3

Kurse bewerten

Beachte:
Sobald du eine Bewertung abgeschickt hast, ist eine Änderung nicht mehr möglich. Nachträgliche Änderungen sind auch nicht mehr möglich.

Hinweis:
Bitte bewerte die Kurse am besten sofort nach jeder Einheit!
Solltest du einmal die Bewertung vergessen haben, wird dich unser System per Mail erinnern.

Bewegt im Park wird finanziert von

[Impressum](#) • [Datenschutz](#) • [Cookies-Einstellungen](#) • [Barrierefreiheitberücksichtigung](#)

Trainer Erklärvideos

Über den Link:

www.bewegt-im-park.at/trainer-schulung

können TrainerInnen in drei Erklärvideos lernen, wie sie

- ihr Benutzerkonto aktivieren,
- sich in ihr Benutzerkonto einloggen,
- ihre Kurse bewerten.

Hinweis:

Bitte teilt den TrainerInnen mit, dass sie ihre Bewertungen sorgfältig abgeben müssen, da sie nur einmalig pro Kurs abgeschickt werden können und diese für die Verrechnung notwendig sind.

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Google Chrome



Firefox



Microsoft Edge



Opera



Apple Safari

Browser

Bitte verwende für dein Content Management bestenfalls die neuesten Versionen der nebenstehenden Browser.

Hinweis:

Der Microsoft Internet Explorer wird nicht mehr weiterentwickelt und unterstützt daher keine modernen Webtechnologien!

Wichtiger Hinweis:

Vermeide es bitte, dein Content Management auf Tablets oder Smartphones durchzuführen!

Daten erscheinen nicht

Sollte etwas einmal nicht gleich funktionieren bzw. sollten gewisse Daten nicht erscheinen, probiere bitte folgendes:

- Browser Verlauf löschen
- Browser Cache leeren
- Cookies löschen

Hinweis:

Auf Google findest du tolle Erklärungen, wie du das ganz einfach machen kannst

[Link klicken](#)

Daten managen

Texte

Bilder

Ablage

Login

Benutzer aktivieren

Passwort vergessen

Backend

Frontend

Daten eingeben

Veranstalter

TrainerInnen

Kurse

Medien

Datenauswertungen

Sonstiges

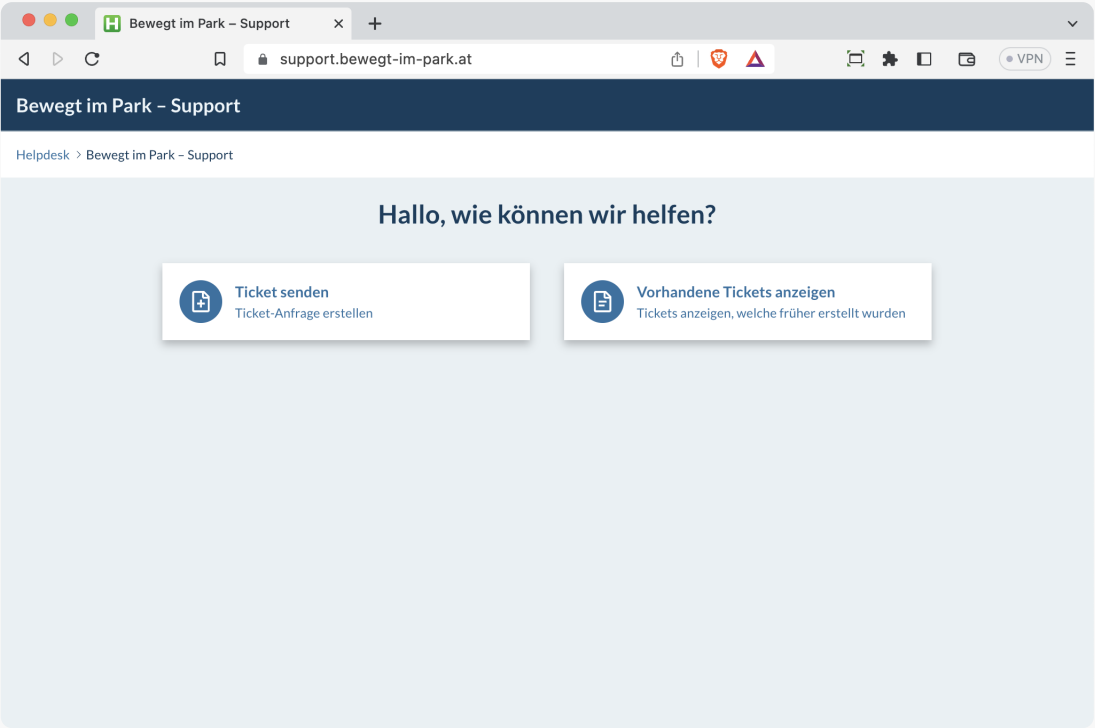
Problem Solver

Workflow Tipps

Trainer Erklärvideos

Browser

Technischer Support



Technischer Support

Sollten keine der in diesem Guide beschriebenen Vorgänge oder Hinweise im Zuge des Content Management Prozesses schlüssig sein bzw. funktionieren, kannst du über foldenden Link ein Support-Ticket erstellen:

<https://support.bewegt-im-park.at>

Bitte formuliere deine Anfrage ausführlich und übersende uns gegebenenfalls Screenshots zu deinem Problem, damit wir dir rasch helfen können.

Wichtiger Hinweis:
Um zusätzlichen Verwaltungsaufwand so gering wie möglich zu halten, bitten wir dich darum, dass du dich vor einer Anfrage, zuerst vergewisserst, ob du wirklich auch alle Hinweise, Tipps und Problemvermeider dieses Guides berücksichtigt hast.