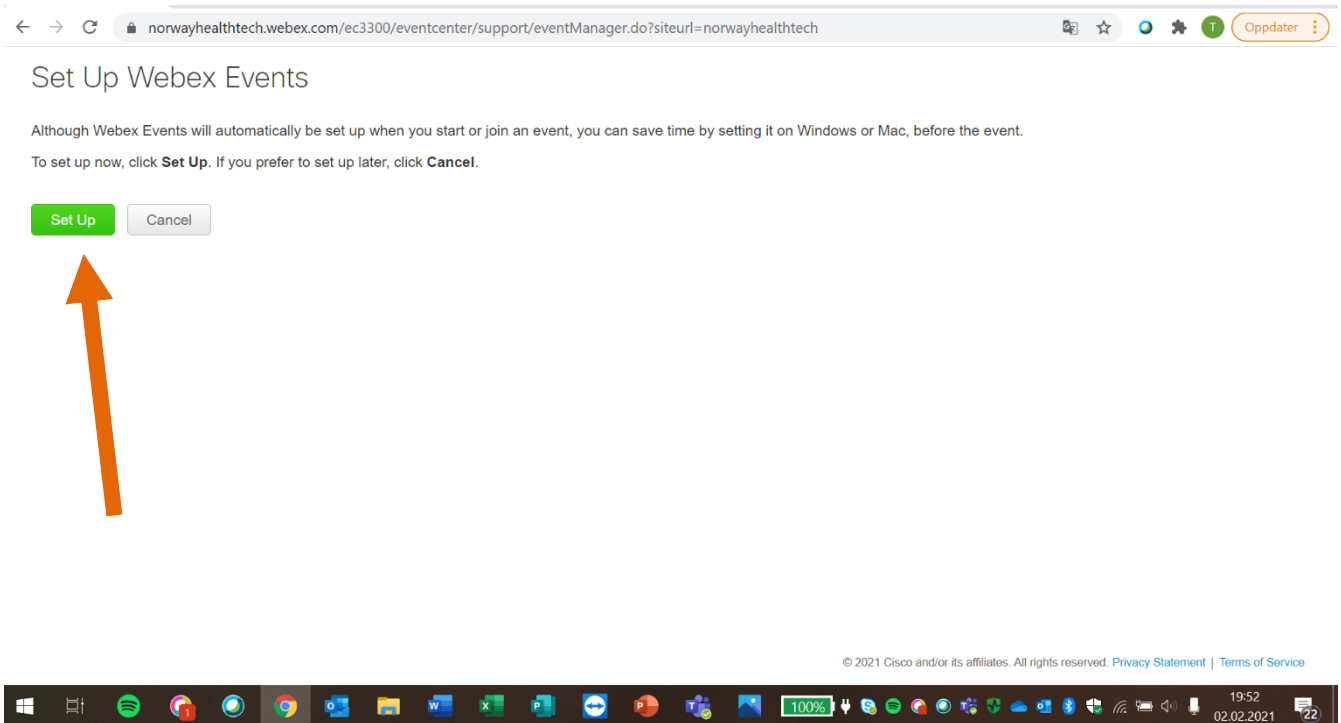


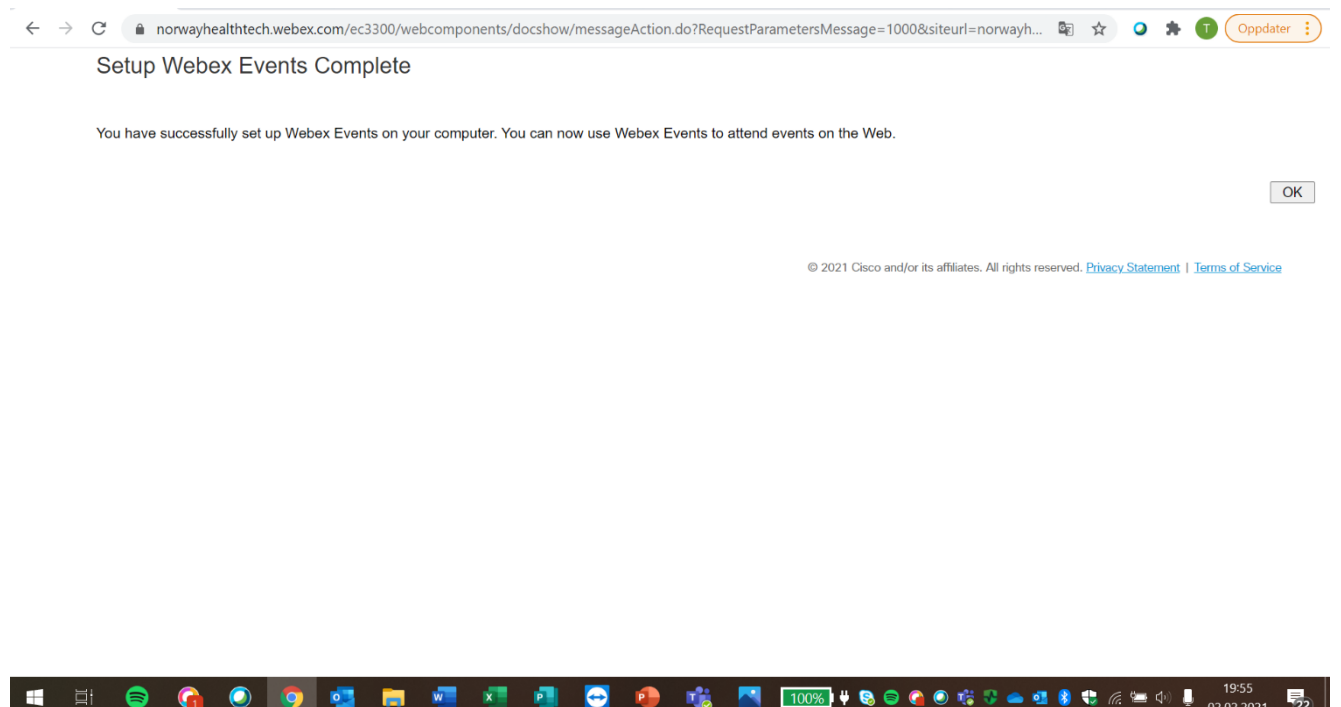
Steg 1

Gå inn på <https://aktivmotkreft.no/pusterommet/pusterommet-live/>

Er du ny bruker? Hvis du planlegger å bruke PC/Mac, er det anbefalt at du klikker [her for å forberede datamaskinen din før treningsøkten](#). Klikk så på «Set up»



Når dette er gjort vil siden se slik ut:



Steg 2

VIKTIG: Etter du har førstegangsregistrert deg må tilbake igjen til Pusterom LIVE. Her klikker du da på økten du ønsker å delta på. Når dette er gjort vil du få opp en side som ser slik ut.

The screenshot shows a web browser window displaying a Webex event page. The browser's address bar shows the URL: `aktivmotkreft.webex.com/mw3300/mywebex/default.do?nomenu=true&siteurl=aktivmotkreft&service=6&rnd=0.11275431019215798&...`. The page header includes the Cisco Webex logo and the text 'For AKTIV mot kreft'. The main content area is titled 'Event Information: Pusterommet LIVE kom i gang 3 februar'. On the right side, there is a language selector set to 'English : Oslo Time'. The event details on the left are as follows:

- Event status:** Not started
- Date and time:** Wednesday, February 3, 2021 11:00 am
Norway Time (Oslo, GMT+01:00)
[Change time zone](#)
- Duration:** 1 hour
- Description:**

Below the details, there is a note: 'By joining this event, you are accepting the Cisco Webex [Terms of Service](#) and [Privacy Statement](#).' On the right side, there is a 'Join Event Now' button. Below it, a message states: 'You cannot join the event now because it has not started.' There are four input fields for registration: 'First name:', 'Last name:', 'Email address:', and 'Event password:'. Below these fields is a 'Join Now' button, a link to 'Join by browser NEW!', and a link for hosts to 'start your event'. The Windows taskbar at the bottom shows various application icons and the system tray with the date '02.02.2021' and time '20:02'.

Her fyller du inn informasjonen den ber om på høyre side. Hvis du har laget en bruker vil dette da dukke opp automatisk og du vil kunne trykke på «Join now» når eventet er åpnet. Passord på hver sending er: **trening**