



TUTO · IPHONE

Installe VIVANTE *sur ton iPhone.*

En une minute, sans passer par l'App Store : une icône sur ton écran d'accueil, et ta pratique s'ouvre en plein écran, comme une vraie application.

- ✦ **Une icône VIVANTE** sur ton écran d'accueil, à côté de tes autres applications.
- 🖼️ **En plein écran**, sans la barre d'adresse de Safari.
- 🎵 **Des rappels sur ton téléphone**, à l'heure que tu choisis, pour ne pas oublier ta séance.
- ↓ **Tes séances hors connexion**, à garder sur ton iPhone pour pratiquer sans réseau.
- 📺 **Sur ta télé** en un clic, avec le bouton AirPlay du lecteur.

Avant de commencer : utilise **Safari**, le navigateur d'Apple (l'icône avec une boussole bleue). Si tu as ouvert le site depuis Instagram, Gmail ou WhatsApp, ouvre-le d'abord dans Safari.

Ouvre le site, puis le *menu Partager*



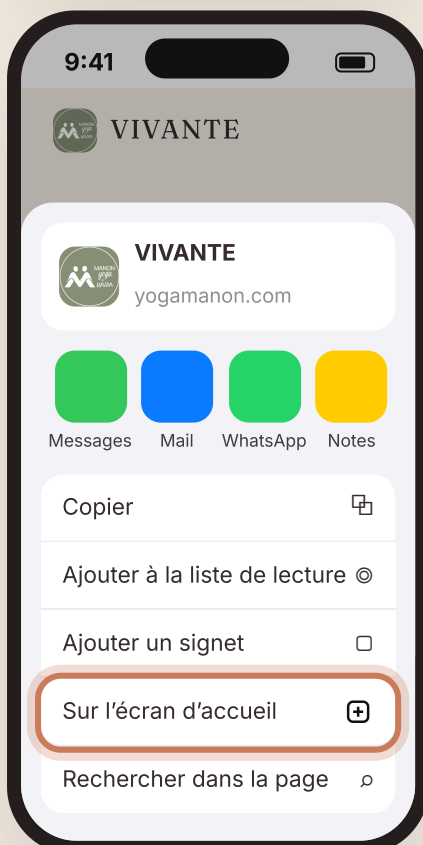
1

Va sur **yogamanon.com** dans Safari

Tape **yogamanon.com** dans la barre d'adresse.
Connecte-toi à ton compte si ce n'est pas déjà fait.

Touche ensuite le bouton **Partager** : le carré avec une flèche vers le haut, en bas de l'écran.

Tu ne le vois pas ? Fais défiler la page un peu vers le haut pour faire réapparaître la barre. Sur les iPhone récents, il peut être rangé dans le bouton  en bas à droite : touche-le, puis **Partager**.



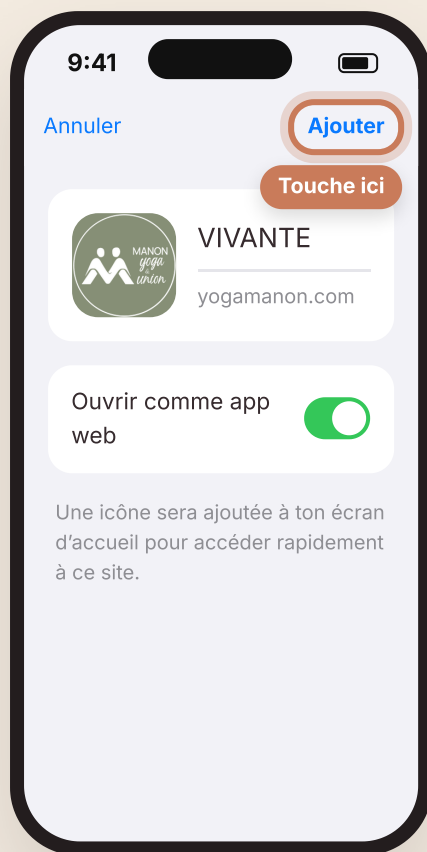
2

Touche « **Sur l'écran d'accueil** »

Un menu s'ouvre depuis le bas. Fais-le défiler vers le haut si besoin, et touche **Sur l'écran d'accueil** (l'icône carrée avec un +).

Si la ligne n'apparaît pas, descends tout en bas du menu et touche **Modifier les actions**, puis ajoute « Sur l'écran d'accueil ».

Ajoute l'icône, *c'est prêt*



3

Vérifie le nom, puis touche « Ajouter »

Le nom **VIVANTE** et l'icône sont déjà remplis. Touche **Ajouter**, en haut à droite.

Si tu vois l'option « **Ouvrir comme app web** », laisse-la activée (en vert) : c'est elle qui ouvre VIVANTE en plein écran.



4

L'icône VIVANTE est sur ton écran d'accueil

Tu la trouves à la suite de tes applications. Tu peux la déplacer où tu veux, comme une autre application : garde le doigt appuyé dessus, puis fais-la glisser.

À partir de maintenant, ouvre VIVANTE depuis cette icône plutôt que depuis Safari.

Ouvre VIVANTE *en plein écran*



5

Touche l'icône et connecte-toi une fois

VIVANTE s'ouvre sans la barre de Safari. La première fois, connecte-toi avec ton e-mail et ton mot de passe : l'application s'en souviendra ensuite.

Tu retrouves ton accueil, tes séances, tes programmes et ton suivi, comme sur le site.

Pour aller plus loin

Un rappel chaque jour

Dans l'application : **Profil** → **Rappel sur mon téléphone**. Choisis ton heure et accepte les notifications. Sur iPhone, les rappels ne marchent que depuis l'icône installée.

Sur ta télé

Pendant une séance, touche le bouton **AirPlay** du lecteur (un écran avec un triangle) et choisis ta télé ou ton Apple TV.

Sans connexion

Sur la page d'une séance, touche **Télécharger** pour la garder sur ton iPhone (voir le tuto « Pratiquer sans connexion »).

Sur Android

Dans Chrome, touche le menu  puis **Installer l'application** (ou « Ajouter à l'écran d'accueil »).

Une question ? Écris-nous depuis l'application. Écoute ton corps à chaque séance et, en cas de doute sur ta santé, consulte un professionnel.