



WELLNESS OF NICOLAUS COPERNICUS UNIVERSITY | EFITNESS | STATEMENT

Table of contents

TEXT VERSION	2
ACCOUNT REGISTRATION	2
LOGIN	3
BROWSER VERSION	3
MOBILE APPLICATION.....	3
PASSWORD CHANGE.....	5
HOW TO SIGN UP FOR CLASSES?	6
BROWSER VERSION	6
MOBILE APPLICATION.....	6
CHECKING PRESENCE.....	7
GRAPHIC VERSION.....	8
ACCOUNT REGISTRATION	8
LOGIN	9
BROWSER VERSION	9
MOBILE APPLICATION.....	9
PASSWORD CHANGE.....	18
HOW TO SIGN UP FOR CLASSES?	23
BROWSER VERSION	23
MOBILE APPLICATION.....	24
CHECKING PRESENCE.....	24



TEXT VERSION

ACCOUNT REGISTRATION

1. Go to the website:
<https://uniwersytetmikolajakopernika-torun.cms.efitness.com.pl>
2. Click on the **REGISTRATION** tab
3. Fill in the details:
 - a. E-mail: use a login in the *nicolaus copernicus* domain, e.g. jan.kowalski@umk.pl

List of supported domains:

@umk.pl @stud.umk.pl @doktorant.umk.pl @abs.umk.pl @liceum.umk.pl
@bu.umk.pl @mat.umk.pl @biol.umk.pl @chem.umk.pl

If any of the *nicolaus copernicus* domains are not on the list, please contact:

mgr Jan Rosicki tel.: [56 611 43 78](tel:566114378)

e-mail: jan.rosicki@umk.pl

- b. Name: Your Name
 - c. Last Name: Your Last Name
 - d. Mobile phone: saved in 00/111222333 format
 - e. Gender: Select gender from the list – Not required
4. Read and mark the consents. You can select all consents via *Select All* or select each one individually. Mandatory consents are marked with a red asterisk "**".
 5. *I agree to automatic email notifications* – this option is selected by default. Leave it selected for easy contact.
 6. You will receive an email with a link to reset your password to the email address you used. Enter them twice.
 7. Ready. Your account is ready to use.



LOGIN BROWSER VERSION

1. Go to the website:
<https://uniwersytetmikolajakopernika-torun.cms.efitness.com.pl>
2. In the top right corner of the page, click **the SIGN IN button**
3. To log in, enter the login and password provided when registering your account.

MOBILE APPLICATION

1. Download *the eFitnessApp*. Select one of the options below.
 - a. Android
 - i. Scan the QR code and download the app.



- ii. Launch *the Play Store*. Search for *eFitnessApp* (red icon). Install the app.
 - iii. Go to [the https://www.ucs.umk.pl/wellness-umk/](https://www.ucs.umk.pl/wellness-umk/) website via your mobile device in your web browser and click on the corresponding QR code of the app.
 - b. Ios



- i. Scan the QR code and download the app.



- ii. Launch the *AppStore*. Search for *eFitnessApp* (red icon). Install the app.
 - iii. Go to the <https://www.ucs.umk.pl/wellness-umk/> website via your mobile device in your web browser and click on the corresponding QR code of the app.
2. Launch the app.
 3. The app will first ask you to sign in with your Google or Apple account, depending on the version of the app. Do it.
 4. Select a club. Search for University Sports Center by typing *Toruń* in the search engine. Select *UCS NCU*.
 5. Scroll down and click *Sign in*.
 6. Enter the email and password you provided during registration.
 7. Ready. From now on, you can use the app.



PASSWORD CHANGE

You can also find a quick guide to changing your password in the email in which you received your temporary password. It should look like this:

Welcome!

We send login details to the customer area of our club:

Password: temporary password

Login: the login is your email address provided during registration or your PESEL number

We recommend that you change your password when you log in to the client area for the first time. This can be done by logging in to the client area under the "My Account">>"My Data">>"Change Password" options.

Greetings

Nicolaus Copernicus University in Toruń, University Sports Centre

1. Go to the website:
<https://uniwersytetmikolajakopernika-torun.cms.efitness.com.pl>
2. In the top right corner of the page, click **the SIGN IN button**
3. To log in, enter the login and password provided when registering your account.
4. In the top right, click **MY ACCOUNT -> My details**
5. Expand the **Master Data tab**
6. Click **the Change Password button**
7. Enter:
Old password: temporary password
New password: new password
Repeat password: new password
*The new password must be at least 8 characters long, contain a number, a special character, and a lowercase and uppercase letter, e.g. password12!
8. Optional: You'll receive a link to the email address you use to reset your password.



HOW TO SIGN UP FOR CLASSES? BROWSER VERSION

1. Go to the website:
<https://uniwersytetmikolajakopernika-torun.cms.efitness.com.pl>
 2. If you haven't already, log in. In the top right corner of the page, click **the SIGN IN button**
 3. Click on the **CLASS SCHEDULE tab**
 4. Select the class you are interested in and click on it. You can sign up for a given class up to a week in advance.
 5. Click *the Sign Up button*
 6. Ready. You will receive a confirmation of enrollment in the application and to your e-mail address.
 7. Once you have signed up, you can also unsubscribe. Minimum number of people to start classes – 1.
-

MOBILE APPLICATION

1. Launch the *eFitnessApp app*.
2. Go to the *Schedule* tab.
3. Select the class you are interested in and click on it.
4. Click *the Sign Up for Class button*.
5. Ready. You will receive a confirmation of enrollment in the application and to your e-mail address.
6. Once you have signed up, you can also unsubscribe. Minimum number of people to start classes – 1.



CHECKING PRESENCE

Attendance can be checked in two ways. The host has the right to check attendance by asking for a QR code to be generated and presented.

1. Scanning a QR code in a mobile app by a class leader.
 - a. Launch the *eFitnessApp* app.
 - b. Go to the *Input tab*.
 - c. Show the person running the generated QR code and they will scan it.
2. The host can manually mark their presence in the application or on their employee profile on the website.



GRAPHIC VERSION

ACCOUNT REGISTRATION

1. Go to the website:
<https://uniwersytetmikolajakopernika-torun.cms.efitness.com.pl>
2. Click on the **REGISTRATION** tab
3. Fill in the details:
4. Read and mark the consents. You can select all consents via *Select All* or select each one individually. Mandatory consents are marked with a red asterisk "*".
5. *I agree to automatic email notifications* – this option is selected by default. Leave it selected for easy contact.
6. Ready. Your account is ready to use.

The screenshot shows the 'Rejestracja' (Registration) page. At the top, there are three tabs: 'AKTUALNOŚCI', 'GRAFIK ZAJĘĆ', and 'REJESTRACJA'. The 'Rejestracja' tab is active. Below the tabs, there is a header 'Rejestracja' with a menu icon. A note states: 'Rejestracja jest ograniczona do adresów e-mail w domenie UMK, tj. @umk.pl @stud.umk.pl @doktorant.umk.pl @abs.umk.pl @liceum.umk.pl @bu.umk.pl @mat.umk.pl @biol.umk.pl @chem.umk.pl'. The main section is titled 'Twoje dane' (Your data) and contains several input fields: 'E-mail*' (jan.rosicki@umk.pl), 'Imię*' (Jan), 'Nazwisko*' (Rosicki), 'Telefon komórkowy*' (Polska(+48) 111222333), and 'Płeć' (Mężczyzna). Below these fields are several checkboxes for consent: 'Wybierz wszystkie' (unchecked), 'Zapoznałem/-am się i akceptuję Regulamin.*' (checked), 'Zapoznałem/-am się i akceptuję RODO.*' (checked), 'Zapoznałem/-am się i akceptuję Politykę Prywatności.*' (checked), 'Zapoznałem/-am się i akceptuję Politykę Cookies.*' (checked), 'Zapoznałem/-am się i akceptuję Oświadczenie Uczestnika.*' (checked), 'Zapoznałem/-am się i akceptuję Oświadczenie Opiekuna Prawnego Osoby Niepełnoletniej.' (unchecked), and 'Wyrażam zgodę na automatyczne powiadomienia mailowe' (checked). A 'Zapisz' (Save) button is located at the bottom right.



LOGIN BROWSER VERSION

1. Go to the website:
<https://uniwersytetmikolajakopernika-torun.cms.efitness.com.pl>
2. In the top right corner of the page, click **the SIGN IN button**
3. To log in, enter the login and password provided when registering your account.

Login:

jan.rosicki@umk.pl

Hasło:

.....

Nie pamiętasz hasła?

Nie masz jeszcze konta? Zarejestruj się

Zaloguj się

MOBILE APPLICATION

8. Download *the eFitnessApp*. Select one of the options below.
 - a. Android
 - i. Scan the QR code and download the app.

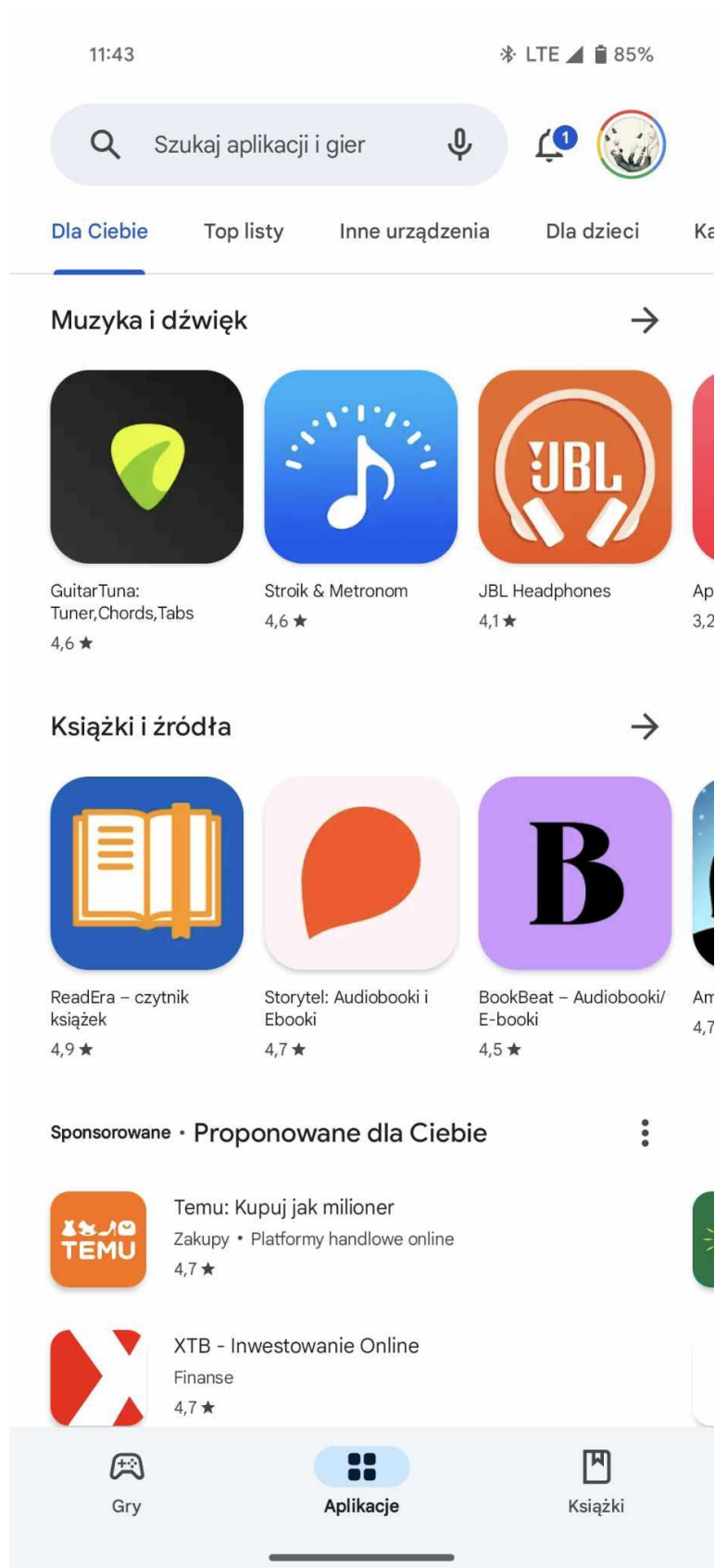


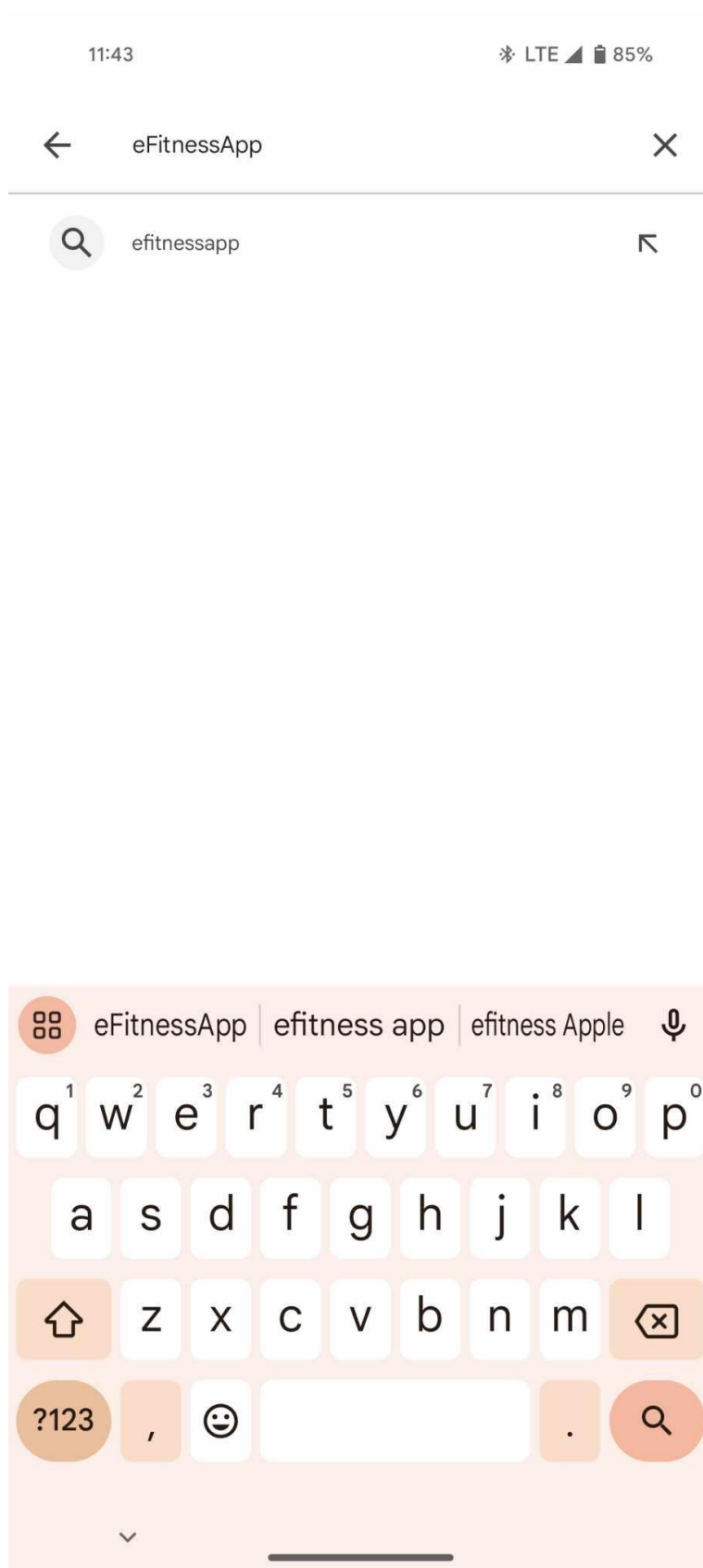


- ii. Launch the *Play Store*. Search for *eFitnessApp* (red icon). Install the app.
 - iii. Go to the <https://www.ucs.umk.pl/wellness-umk/> website via your mobile device in your web browser and click on the corresponding QR code of the app.
- b. iOS
- i. Scan the QR code and download the app.



- ii. Launch the *AppStore*. Search for *eFitnessApp* (red icon). Install the app.
 - iii. Go to the <https://www.ucs.umk.pl/wellness-umk/> website via your mobile device in your web browser and click on the corresponding QR code of the app.
9. Launch the app.
10. The app will first ask you to sign in with your Google or Apple account, depending on the version of the app. Do it.
11. Select a club. Search for University Sports Center by typing *Toruń* in the search engine. Select *UCS NCU*.
12. Scroll down and click *Sign in*.
13. Enter the email and password you provided during registration.
14. Ready. From now on, you can use the app.







11:44

LTE 85%

←

🔍

⋮



eFitnessApp

eFitness S.A.

Zakupy w aplikacji

Odinstaluj

Otwórz

Dostępna na inne urządzenia

^



Samsung SM-G950F

Telefon

Zainstaluj

Nowości •

→

Ostatnia aktualizacja 4 kwi 2024

Jeszcze raz wysłuchaliśmy waszych opinii i przygotowaliśmy zaktualizowaną wersję aplikacji:

...

✓ Telefonie • 4,2 ★

 Chromebook

 Tablecie • 4,7 ★

Oceń tę aplikację

Podziel się swoją opinią

★

★

★

★

★

Napisz opinię

Pomoc dotycząca aplikacji

▼

O tej aplikacji

→

...



11:48

LTE 84%

Wybierz klub

🔍 Szukaj (miasto lub nazwa)



(E)MOTION – Studio Treningu Personalnego

Kościan Os. Jagiellońskie 29-32



36 MINUT Bulwar Dedala

Wrocław Bulwar Dedala 18a



36 MINUT Cotex

Płock Al. marsz. J. Piłsudskiego 35



36 MINUT Gorzów Wlkp

Gorzów Wielkopolski Jana Pawła II lok 98-106 lokal nr 3 i 4



36 MINUT Jarocin

Jarocin Szubianki 19



36 MINUT Kalisz

Kalisz ul. Górnośląska 71



36 MINUT Kamionki

Kamionki Poznańska 117



36 MINUT Kartuzy

Kartuzy Krasickiego 2a



36 MINUT Konin

Konin ul. Chopina 23



36 MINUT Krotoszyn

Krotoszyn Galeria Krotoszyńska, I piętro



36 MINUT Pleszew



11:48

LTE 84%

Wybierz klub

Torun



Bella Line Wrzosa

Torun Orłat Lwowskich 9-11



Mentor Gym&Fitness

Torun Szosa Chelminska 177-181



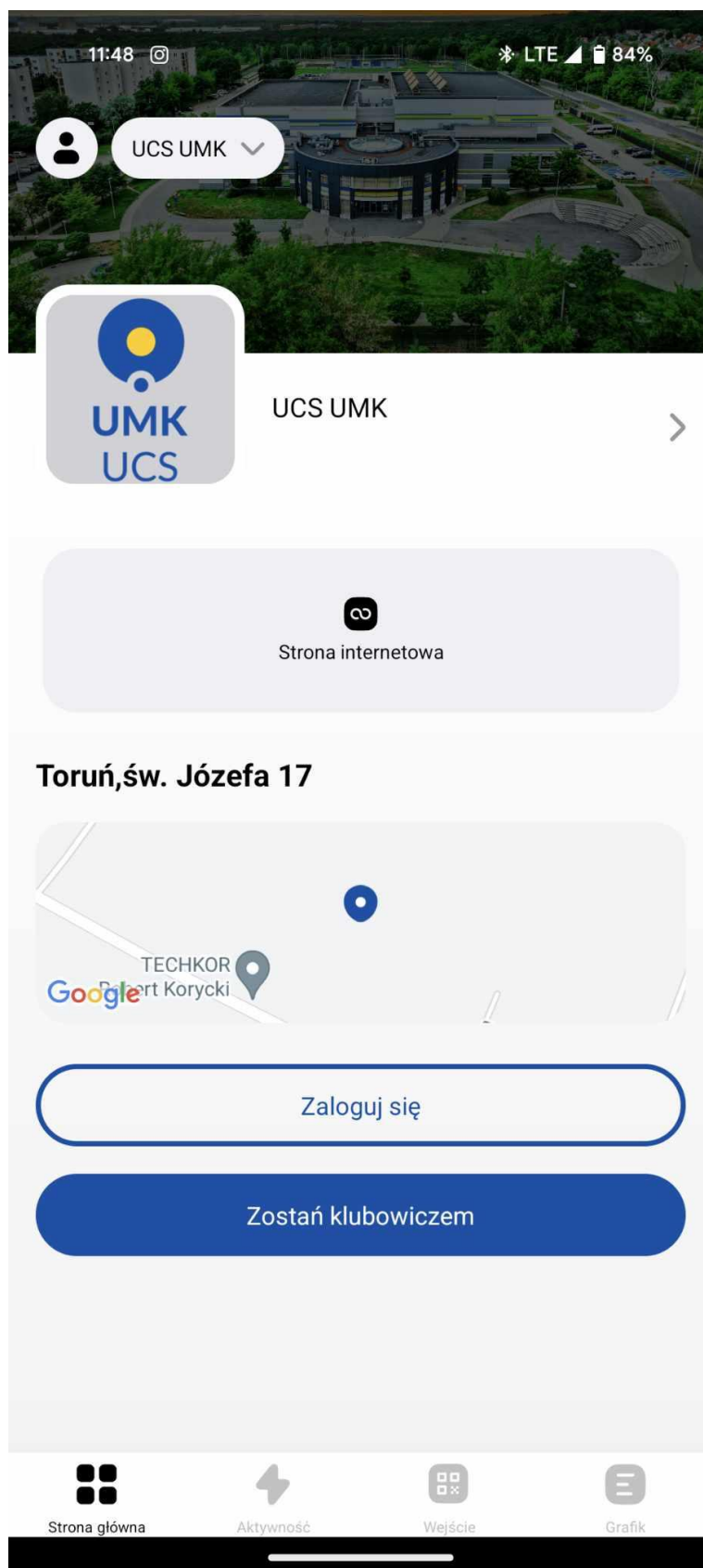
UCS UMK

Torun sw. Jozefa 17





UNIWERSYTET
MIKOŁAJA KOPERNIKA
W TORUNIU
Uniwersyteckie
Centrum Sportowe





11:49



LTE 84%



Zaloguj się na UCS UMK



E-Mail

Hasło

Zapomniałeś hasła?

Zaloguj

Nie jesteś klubowiczem? [Dołącz teraz](#)



PASSWORD CHANGE

You can also find a quick guide to changing your password in the email in which you received your temporary password. It should look like this:

Welcome!

We send login details to the customer area of our club:

Password: temporary password

Login: the login is your email address provided during registration or your PESEL number

We recommend that you change your password when you log in to the client area for the first time. This can be done by logging in to the client area under the "My Account">>"My Data">>"Change Password" options.

Greetings

Nicolaus Copernicus University in Toruń, University Sports Centre

1. Go to the website:
<https://uniwersytetmikolajakopernika-torun.cms.efitness.com.pl>
2. In the top right corner of the page, click **the SIGN IN button**
3. To log in, enter the login and password provided when registering your account.
4. In the top right, click **MY ACCOUNT -> My details**
5. Expand the **Master Data tab**
6. Click **the Change Password button**
7. Enter: Old password: temporary password New password: new password Repeat password: new password
*The new password must be at least 8 characters long, contain a number, a special character, and a lowercase and uppercase letter, e.g. password12!
8. Optional: You'll receive a link to the email address you use to reset your password.



UNIWERSYTET
MIKOŁAJA KOPERNIKA
W TORUNIU
Uniwersyteckie
Centrum Sportowe

[ZALOGUJ SIĘ »](#) [PL](#)

program wellness



[AKTUALNOŚCI](#) [GRAFIK ZAJĘĆ](#) [REJESTRACJA](#)

Aktualności

Witamy!



2024-04-24

Witamy serdecznie wszystkich naszych klubowiczów! W co najmniej 50% zdrowie zależy od stylu życia, czyli codziennych naszych nawyków i wyborów spędzania czasu wolnego. Kluczowym elementem zdrowego stylu życia jest systematyczna aktywność fizyczna w wymiarze co najmniej 150 minut tygodniowo. Ruch...

[Więcej](#)

Menu

- [Aktualności](#)
- [Grafik zajęć](#)
- [Rejestracja](#)
- [Członkostwo](#)

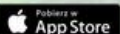
Kontakt

Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, Uniwersyteckie Centrum Sportowe
św. Józefa 17
87-100 Toruń

Dane firmy

Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu
Gagarina 11
87-100 Toruń
NIP: 8790177291

Dumnie wspierany przez eFitness - profesjonalny system do zarządzania klubami fitness

Pobierz aplikację mobilną  



[ZAŁOGUJ SIĘ »](#) [PL](#)

program wellness



[AKTUALNOŚCI](#) [GRAFIK ZAJĘĆ](#) [REJESTRACJA](#)

Aktualności

Witamy!

2024-04-24



Witamy serdecznie wszystkich naszych klubowiczów! W co najmniej 50% zdrowie zależy od stylu życia, czyli codziennych naszych nawyków i wyborów spędzania czasu wolnego. Kluczowym elementem zdrowego stylu życia jest systematyczna aktywność fizyczna w wymiarze co najmniej 150 minut tygodniowo. Ruch...

[Więcej](#)

Menu

- [Aktualności](#)
- [Grafik zajęć](#)
- [Rejestracja](#)
- [Ciekawostki](#)

Kontakt

Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, Uniwersyteckie Centrum Sportowe
Św. Józefa 17
87-100 Toruń

Dane firmy

Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu
Gagarina 11
87-100 Toruń
NIP: 8790177291

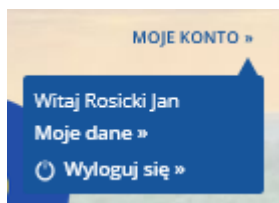
Dumni wspieramy przez eFitness - profesjonalny system do zarządzania klubami fitness

Pobierz aplikację mobilną  



UNIWERSYTET
MIKOŁAJA KOPERNIKA
W TORUNIU
Uniwersyteckie
Centrum Sportowe





1. Dane podstawowe

Imię	Jan
Nazwisko	Rosicki
Typ dokumentu tożsamości	
Numer dokumentu	
Data urodzenia	
Telefon komórkowy	661 607 443
E-mail	jan.rosicki@umk.pl
Hasło	Zmień hasło

Zmień hasło



Nowe hasło musi mieć min 8 znaków długości, zawierać cyfrę, znak specjalny oraz małą i dużą literę

Stare hasło

••••••••

Nowe hasło

Powtórz hasło

[Zmień hasło](#)



HOW TO SIGN UP FOR CLASSES? BROWSER VERSION

1. Go to the website:
<https://uniwersytetmikolajakopernika-torun.cms.efitness.com.pl>
2. If you haven't alreadyxś, log in. In the top right corner of the page, click **the SIGN IN button**
3. Click on the **CLASS SCHEDULE tab**
4. Select the class you are interested in and click on it. You can sign up for a given class up to a week in advance.
5. Click *the Sign Up button*
6. Ready. You will receive a confirmation of enrollment in the application and to your e-mail address.
7. Once you have signed up, you can also unsubscribe. Minimum number of people to start classes – 1.

[WYCZYŚĆ FILTRY »](#)

CZERWIEC							
2024-06-03 do 2024-06-09							
DZIEŃ TYDZIEŃ PLAN SALE							
	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
16:00		60 min 20 wolnych Zdrowy kręgosłup Anna Lewandowska Sala fitness – 1 piętro UCS I, ul. św. Józefa 17	60 min 13 wolnych Aqua aerobik Hanna Szewczyk Basen UCS I, ul. św. Józefa 17, 87-100 Toruń		60 min 15 wolnych Pilates Anna Lewandowska Sala fitness – 1 piętro UCS I, ul. św. Józefa 17		
17:00		60 min 11 wolnych Trening funkcjonalny Zofia Berlikowska Sikownia UCS, ul. Gagarina 35, 87-100 Toruń 60 min 20 wolnych Zdrowy kręgosłup Dorota Sala fitness – 1 piętro UCS I, ul. św. Józefa 17			60 min 16 wolnych Shape Anna Lewandowska Sala fitness – 1 piętro UCS I, ul. św. Józefa 17		
17:30				60 min 17 wolnych Zumba Tomasz Florja Sala fitness – 1 piętro UCS I, ul. św. Józefa 17			
18:00		60 min 15 wolnych Stretching Dorota Sala fitness – parter UCS I, ul. św. Józefa 17, 87-100 Toruń		60 min 15 wolnych Stretching Zofia Berlikowska Sala fitness – parter UCS I, ul. św. Józefa 17, 87-100 Toruń	60 min 20 wolnych Body Art Anna Lewicka Sala fitness – parter UCS I, ul. św. Józefa 17, 87-100 Toruń		
19:00	60 min 18 wolnych Salsation Ślawek Sala fitness – parter UCS I, ul. św. Józefa 17, 87-100 Toruń		60 min 16 wolnych Joga Marcelina Laskiewicz Sala fitness – 1 piętro UCS I, ul. św. Józefa 17				
20:00			60 min 15 wolnych Joga Marcelina Laskiewicz Sala fitness – 1 piętro UCS I, ul. św. Józefa 17				



Laskiewicz Marcelina (Marcelina Laskiewicz)

Nazywam się Marcelina Laskiewicz i jestem nauczycielką hatha yoga. Po godzinach spędzonych na krześle, wspólna praktyka pomoże Ci rozciągnąć i ożywić ciało. Zajęcia są jak balsam dla ciała i umysłu – zrównoważone, dostosowane do Ciebie i Twojego rytmu. Zapraszam do wspólnej praktyki, gdzie bez pośp...

Więcej

[inne zajęcia tego instruktora »](#)

[inne zajęcia tego typu »](#)

Joga

Praktyka jogi łączy w sobie trening ciała i umysłu, a także jednocześnie pomaga osiągnąć stan uspokojenia i relaksu. Trening składa się z praktykowania różnych pozycji, które wpływają na wzmocnienie mięśni i rozciągnięcie całego ciała.

Czas: 60min

Sala: Sala fitness – 1 piętro UCS I, ul. św. Józefa 17

[Zapisz się »](#)

MOBILE APPLICATION

1. Launch the *eFitnessApp* app.
2. Go to the *Schedule* tab.
3. Select the class you are interested in and click on it.
4. Click the *Sign Up for Class* button.
5. Ready. You will receive a confirmation of enrollment in the application and to your e-mail address.
6. Once you have signed up, you can also unsubscribe. Minimum number of people to start classes – 1.

CHECKING PRESENCE

Attendance can be checked in two ways. The host has the right to check attendance by asking for a QR code to be generated and presented.



1. Scanning a QR code in a mobile app by a class leader.
 - a. Launch the *eFitnessApp* app.
 - b. Go to the *Input tab*.
 - c. Show the person running the generated QR code and they will scan it.

The host can manually mark their presence in the application or on their employee profile on the website.