

# Vejledning til opsætning af din GetUpp Assist

## Opsæt din Assist

Placer GetUpp Assisten på dit skrivebord, som vist på billedet. Tilslut enheden strøm.



## Download appen "GetUpp Motivation" og åben den på din telefon.



Available on the  
**App Store**

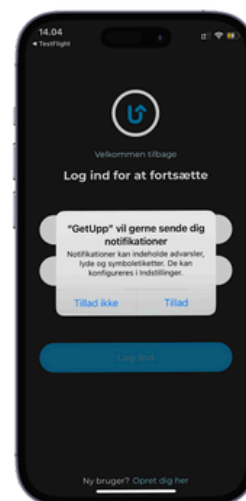


Get it on  
**Google Play**



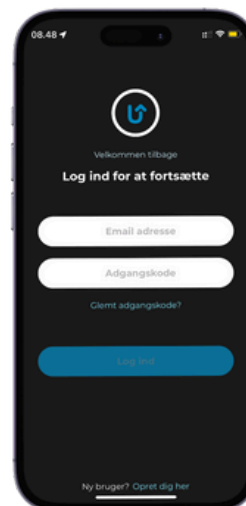
## Husk at tillade notifikationer.

Når du tillader notifikationer, vil du blive informeret, når en kollega inviterer dig til en udfordring, eller når en kollega når en milepæl osv.

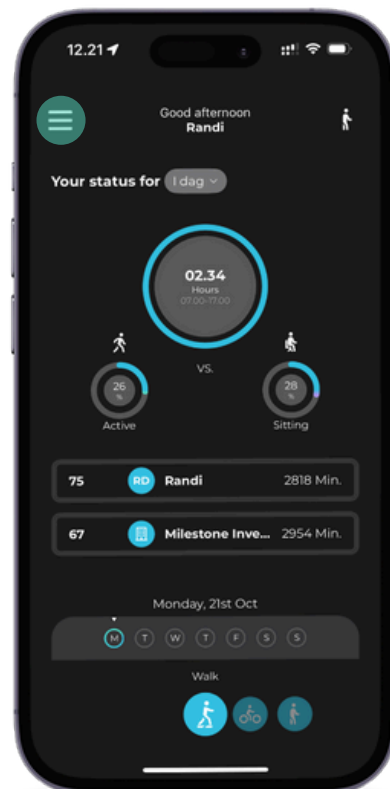


## Login eller opret nu en bruger.

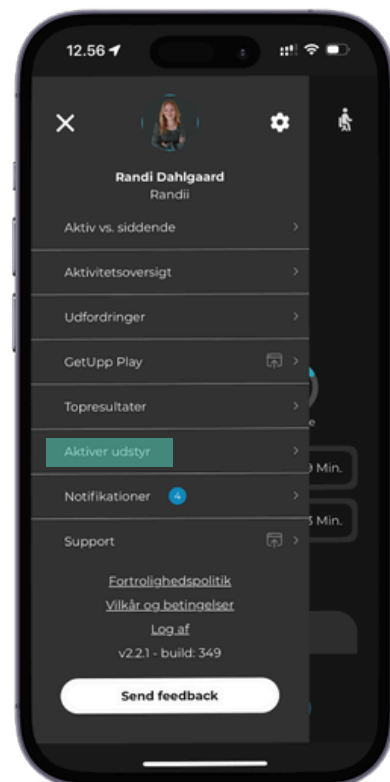
Har du tidligere brugt appen? Så skal du blot logge ind. Har du ikke en bruger? Vælg muligheden der siger "Ny bruger? Opret dig her" i bunden af skærmen.



Tryk på burger-menuen i øverste venstre hjørne (de 3 streger)



Tryk på "aktiver udstyr"



## Klik på “aktiver”

På denne side kan du se samt aktiveret og deaktiveret dit tilgængelige udstyr.

For at aktivere Assisten skal du trykke på knappen “aktiver” i bunden af fanen med Assisten.

Hvis du ikke allerede har gjort det, anbefales det at du tillader appen at bruge din placering. Denne funktion skal aktiveres for at oprette forbindelse til din GetUpp Assist.



## Du vil blive guidet igennem nogle simple steps, som hjælper dig med at opsætte din GetUpp Assist

Det er vigtigt at du følger guiden, således du bliver forbundet til den rette GetUpp Assist samt får indstillet den korrekte ergonomiske sidde- og ståhøjde.

Når du har været igennem alle steps er du klar til at starte din aktive rejse.

