



Anleitung zur Registrierung auf der neuen Informations- und Lernplattform der DMSG Landesverband Hessen e.V.

„Campus DMSG Hessen“

Registrierung

- Bitte folgende Adresse im Browser eingeben:
- <https://dmsg-hessen.lernerfolg.info>

Registrierung

Es erscheint folgendes auf dem Bildschirm:



[Startseite](#)



Deutsch (de) ▾

[Anmelden](#)

Campus DMSG Hessen

Kursbereiche

[Alles einklappen](#)

▼ [Peerakademie \(Ehrenamt\)](#)

[Peerausbildung \(1\)](#)

[Train the trainer](#)

▼ [Gesundheitsangebote](#)

[Bewegung und Ernährung \(1\)](#)

[Hilfsmittel](#)

[Mitarbeiterschulungen intern](#)

Ankündigungen



Bald Verfügbar! Unsere neuen "Bewegungsvideos der DMSG Hessen"

von [Nadine Scholl](#) - Dienstag, 8. September 2026, 12:42

Bald ist es soweit. Ab Oktober 2026 könnt ihr hier auf Bewegungsvideos zu unterschiedlichen Themen zugreifen und einfach mitmachen. Denn es gibt immer einen Grund sich zu bewegen!

Viele Spaß dabei!

Eure Nadine

[Dauerlink](#)

[Thema diskutieren](#) (0 Antworten)

Registrierung

Bitte rechts oben auf „Anmelden“ klicken



Deutsch (de)

Anmelden

Campus DMSG Hessen

Kursbereiche

[Alles einklappen](#)

▼ Peerakademie (Ehrenamt)

[Peerausbildung \(1\)](#)

[Train the trainer](#)

▼ Gesundheitsangebote

[Bewegung und Ernährung \(1\)](#)

[Hilfsmittel](#)

[Mitarbeiterschulungen intern](#)

Ankündigungen

Registrierung

Es erscheint folgender Bildschirm:

Auf „Neues Konto anlegen“ klicken.



Anmelden

[Kennwort vergessen?](#)

Neu auf dieser Webseite?

Für den vollen Zugriff auf die Website brauchen Sie ein Nutzerkonto.

Neues Konto anlegen

Manche Kurse sind für Gäste offen.

Anmelden als Gast

Deutsch (de) ▾

Cookie-Hinweis

Registrierung

Es erscheint folgender Bildschirm:

Bitte ausfüllen und
auf „Weitermachen“ klicken.

Überprüfung von Alter und Aufenthaltort

Wie alt
sind Sie?



40

In
welchem
Land
leben
Sie?



Deutschland



Weitermachen

Abbrechen

 notwendig

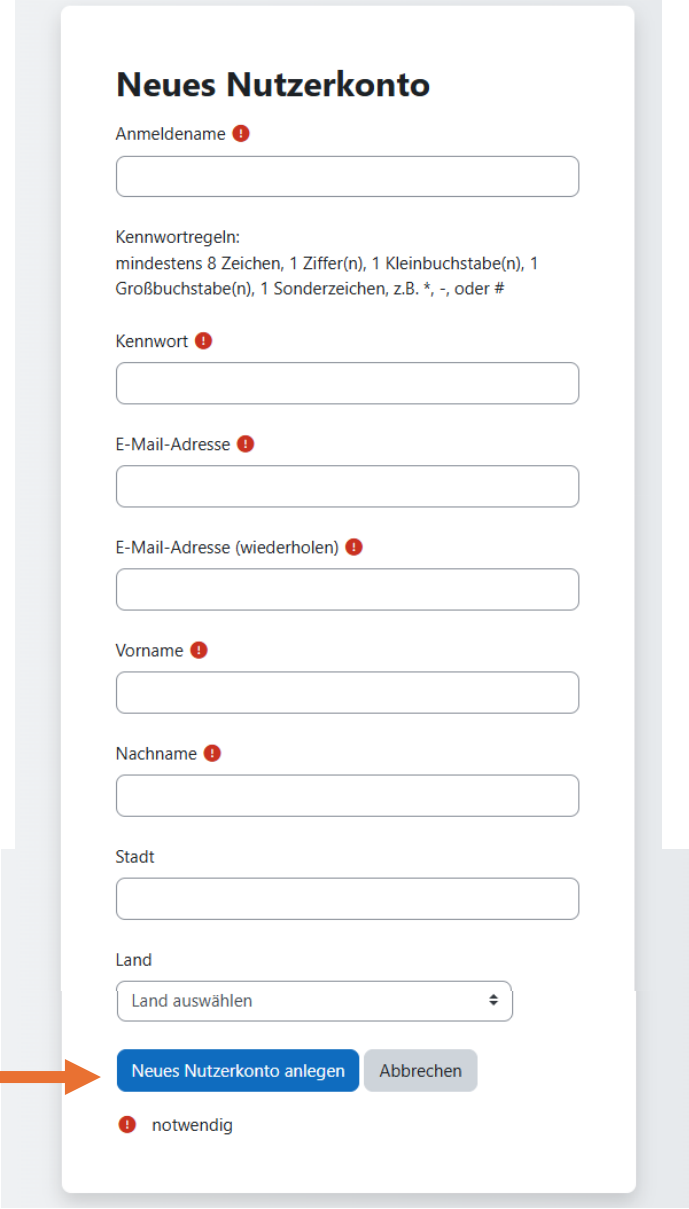
Warum ist dies notwendig?

Diese Informationen sind notwendig um festzustellen, ob Sie sich selber registrieren dürfen. Nur wenn Sie alt genug sind, können Sie selber den Richtlinien und Nutzungsbedingungen zustimmen. Andernfalls müssen dies Ihre Erziehungsberechtigten tun.

Registrierung

Es erscheint folgender Bildschirm:

- Bitte alle Felder, die mit einem roten (!) markiert sind, ausfüllen.
- Der Anmeldename kann beliebig gewählt werden.
- Das Kennwort muss mindestens 8 Zeichen, mit Groß- und Kleinbuchstaben, eine Zahl und ein Sonderzeichen enthalten.
- Bitte darauf achten die E-Mail-Adresse richtig zu schreiben.
- **Anmeldenamen und Kennwort sicher aufbewahren, oder am besten in einem Passwortmanager speichern!**
- Danach auf „Neues Nutzerkonto anlegen“ klicken



The screenshot shows a registration form titled "Neues Nutzerkonto". It contains several input fields, each with a red exclamation mark icon indicating it is required. The fields are: "Anmeldename", "Kennwort", "E-Mail-Adresse", "E-Mail-Adresse (wiederholen)", "Vorname", "Nachname", "Stadt", and "Land". Below the "Land" field is a dropdown menu labeled "Land auswählen". At the bottom of the form are two buttons: "Neues Nutzerkonto anlegen" (highlighted with an orange arrow) and "Abbrechen". A legend at the bottom left shows a red exclamation mark icon followed by the text "notwendig".

Neues Nutzerkonto

Anmeldename !

Kennwortregeln:
mindestens 8 Zeichen, 1 Ziffer(n), 1 Kleinbuchstabe(n), 1 Großbuchstabe(n), 1 Sonderzeichen, z.B. *, -, oder #

Kennwort !

E-Mail-Adresse !

E-Mail-Adresse (wiederholen) !

Vorname !

Nachname !

Stadt

Land
Land auswählen

Neues Nutzerkonto anlegen Abbrechen

! notwendig

Registrierung

- Danach bekommt man eine E-Mail an die angegebene Adresse.
 - Es kann einen Augenblick dauern bis die E-Mail zugestellt wird.
 - Bitte auch im Spam Ordner nachschauen!
- Dort muss die Anmeldung bestätigt werden in dem man auf „Nutzerkonto bestätigen“ klickt.
- Danach bitte wieder auf die erste Seite zurückkehren:
<https://dmsg-hessen.lernerfolg.info>

Registrierung

Bitte wieder rechts oben auf „Anmelden“

  Deutsch (de) 

Campus DMSG Hessen

Kursbereiche

[Alles einklappen](#)

- ▼ [Peerakademie \(Ehrenamt\)](#)
 - [Peerausbildung \(1\)](#)
 - [Train the trainer](#)
- ▼ [Gesundheitsangebote](#)
 - [Bewegung und Ernährung \(1\)](#)
 - [Hilfsmittel](#)
 - [Mitarbeiterschulungen intern](#)

Ankündigungen

Anmeldung

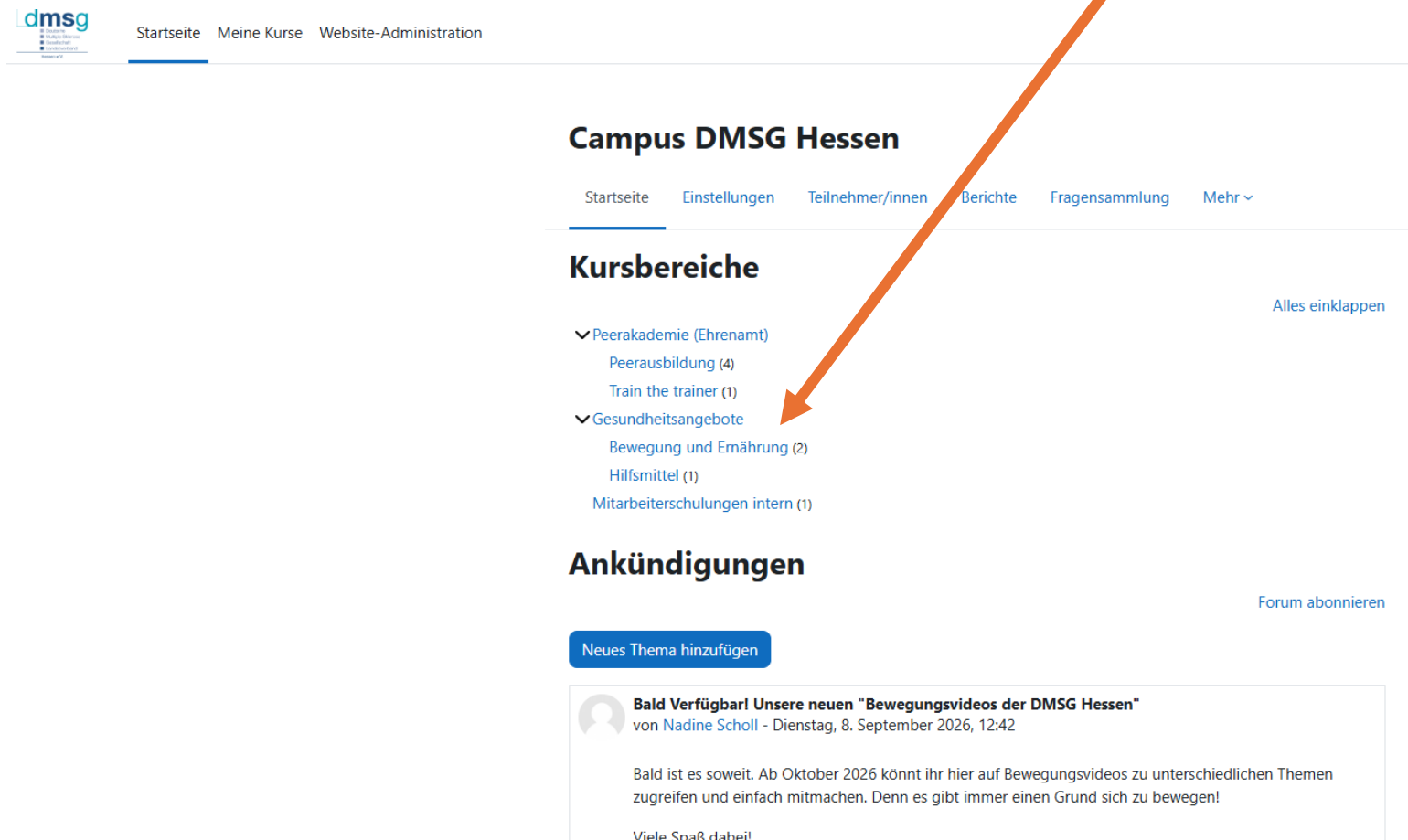
Es erscheint folgender Bildschirm:

Jetzt Anmeldenamen und Kennwort eingeben und auf „Anmelden“ klicken.

The screenshot shows the login page of the dmsg website. At the top, the logo 'dmsg' is displayed in blue, with the text 'Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Landesverband' to its right. Below the logo, 'Hessen e.V.' is written. The main form consists of two input fields: 'Anmeldename' and 'Kennwort'. Below these fields is a blue button labeled 'Anmelden'. Under the button, there is a link 'Kennwort vergessen?'. Further down, a section titled 'Neu auf dieser Webseite?' contains the text 'Für den vollen Zugriff auf die Website brauchen Sie ein Nutzerkonto.' and a button 'Neues Konto anlegen'. Below this, another section titled 'Manche Kurse sind für Gäste offen.' has a button 'Anmelden als Gast'. At the bottom left, there is a language selector 'Deutsch (de)' with a dropdown arrow. At the bottom right, there is a button 'Cookie-Hinweis'.

Kurs auswählen

Danach erscheint die Startseite. Im Bereich Gesundheitsangebote bitte auf „Bewegung und Ernährung“ klicken



dmsg
Logo of the Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft (DMSG) Hessen

Startseite Meine Kurse Website-Administration

Campus DMSG Hessen

Startseite Einstellungen Teilnehmer/innen Berichte Fragensammlung Mehr ▾

Kursbereiche

[Alles einklappen](#)

- ▼ Peerakademie (Ehrenamt)
 - Peerausbildung (4)
 - Train the trainer (1)
- ▼ Gesundheitsangebote
 - Bewegung und Ernährung (2)**
 - Hilfsmittel (1)
 - Mitarbeiterschulungen intern (1)

Ankündigungen

[Forum abonnieren](#)

[Neues Thema hinzufügen](#)

**Bald Verfügbar! Unsere neuen "Bewegungsvideos der DMSG Hessen"**
von [Nadine Scholl](#) - Dienstag, 8. September 2026, 12:42

Bald ist es soweit. Ab Oktober 2026 könnt ihr hier auf Bewegungsvideos zu unterschiedlichen Themen zugreifen und einfach mitmachen. Denn es gibt immer einen Grund sich zu bewegen!

Viele Spaß dabei!

Kurs auswählen

Danach erscheint folgende Seite:

Hier kann man die unterschiedlichen Kurse auswählen.

Für die „Bewegungsvideos der DMSG Hessen“ bitte hier klicken

[Kurse](#) / [Gesundheitsangebote](#) / Bewegung und Ernährung

Bewegung und Ernährung

[Kursbereich](#) [Einstellungen](#) [Papierkorb](#) [Kursliste hochladen](#) [Mehr ▾](#)

Gesundheitsangebote / Bewegung und Ernährung ▾

[ProLaktiv Infoveranstaltungen: Gemeinsam aktiv werden - gemeinsam etwas bewegen](#)

 Hier findest du die Präsentationen unserer ProLaktiv Infoveranstaltungen
"Gemeinsam aktiv werden- gemeinsam etwas bewegen"

[Bewegungsvideos der DMSG Hessen ➔](#)

 Herzlich willkommen bei den DMSG Hessen Bewegungsvideos.
Unsere Videos behandeln unterschiedliche Themen und sind direkt zum Mitmachen geeignet.
Wir wünschen viel Spaß!
Das Team der DMSG Hessen

Kurs einschreiben

Danach erscheint folgende Seite:

Hier bitte auf „Einschreiben“ klicken.

Bewegungsvideos der DMSG Hessen

Einschreibeoptionen

Bewegungsvideos der DMSG Hessen ➔



Herzlich willkommen bei den DMSG Hessen Bewegungsvideos.

Unsere Videos behandeln unterschiedliche Themen und sind direkt zum Mitmachen geeignet.

Wir wünschen viel Spaß!

Das Team der DMSG Hessen



Selbsteinschreibung (Teilnehmer/in)

Kein Einschreibekennwort notwendig

Einschreiben

Videos auswählen

Danach erscheint folgende Seite:

Hier findet man die **Übersicht** der einzelnen Videos.

Hier können die einzelnen Inhalte ausgewählt werden.

The screenshot displays the user interface of the DMSG Hessen website. At the top, the navigation bar includes the logo and links for 'Startseite', 'Meine Kurse', and 'Website-Administration'. A sidebar on the left provides a structured menu with expandable sections for general information and five specific exercise videos. The main content area, titled 'Bewegungsvideos der DMSG Hessen', mirrors this structure. The 'Allgemeines' section is currently active, displaying a welcome message and a link to the course overview. The 'Bewegungsvideo 1: Stärkung des Beckenboden im Sitzen' section is expanded, revealing detailed information about the training, including required materials and the specific training position. An orange arrow points from the text 'Hier findet man die Übersicht der einzelnen Videos.' to the 'Unsere Kurse in der Übersicht' link. Another orange arrow points from the text 'Hier können die einzelnen Inhalte ausgewählt werden.' to the video title 'Bewegungsvideo 1: Stärkung des Beckenboden im Sitzen'.

amsg

Startseite Meine Kurse Website-Administration

Bewegungsvideos der DMSG Hessen

Kurs Einstellungen Teilnehmer/innen Bewertungen Berichte Mehr

Allgemeines [Alles einklappen](#)

Herzlich willkommen zu den DMSG Hessen Bewegungsvideos

Unsere Kurse in der Übersicht

Liebes Mitglied,
unsere Bewegungsvideos wurden speziell auf deine Bedürfnisse zugeschnitten. Alle Videos sind zum Mitmachen geeignet. Die jeweilige Position in der die Übungen durchgeführt werden, findest du immer vorab in der Beschreibung. Hier unsere Übersicht:

Bewegungsvideo 1: Stärkung des Beckenboden im Sitzen

Wichtige Informationen vorab

Trainingsmaterial: Kissen ca. 40x40 cm und feststehender Stuhl, Hocker oder Rollstuhl mit festgestellter Bremse.

Trainingsposition: im Sitzen

Stärkung des Beckenbodens im Sitzen

Das Thema dieser Einheit ist:

Videos auswählen

Die Übersicht kann hier ein- und ausgeschaltet werden.



Startseite Meine Kurse Website-Administration

Hier stehen wichtige Infos vorab

Hier klicken und die Videos starten.

Hier ist eine kurze Einführung ins Thema

Hier bitte ein Feedback geben.

Bewegungsvideos / Bewegungsvideo 2: Lockeres Ausdauertraining gegen Fatigue

Bewegungsvideo 2: Lockeres Ausdauertraining gegen Fatigue

Wichtige Informationen vorab

Trainingsmaterial: kein Material nötig, evtl. feststehender Stuhl oder Hocker

Trainingsposition: Im Sitzen oder Stehen



Lockeres Ausdauertraining bei Fatigue

Das Thema dieser Einheit ist:

Lockeres Ausdauertraining gegen Fatigue

•In diesem Video setzen wir den Fokus auf das Training der Ausdauer, denn Studien zeigen positive Auswirkungen von Ausdauertraining auf Fatigue, um die Erschöpfung hinauszuzögern. Eine verbesserte Versorgung der Zellen mit Sauerstoff scheint hierbei den positiven Effekt auf die Fatigue zu haben.

•Du kannst diese Einheit im Stehen oder Sitzen machen oder eine Mischung aus beidem. Wenn du sitzt benutze bitte einen feststehenden Stuhl oder Hocker. Ich gebe dir immer wieder Hinweise, um das Training auch ganz einfach an deine persönlichen Bedürfnisse anzupassen. Du kannst somit bei allen Übungen z.B. die Beinbewegung einfach weglassen oder sie entsprechend im Sitzen mitmachen. Das gleiche gilt für die Arme. Versuche aber mindestens 10 Minuten durchzuhalten bevor du eine kleine Pause einlegst.

Los geht's! Ich wünsche dir viel Spaß!



Feedback zum Bewegungsvideo 2

Hinterlasse uns gerne dein Feedback zum Bewegungsvideo! Konntest du gut teilnehmen? Haben dir die Übungen gefallen?

Das Feedback erfolgt natürlich anonym!

Zurück zur Übersicht

Hier kommt man
immer wieder zur
Startseite zurück

Hier kommt man
zur Übersicht der
Kurse, in denen
man einge-
schrieben ist.



Bewegungsvideos / Bewegungsvideo 2: Lockeres Ausdauertraining gegen Fatigue

Bewegungsvideo 2: Lockeres Ausdauertraining gegen Fatigue

Wichtige Informationen vorab

Trainingsmaterial: kein Material nötig, evtl. feststehender Stuhl oder Hocker

Trainingsposition: Im Sitzen oder Stehen

Lockeres Ausdauertraining bei Fatigue

Das Thema dieser Einheit ist:

Lockeres Ausdauertraining gegen Fatigue

- In diesem Video setzen wir den Fokus auf das Training der Ausdauer, denn Studien zeigen positive Auswirkungen von Ausdauertraining auf Fatigue, um die Erschöpfung hinauszuzögern. Eine verbesserte Versorgung der Zellen mit Sauerstoff scheint hierbei den positiven Effekt auf die Fatigue zu haben.
- Du kannst diese Einheit im Stehen oder Sitzen machen oder eine Mischung aus beidem. Wenn du sitzt benutze bitte einen feststehenden Stuhl oder Hocker. Ich gebe dir immer wieder Hinweise, um das Training auch ganz einfach an deine persönlichen Bedürfnisse anzupassen. Du kannst somit bei allen Übungen z.B. die Beinbewegung einfach weglassen oder sie entsprechend im Sitzen mitmachen. Das gleiche gilt für die Arme. Versuche aber mindestens 10 Minuten durchzuhalten bevor du eine kleine Pause einlegst.

Los geht's! Ich wünsche dir viel Spaß!

Feedback zum Bewegungsvideo 2

Hinterlasse uns gerne dein Feedback zum Bewegungsvideo! Konntest du gut teilnehmen? Haben dir die Übungen gefallen?

Das Feedback erfolgt natürlich anonym!



Wir bedanken uns für das Interesse und wünschen viel Spaß auf unserem neuen

„Campus der DMSG Hessen“

Das Team der DMSG Hessen e.V.