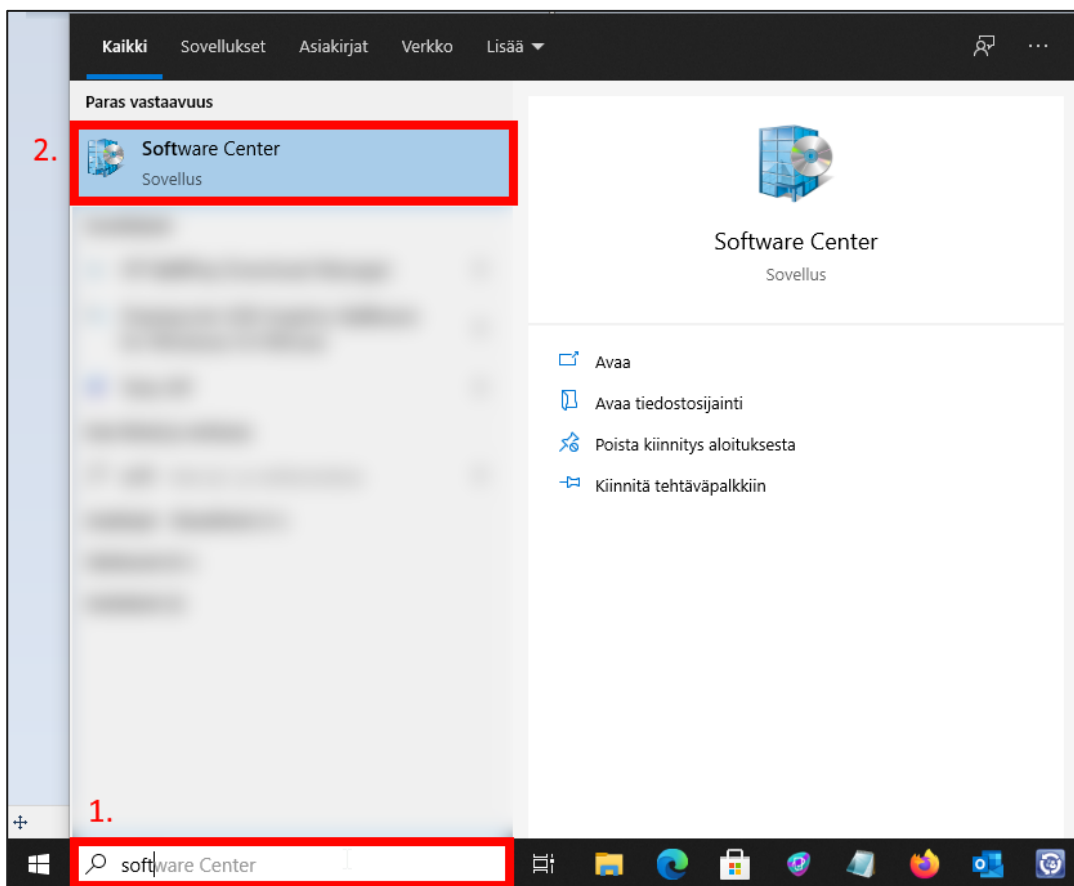






Break Pro asennusohje

1. Asennus aloitetaan kirjoittamalla Windows -hakuun **Software Center**
2. Haku tarjoaa ylimpänä vaihtoehtona Software Center -ohjelmaa, joka avataan klikkaamalla hiiren vasenta painiketta.

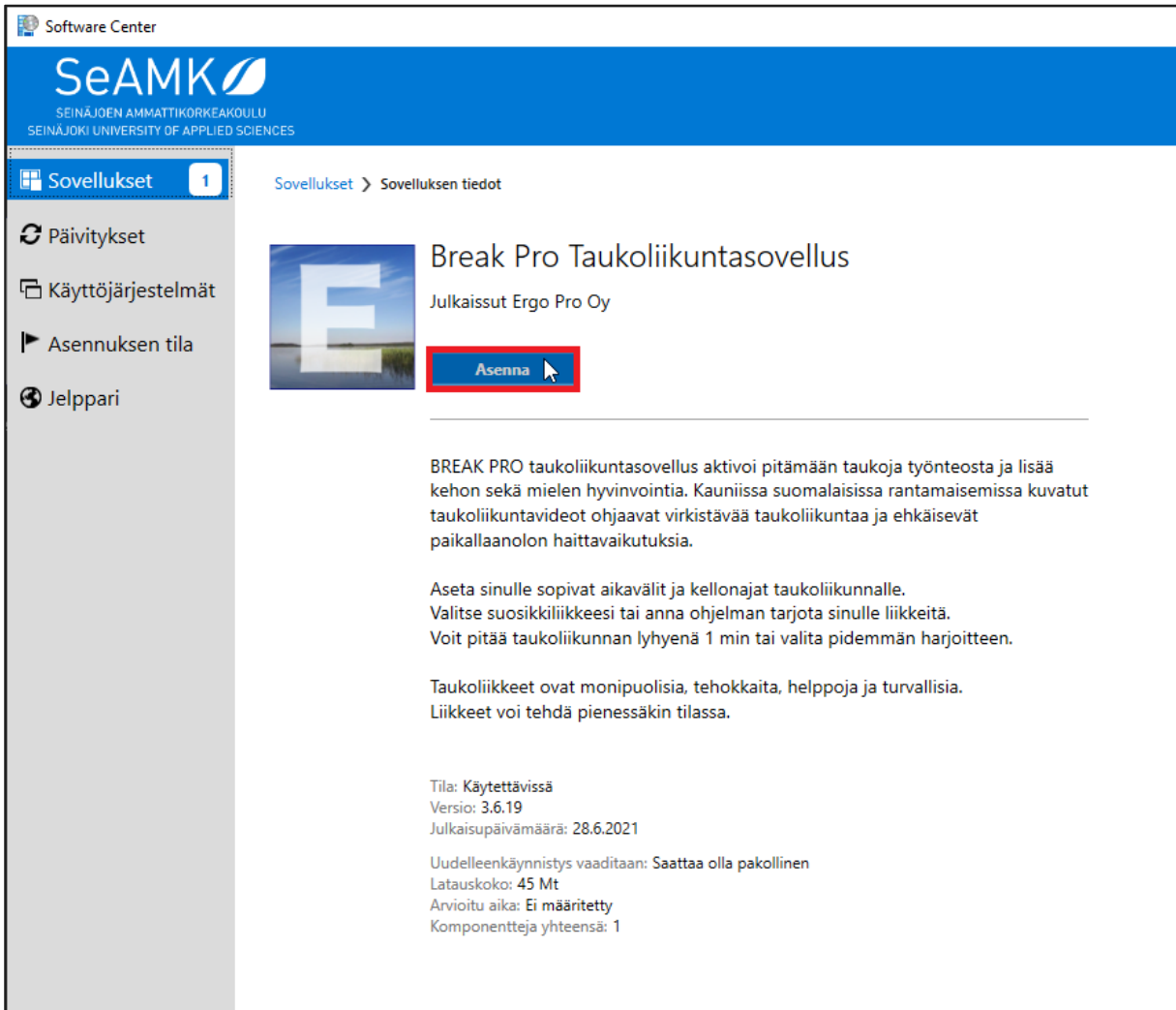


- Kun ohjelma on avautunut, klikataan listalta löytyvän **Break Pro** -sovelluksen päältä.

The screenshot shows the 'Software Center' interface for SeAMK. The header includes the SeAMK logo and name. The left sidebar contains navigation options: 'Sovellukset' (1), 'Päivitykset', 'Käyttöjärjestelmät', 'Asennuksen tila', and 'Jelppari'. The main content area is titled 'Kaikki Pakollinen' and includes filters for 'Suodatus: Kaikki' and 'Lajitteluperuste: Viimeisimmät'. A table of applications is displayed with the following items:

Nimi	
 	Break Pro Taukoliikuntasovellus
	SeAMK Adobe Self Service 2021 - Per-system unattended
	Microsoft Teams - Install

- Asennus käynnistetään klikkaamalla **Asenna** -painiketta.



The screenshot shows the 'Software Center' interface for SeAMK. The main content area displays the application 'Break Pro Taukoliikuntasovellus' by Ergo Pro Oy. A red box highlights the 'Asenna' button. The application details include its version (3.6.19), release date (28.6.2021), and size (45 Mt). The status is 'Käytettävissä' (Available).

Software Center

SeAMK
SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Sovellukset 1

Sovellukset > Sovelluksen tiedot

Break Pro Taukoliikuntasovellus
Julkaissut Ergo Pro Oy

Asenna

BREAK PRO taukoliikuntasovellus aktivoi pitämään taukoja työnteosta ja lisää kehon sekä mielen hyvinvointia. Kauniissa suomalaisissa rantamaisemissa kuvatut taukoliikuntavideot ohjaavat virkistävää taukoliikuntaa ja ehkäisevät paikallaanolon haittavaikutuksia.

Aseta sinulle sopivat aikavälit ja kellonajat taukoliikunnalle. Valitse suosikkiliikkeesä tai anna ohjelman tarjota sinulle liikkeitä. Voit pitää taukoliikunnan lyhyenä 1 min tai valita pidemmän harjoitteen.

Taukoliikkeet ovat monipuolisia, tehokkaita, helppoja ja turvallisia. Liikkeet voi tehdä pienessäkin tilassa.

Tila: Käytettävissä
Versio: 3.6.19
Julkaisupäivämäärä: 28.6.2021

Uudelleenkäynnistys vaaditaan: Saattaa olla pakollinen
Latauskoko: 45 Mt
Arvioitu aika: Ei määritetty
Komponentteja yhteensä: 1

- Sovellus on asennettu, kun **Poista asennus** -painike tulee näkyviin.
- Software Center -ohjelman voi sulkea ja käytön voi aloittaa.