

FlexMax

Das Zeichenwerkzeug für stilisierte Körperstellungen

Version 2

Neu in Version 2	2
Übersicht	2
Installation und Inbetriebnahme	3
Das Zeichenwerkzeug	4
Übersicht	4
Körperstellung bearbeiten	5
Weitere Objekte hinzufügen	8
Einstellungen für das ganze Stellungsbild	11
Stellungsbilder verwenden und verwalten	11
Werkzeugansicht einrichten	13
Einstellungen	13
Menübefehle	15
Das Montagewerkzeug	19
Übersicht	19
Folge bearbeiten	20
Folgen verwenden und verwalten	22
Werkzeugansicht einrichten	23
Einstellungen	23
Menübefehle	24
Das Datenbankwerkzeug	25
Übersicht	25
Objekte in der Datenbank finden	26
Objekte aus der Datenbank verwenden	27
Objekte in der Datenbank bearbeiten	27
Datenbankansicht einrichten	28
Datenbanken verwalten	28
Menübefehle	32
Die Beispiel-Datenbank	33

Neu in Version 2

Hinweis: Bilder und Bildfolgen, die mit FlexMax Version 1 erstellt wurden, können mit FlexMax Version 2 weiterbearbeitet werden. Das Umgekehrte ist jedoch nicht der Fall.

Farben

Für Figuren und andere Objekte kann [Linienfarbe und Füllfarbe](#) eingestellt werden.

Hüften

FlexMax hat [Hüften](#) bekommen und ist dadurch noch flexibler geworden. Die Hüften können entweder unabhängig voneinander bewegt oder fest miteinander verbunden werden.

Linien und Pfeile

[Linien](#) können nun in beliebige Richtungen verlaufen. Linien können gerade oder gekrümmt sein. Linien können mit einer oder zwei Pfeilspitzen versehen werden.

Datenbankexport / Import

Sie können beliebige Teile Ihrer Datenbank als separate Datenbank [exportieren](#). Und Sie können andere FlexMax-Datenbanken in Ihre Datenbank [importieren](#).

Durch diese beiden Funktionen wird der Austausch von FlexMax Datenbeständen zwischen verschiedenen Benutzern erleichtert.

Verbessertes Grafikformat für Bildfolgen

Das Montagewerkzeug wurde auf eine neue technische Grundlage gestellt. Dies führt zu einer verbesserten grafischen Qualität der Bildfolgen.

Datenbankeinträge in Textfeldern

Ein Textfeld kann [mit einem Datenbankfeld verbunden](#) werden. Dies kann bei intensiver Nutzung des Datenbankschemas nützlich sein.

Verbesserungen der Benutzeroberfläche

- [Startbild einstellbar](#)
- Registerblätter für Objekt- und Bildeigenschaften
- Objektbefehle in einem neuen [Objektmenü](#) zusammengefasst (Spiegeln, nach vorn, nach hinten, ...)
- Gleichzeitiges Bearbeiten mehrerer Objekte durch [Mehrfachselektion](#)

Hinweis: Wenn Sie FlexMax Version 1 gewöhnt sind und auf die Nutzung der neuen Features **Farbe** und **Hüften** anfangs lieber verzichten möchten, wählen Sie im Menü von FlexMax **Anzeigen** → **Einstellungen** → **Zeichenwerkzeug**, stellen Sie den Farbmodus auf **Graustufen** und das Startbild auf **Standard aus Version 1**. Dann fühlt das Arbeiten mit FlexMax Version sich genau so an wie das Arbeiten mit Version 1.

Übersicht

FlexMax ist:

- Ein Zeichenwerkzeug für Körperstellungen
- Ein Montagewerkzeug für Folgen von Körperstellungen
- Ein Datenbankwerkzeug für Körperstellungen und Folgen von Körperstellungen

- Eine Beispiel-Datenbank mit vorgefertigten Stellungen aus dem Hatha-Yoga

Das **Zeichenwerkzeug** startet immer mit einer bereits fertigen Figur. Sie müssen nur die Lage der verschiedenen Körperteile verändern, um eine von Ihnen gewünschte Stellung zu erreichen. Das Ergebnis Ihrer Arbeit können Sie durch Kopieren und Einfügen in Ihren Dokumenten (z.B. Microsoft Word) verwenden. Und Sie können es für spätere Verwendung in der Datenbank speichern.

Das **Montagewerkzeug** erlaubt Ihnen, mehrere Stellungen zu einer Folge zu verbinden. Auch eine solche Folge können Sie in Ihren Dokumenten verwenden und in der Datenbank speichern.

Das **Datenbankwerkzeug** dient zum Speichern und Wiederfinden von Körperstellungen und Folgen von Körperstellungen. Beim Speichern vergeben Sie für Ihre Objekte einen Namen und vielleicht weitere Attribute, anhand derer Sie die Objekte später leicht wiederfinden können. Welche Attribute und Attributwerte Sie verwenden möchten, können Sie selbst festlegen. Sie können entweder die mitgelieferte Beispiel-Datenbank nutzen und selbst weiter füllen, oder Sie können eigene Datenbanken anlegen.

Die mitgelieferte **Beispiel-Datenbank** enthält eine Reihe vorgefertigter Stellungen und Stellungsfolgen aus dem Hatha-Yoga. Sie können diese direkt in Ihren Dokumenten verwenden, oder Sie können sie mit dem Zeichenwerkzeug und dem Montagewerkzeug verändern und dann verwenden.

Installation und Inbetriebnahme

Wenn Sie FlexMax als CD erworben haben, legen Sie diese ein und warten Sie einen Moment, die Installation beginnt automatisch. Sollte das aus irgend einem Grund nicht funktionieren, öffnen Sie die CD mit dem Windows-Explorer und starten Sie die Datei FlexMaxV2.msi.

Wenn Sie FlexMax über das Internet heruntergeladen haben, starten Sie **FlexMaxV2.msi** von dort, wo Sie es gespeichert haben.

Folgen Sie den Anweisungen des Installationsprogramms.

Das Installationsprogramm fügt Ihrem Startmenü eine Gruppe **FlexMax** hinzu. Dieses enthält die folgenden Einträge:

- **FlexMax.** Mit diesem Eintrag starten Sie das Zeichenwerkzeug.
- **Datenbank.** Mit diesem Eintrag starten Sie das Datenbankwerkzeug.
- **Hilfe.** Mit diesem Eintrag starten Sie die Online-Hilfe von FlexMax.

Wenn Sie noch keine FlexMax Lizenz erworben haben, dürfen Sie FlexMax für eine Evaluierungsperiode von 60 Tagen uneingeschränkt benutzen. Beim Starten von FlexMax werden Sie durch ein Dialogfenster auf diesen Sachverhalt hingewiesen. Klicken Sie in diesem Dialogfenster auf **FlexMax starten**.

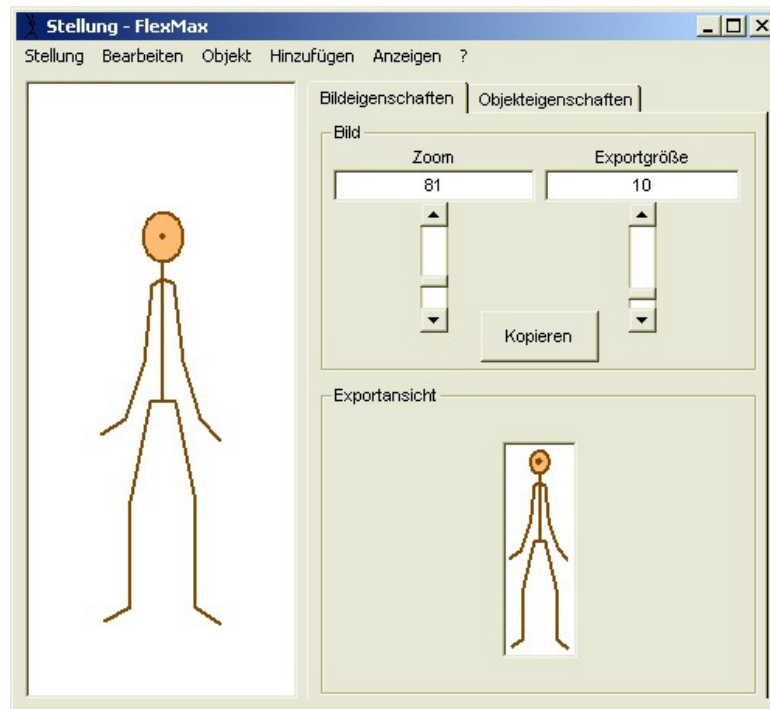
Wenn Sie FlexMax käuflich erwerben, so erhalten Sie einen 10-stelligen Lizenzschlüssel. Wenn Sie FlexMax per Download erwerben, so wird der Lizenzschlüssel Ihnen per E-Mail zugeschickt. Wenn Sie FlexMax als CD erwerben, so finden Sie den Lizenzschlüssel entweder auf der Rückseite des Büchleins in der Hartplastikhülle der CD, oder im Inhalt der CD in der Datei **keyinfo.txt**.

Um den Lizenzschlüssel einzugeben, klicken Sie in dem Dialogfenster, das nach dem Starten von FlexMax erscheint, auf **Lizenzschlüssel eingeben**. Dadurch öffnet sich ein neues Dialogfenster, in welches Sie den Lizenzschlüssel eingeben. Schließen Sie dieses Dialogfenster mit **OK**. Ab diesem Zeitpunkt startet FlexMax direkt, ohne Dialogfenster, und Sie können FlexMax unbegrenzt benutzen.

Haben Sie nach Ablauf von 60 Tagen keinen Lizenzschlüssel eingegeben, so endet die Ablauffähigkeit von FlexMax.

Das Zeichenwerkzeug

Übersicht



Starten Sie das Zeichenwerkzeug, indem Sie aus dem Startmenü auswählen: **Programme – FlexMax – FlexMax**.

Der linke Teil des Fensters zeigt den stilisierten Körper. Hier können Sie einzelne Körperteile anklicken und dann verändern. Die Richtung des angeklickten Körperteils ändern Sie durch Ziehen an dem kleinen Kreis („Anfasser“) am Ende des Körperteils oder durch Drehen am Mausrad. Um den ganzen Körper zu drehen, drehen Sie den Rumpf.

Im rechten Teil des Fensters nehmen Sie Einstellungen vor. Welche Einstellmöglichkeiten hier angeboten werden, hängt davon ab, was im linken Teil angeklickt ist.

Klicken Sie auf den Bildhintergrund, oder auf den Reiter **Bildeigenschaften**, so können Sie rechts die Ansicht größer oder kleiner „zoomen“ oder die Exportgröße für das Bild einstellen. Die Exportansicht rechts unten zeigt Ihnen, wie das Bild aussehen würde, wenn Sie es jetzt in Ihr Dokument übernehmen würden. Mit einem Mausklick können Sie hier das Bild in der Zwischenablage für das Einfügen in Ihr Dokument bereitstellen.

Die Befehle im Menü **Stellung** erlauben Ihnen, Ihr fertiges Bild in der Datenbank zu speichern oder ein Bild aus der Datenbank zur Bearbeitung zu öffnen.

Die Befehle im Menü **Bearbeiten** erlauben Ihnen, das ganze Bild oder die angeklickten Objekte in die Zwischenablage zu kopieren, von wo Sie es in Ihre Dokumente einfügen können.

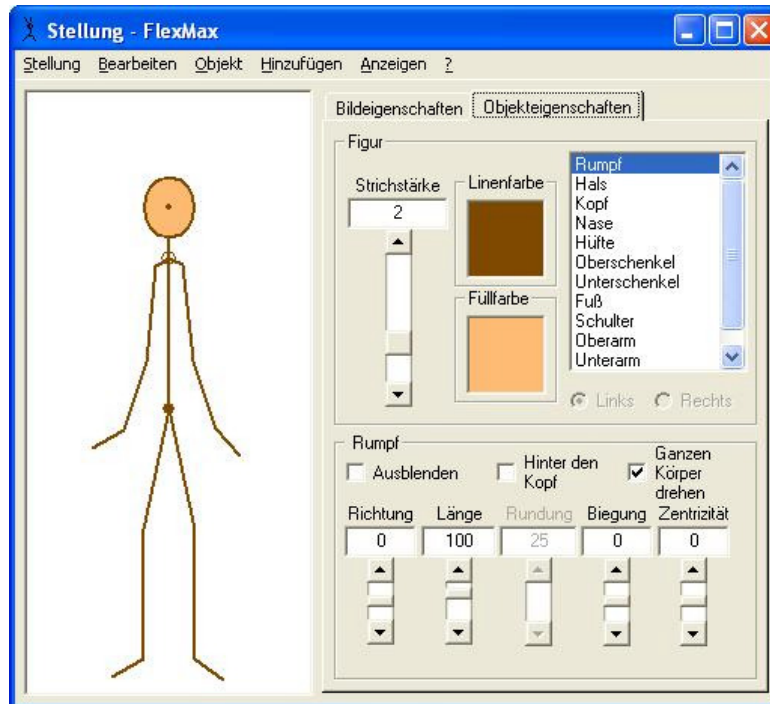
Das Menü **Objekt** ermöglicht u.a. eine ganze Figur zu spiegeln oder, wenn mehrere Objekte vorhanden sind, diese nach vorn bzw. hinten zu bringen.

Das Menü **Hinzufügen** hält weitere Objekte bereit, mit der Sie Ihr Stellungsbild anreichern können. Sie können alle Objekte durch Ziehen mit der Maus bewegen oder verändern.

Das Menü **Anzeigen** ermöglicht Ihnen, die Anzeige der Eigenschaften auszublenden, das Montagewerkzeug für Stellungsfolgen zu öffnen, die Datenbank zu öffnen, und den Einstellungsdialog zu öffnen.

Körperstellung bearbeiten

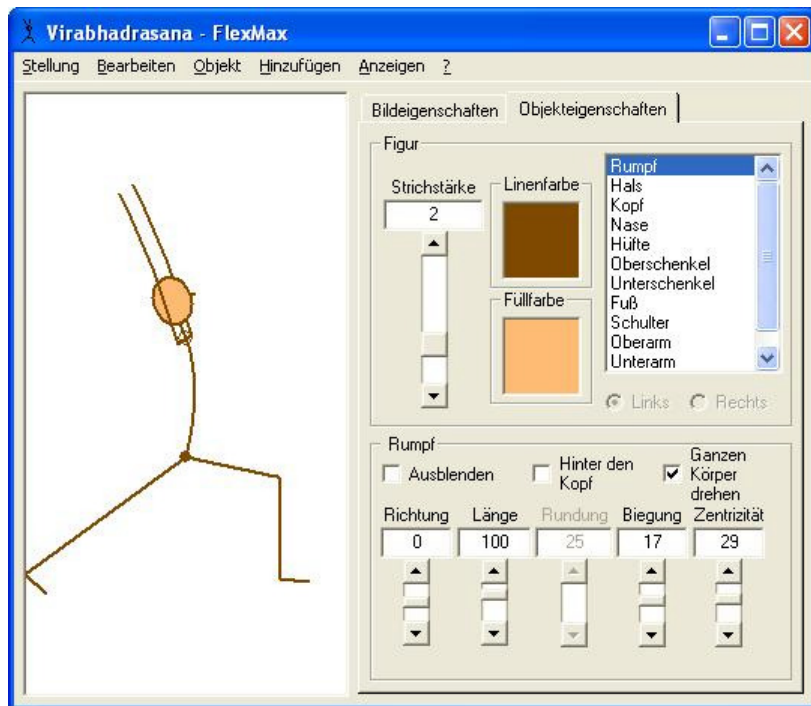
Körperteile direkt verändern



Klicken Sie den Rumpf an, so können Sie mit der Maustaste die Richtung des ganzen Körpers verändern. Achten Sie darauf, dass rechts der Schalter „Ganzen Körper drehen“ ein Häkchen hat. Sollte Ihre Maus kein Rad haben, so zeigen Sie mit der Maus auf den „Anfasser“ am oberen Ende des angeklickten Rumpfs, drücken Sie die linke Maustaste, halten Sie sie gedrückt, und bewegen Sie die Maus. Die ganze Figur dreht sich.

Klicken Sie einen anderen Körperteil an, so können Sie dessen Stellung ebenso verändern, indem Sie das Mausexplorer drehen oder mit der Maus auf den „Anfasser“ am Ende des Körperteils zeigen, die linke Maustaste drücken und gedrückt halten und dann die Maus bewegen.

Die Gestalt des Mauszeigers zeigt Ihnen an, in was für einem Bereich er sich befindet. Normalerweise ist der Mauszeiger ein schräger Pfeil . Wenn der Mauszeiger über einem Körperteil ist, wird er zu einer Hand ; dies zeigt an, dass Sie Körperteile anklicken können. Ist der Mauszeiger über einem angeklickten Körperteil, so wird er zu einem ; dies zeigt an, dass Sie an dieser Stelle den ganzen Körper bewegen können. Ist der Mauszeiger über einem „Anfasser“, so wird er zu einem nach oben gerichteten Pfeil ; dies zeigt an, dass Sie an dieser Stelle den Körperteil drehen können.



Jeder Körperteil kann nicht nur in seiner Ausrichtung, sondern auch in seiner Länge verändert werden. Darüber hinaus kann der Rumpf gebogen werden, Knie und Ellbogen können gerundet werden. Diese und weiteren Einstellungen werden im rechten Fensterteil vorgenommen.

Einstellungen für die ganze Figur vornehmen

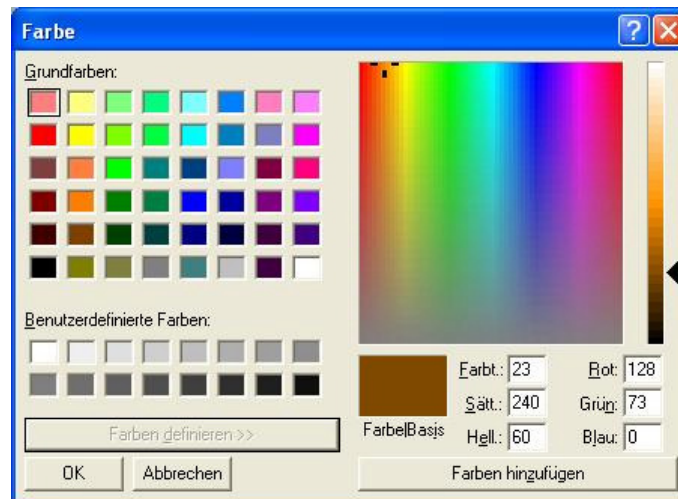
Klicken Sie irgend einen Körperteil an. Im rechten Fensterteil wird nun der Rahmen **Figur** angezeigt.

Im linken Teil des Rahmens **Figur** können Sie die **Strichstärke** für den ganzen Körper einstellen. Bedienen Sie dazu den Schieberegler mit der Maus oder geben Sie einen Wert in das zugehörige Textfeld ein. Die Strichstärke kann zwischen 1 und 5 Pixel eingestellt werden.

Rechts davon befinden sich die Schaltfelder **Linienfarbe** und **Füllfarbe**. Die Linienfarbe bezieht sich auf die ganze Figur, die Füllfarbe bezieht sich auf die Fläche des Kopfes. Klicken Sie eines dieser beiden Felder an, so erscheint der Farbdialog, in dem Sie eine Farbe auswählen oder definieren können.



Um eine der angebotenen Grundfarben zu verwenden, klicken Sie mit der Maus darauf und beenden Sie den Dialog mit **OK**. Wenn Sie eine andere Farbe möchten, klicken Sie auf 'Farben definieren'; dann erweitert sich das Dialogfenster um den Farbdefinitionsteil.



Stellen Sie durch Anklicken des Farbfeldes und des Helligkeitsreglers die gewünschte Farbe ein und klicken Sie auf **Farben hinzufügen**. Die neue Farbe wird dann im linken Fensterteil in die Liste **Benutzerdefinierte Farben** aufgenommen.

Hinweis: Die Liste der benutzerdefinierten Farben bleibt erhalten, so lange FlexMax läuft. Sie können diese Liste benutzen, um Farben von einem Objekt auf ein anderes zu übertragen. Nach dem Öffnen des Dialogs ist im rechten Fensterteil die Farbe des Schaltfeldes eingestellt, von dem aus Sie den Dialog geöffnet haben (also die Linienfarbe oder Füllfarbe des markierten Objekts). Durch Anklicken von **Farben hinzufügen** kann diese Farbe den **Benutzerdefinierten Farben** hinzugefügt werden, so dass sie später für andere Objekte zur Verfügung steht.

Wollen Sie mehrere benutzerdefinierte Farben verwenden, so müssen Sie den Eingabefokus (das gepunktete Rechteck) zu dem Feld bewegen, in welches die Farbe gespeichert werden soll, bevor Sie **Farben hinzufügen** anklicken. Den Eingabefokus bewegen Sie mit der Tab-Taste zur Gruppe **Benutzerdefinierte Farben**, und dann mit den Pfeiltasten zum gewünschten Feld.

Weitere Einstellmöglichkeiten für die ganze Figur finden Sie im Menü **Objekt**. Dort können Sie unter anderem die ganze Figur spiegeln.

Einstellungen für einen einzelnen Körperteil vornehmen

Im rechten Teil des Rahmens **Figur** befindet sich eine Liste aller Körperteile. In dieser Liste wird angezeigt, welcher Körperteil gerade ausgewählt ist. Sie können durch Anklicken dieser Liste, bzw. durch Anklicken eines der Schaltfelder **Links** und **Rechts**, die Auswahl ändern. Dies ist nützlich, wenn das direkte Anklicken eines Körperteils schwierig ist, oder wenn einzelne Körperteile ausgeblendet wurden.

Ist ein Körperteil angeklickt, so erscheint im rechten unteren Fensterteil ein Rahmen, dessen Aufschrift den angeklickten Körperteil anzeigt. Die Eigenschaften dieses Körperteils können nun durch die Schalter und Regler in dem Rahmen eingestellt werden. Sie können die Regler direkt mit der Maus bedienen oder durch Eingabe eines Zahlenwerts in das zugeordnete Textfeld. Die Einstellung **Richtung** kann auch durch direkte Manipulation mit der Maus erfolgen (siehe [Körperteile direkt verändern](#)).

Einstellungen für einen einzelnen Körperteil

- **Richtung:** die Richtung des Körperteils, relativ zu dem Teil an dem er hängt, gemessen in der Minuteneinteilung des Zifferblatts. Z. B. bedeutet für den Unterarm die Richtung 15, dass er in einem rechten Winkel zum Oberarm steht. Die Richtung des Rumpfs ist absolut zu verstehen.
Bei einer Richtungsänderung bewegen sich alle an einem Teil hängenden Körperteile mit. Mit dem Rumpf bewegen sich alle Körperteile mit.
- **Länge:** Die Länge eines Körperteils wird in % der Standardlänge gemessen. Wie man die Standardlängen der Körperteile verändert, lesen Sie unter [Körpermaße](#).
- **Ausblenden:** Schalten Sie diesen Schalter ein, wenn ein Körperteil unsichtbar sein soll.
- **Hinter den Kopf:** Dieser Schalter bewirkt, dass der Körperteil ggf. vom Kopf verdeckt wird.

- **Ganzen Körper drehen:** Dieser Schalter im Rahmen **Rumpf** bewirkt, dass bei einer Drehung des Rumpfs die Beine mitbewegt werden, also die ganze Figur gedreht wird. Ist dieser Schalter ausgeschaltet, so bleiben die Beine stehen, während der Rumpf gedreht wird.
- **Hüften verbinden:** Dieser Schalter im Rahmen **Hüften** bewirkt, dass die linke und die rechte Hüfte für die Drehung fest verbunden werden.

Beugung des Rumpfs

Hierfür dienen die Schieberegler **Beugung** und **Exzentrizität**, die im Rahmen **Rumpf** angezeigt werden.

- **Beugung** steuert das Ausmaß der Beugung, die Werte liegen zwischen 100 und -100. Positive Werte bedeuten Rückbeugung, negative Vorbeugung.
- Der Regler **Zentrizität** steuert, ob die Beugung mehr im oberen oder unteren Rumpfbereich stattfindet, die Werte liegen zwischen 100 und -100. Bei positiven Werten ist die Beugung mehr im Brust- und Schulterbereich, bei negativen mehr im Bauch- und Beckenbereich.

Rundung der Gelenke

Knie und Ellenbogen können gerundet werden. Die Rundung des Knies wird am Unterschenkel eingestellt, die Rundung des Ellenbogens am Unterarm. Der Schieberegler läßt Werte zwischen 0 und 25 zu. Der Zahlenwert gibt den Rundungsradius an, gemessen in Prozent der Länge des Oberschenkels bzw. Oberarms.

Der Kopf

Für den Kopf kann mit dem Regler **Exzentrizität** das Ausmaß der Eiförmigkeit eingestellt werden. Der Zahlenwert gibt das Verhältnis von Höhe zu Breite in Prozent an.

Die Hüften

Beide Hüften können gemeinsam bewegt werden. Dazu dient der Schalter **Hüften verbinden**.

Die Nase

Die Nase kennt nur drei Richtungen: 15, 0, -15. 15 heißt rechts, -15 heißt links, 0 heißt, dass die Nase als Punkt in der Mitte des Gesichts dargestellt ist.

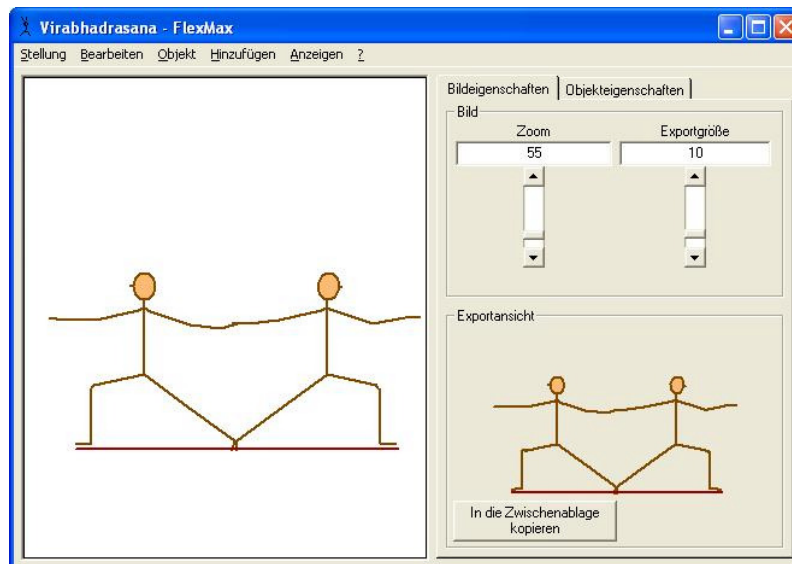
Weitere Objekte hinzufügen

Das Menü **Hinzufügen** ermöglicht Ihnen, zu einer Figur weitere Objekte hinzuzufügen. Die Eigenschaften eines Objekts werden stets, wenn es angeklickt ist, im rechten Fensterteil zur Einstellung angeboten. Um ein Objekt zu bewegen, klicken Sie es zunächst an, und ziehen Sie es dann mit der linken Maustaste an den gewünschten Ort. Einige Objekte weisen „Anfasser“ auf, mit denen sie in ihrer Größe und Form verändert werden können.

Wenn Sie in Ihrem Bild mehrere Objekte haben, können Sie auch mehrere Objekte zugleich markieren. Zu diesem Zweck klicken Sie sie nacheinander bei gedrückter **Strg**-Taste an. Sie können dann alle angeklickten Objekte gemeinsam bewegen. Außerdem können Sie die Eigenschaften Strichstärke, Linienfarbe und Füllfarbe für alle markierten Objekte gleichzeitig einstellen.

Figur

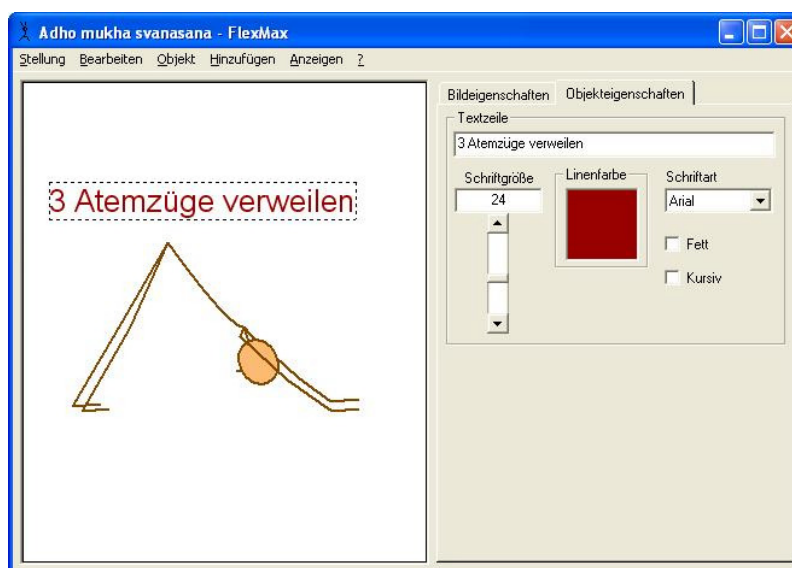
Sie können zwei oder mehr Figuren in ein Bild bringen. Auf diese Weise lassen sich z.B. Partnerübungen darstellen.



Textzeile

Die Textzeile ermöglicht das Hinzufügen kurzer Kommentare, z.B. Stellungsnamen oder Atemanweisungen.

Wählen Sie im Menü **Hinzufügen** den Eintrag **Textzeile** aus. Geben Sie in das Textfeld im Rahmen **Textzeile** den gewünschten Text ein.



Der Rahmen **Textzeile** ermöglicht auch die Angabe der gewünschten Schrifteigenschaften. Der Zahlenwert für die Schriftgröße bezieht sich auf die Schrifthöhe, gemessen in Prozent der Hälfte der längeren Seite des Zeichenbereichs bei Zoom 100%. Hier sind Werte zwischen 4 und 50 möglich.

Es gibt auch die Möglichkeit, den Text für die Textzeile aus einer der Datenbankspalten zu entnehmen. Um dies zu erreichen geben Sie als Text den Namen der Datenbankspalte in eckigen Klammern ein. Wenn Sie z.B. als Text eintragen: [Name], dann wird nicht „[Name]“ ausgegeben, sondern z.B. „Virbadrasana“.

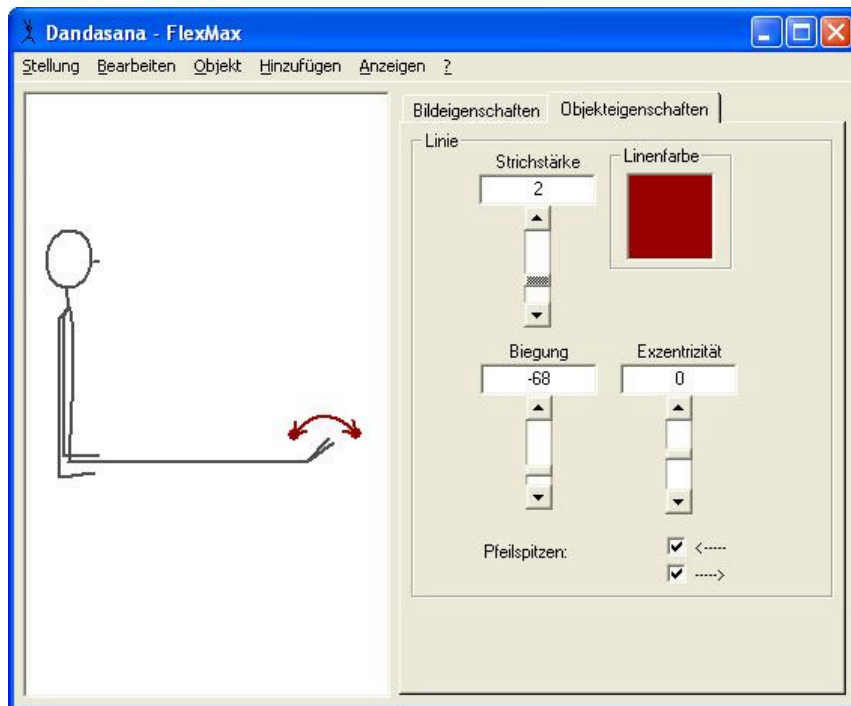
Linien und Pfeile

Wählen Sie im Menü **Hinzufügen** den Eintrag **Linie** aus.

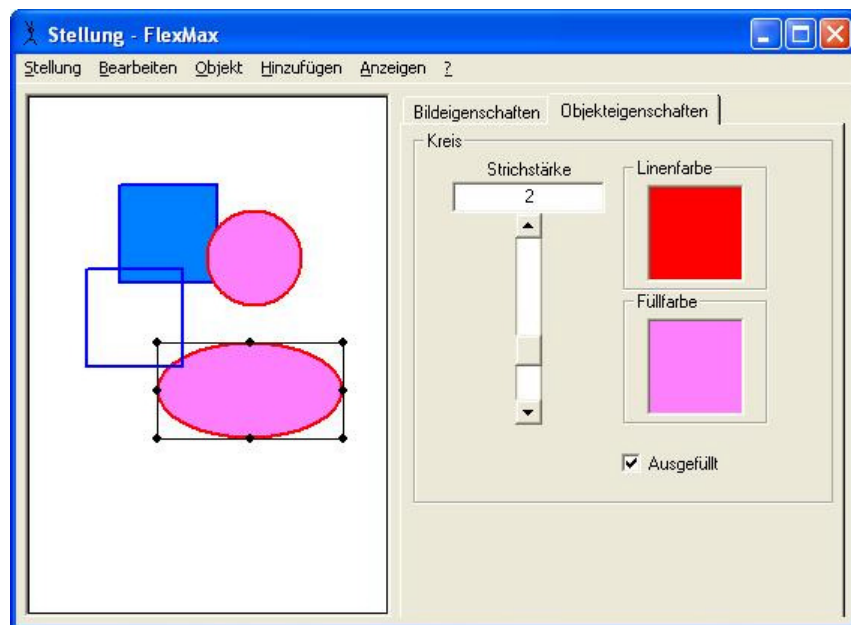
Linien können beliebig positioniert und gedreht werden. Um eine Linie zu drehen, markieren Sie sie, führen Sie dann den Mauszeiger zu einem der „Anfasser“ am Linienende, drücken Sie die linke Maustaste und ziehen Sie bei gedrückter Maustaste den Anfasser zur gewünschten Stelle.

Linien können gerade oder gebogen sein. Die Biegung einer Linie lässt sich mit dem Schieberegler **Biegung** einstellen. Mit dem Regler **Exzentrizität** können Sie die Biegung noch genauer beeinflussen, ähnlich wie beim Rücken der Figur.

Linien können mit einer oder zwei Pfeilspitzen versehen werden. Schalten Sie entsprechend die Schalter unter **Pfeilspitzen** ein oder aus.



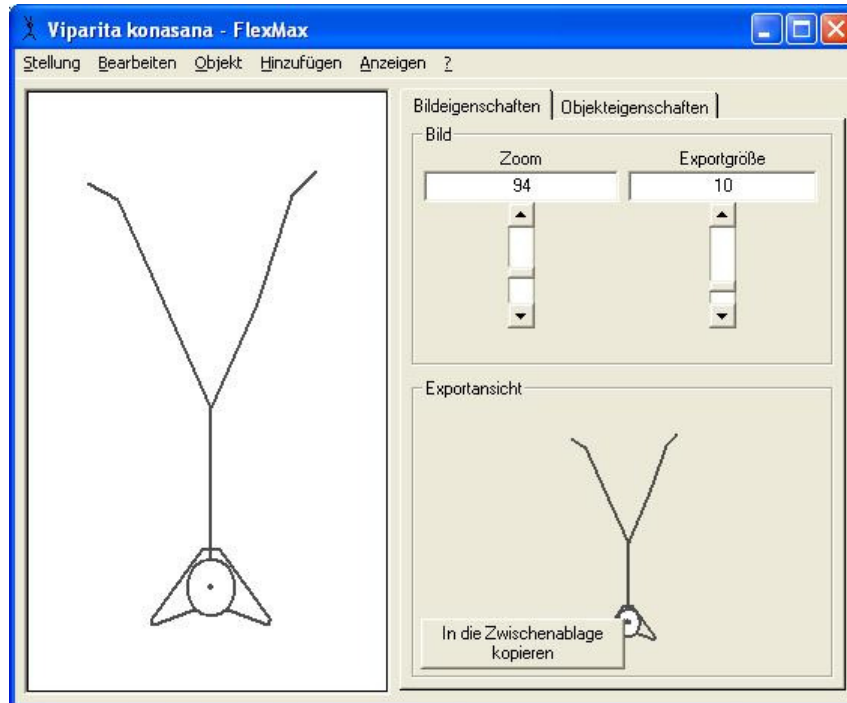
Rechtecke, Kreise, Ellipsen



Die Hilfsobjekte **Rechteck** und **Kreis** können Sie benutzen, um Ihre Darstellungen anzureichern. Ist ein Hilfsobjekt angeklickt, so können Sie durch Ziehen an den „Anfassern“ die Größe und Form verändern. Benutzen Sie die Schieberegler im rechten Fensterteil, um Strichstärke, Linien- und Füllfarbe einzustellen. Über den Schalter **Ausgefüllt** können Sie einstellen, ob es ausgefüllt oder nur als Rahmen gezeichnet werden soll.

Einstellungen für das ganze Stellungsbild

Klicken Sie im rechten Fensterteil des Zeichenwerkzeugs auf das Register **Bildeigenschaften**, so können Sie Einstellungen für das Bild als Ganzes vornehmen. In diesem Register wird auch die Exportansicht angezeigt, also das Bild, wie es nach der Übernahme in ein Dokument aussehen würde, und Sie können mit einem Mausklick das ganze Bild in die Zwischenablage kopieren, von wo sie es in Ihr Dokument einfügen können.



Das Register Bildeigenschaften erscheint auch automatisch, wenn Sie mit der Maus auf den Bildhintergrund klicken.

Zoom einstellen

Die Zoom-Einstellung beeinflusst die Größe der Darstellung im Zeichenwerkzeug und dient nur der Bequemlichkeit beim Erstellen des Bildes. Diese Einstellung wirkt sich nicht aus, wenn sie Ihr Bild in ein Dokument übernehmen oder wenn Sie es speichern.

Exportgröße einstellen

Die Exportgröße bestimmt die Größe bei der Übergabe des Bildes aus dem Zeichenwerkzeug: in ein Dokument, zum Speichern, oder in das Montagewerkzeug. Die Exportansicht zeigt Ihnen insbesondere, wie groß Ihr Bild nach der Übergabe wird. Die Zahlenwert der Exportgröße gibt die Länge des Rumpfs in Millimetern an.

Grundsätzlich können Sie die Größe des Bildes auch nach dem Export noch verändern, z.B. indem Sie mit der Maus an einem der 8 „Anfasser“ ziehen. Dabei werden jedoch alle Eigenschaften des Bildes verändert, also auch Strichstärke und Schriftgröße. Die Veränderung der Exportgröße lässt dagegen Strichstärke und Schriftgröße unverändert.

Stellungsbilder verwenden und verwalten

Stellungsbild in Dokument übernehmen

Klicken Sie auf den das Register **Bildeigenschaften** und dann auf das Schaltfeld **In die Zwischenablage kopieren** im Rahmen **Exportansicht**.

Oder:

Wählen Sie im Menü **Bearbeiten** den Eintrag **Alles kopieren**.

Beide Wege führen zum gleichen Ergebnis: Ihr Bild wird in die Windows Zwischenablage kopiert, von wo Sie es in Ihr Dokument einfügen können. Einzelheiten zum Einfügen aus der Zwischenablage entnehmen Sie bitte der Benutzerdokumentation Ihres Textbearbeitungsprogramms.

Alternativ dazu können Sie auch Ihr Bild in eine Datei [exportieren](#) und dann diese Datei als Grafik in Ihr Dokument einfügen. Einzelheiten zum Einfügen einer Grafik aus einer Datei entnehmen Sie bitte der Benutzerdokumentation Ihres Textbearbeitungsprogramms.

Hinweis: FlexMax erzeugt seine Bilder im Format **Erweiterte Metadatei** (.emf). Einige Anwendungen führen jedoch eine implizite Umwandlung in das schwächere Format **Windows Metadatei** (.wmf) durch, was mit einem Qualitätsverlust bei der Darstellung von Kopf und Rumpf verbunden ist.

Ältere Versionen von Microsoft Word z.B. (vor Office XP) führen diese Umwandlung durch, wenn Sie den Befehl **Einfügen** aus dem Menü **Bearbeiten** wählen. Die Umwandlung lässt sich jedoch vermeiden, indem Sie statt dessen den Befehl **Inhalte einfügen** wählen und in dem darauffolgenden Dialogfenster den Eintrag **Erweiterte Metadatei** auswählen.

Stellungsbild in der Datenbank speichern

Wählen Sie im Menü **Stellung** den Eintrag **Speichern unter...** . Es öffnet sich folgendes Fenster.

Name	Variante	Tradition
Übung 5		(Keine Angabe)

Datenbankinhalt anzeigen OK Abbrechen

Tragen Sie im Feld **Name** einen Namen ein, der das Bild kennzeichnet.

Wenn Ihre Datenbank ein erweitertes Schema hat, können Sie außer dem Namen noch weitere Eigenschaften vergeben, so dass Sie das Bild später leichter wiederfinden können. Vgl. dazu [Attributschema bearbeiten](#).

Schließen Sie das Fenster mit **OK**.

Das Schaltfeld **Datenbankinhalt anzeigen** kann nützlich sein, wenn Sie bei der Namensvergabe den bereits existierenden Inhalt der Datenbank einsehen möchten, etwa um den neuen Namen mit anderen Namen abzugleichen. Zur Bedienung der Datenbank vgl. [Das Datenbankwerkzeug](#)

Hinweis: Sie müssen nicht zwingend einen Namen vergeben, und Sie können einen Namen auch mehrmals vergeben. Das ist hier anders als etwa im Windows-Dateisystem, wo jede Datei einen Namen haben muss und in einem Ordner ein Name nur einmal vorkommen darf.

Stellungsbild aus der Datenbank holen

Wählen Sie im Menü **Stellung** den Eintrag **Öffnen...** . Es öffnet sich folgendes Fenster:

68	Name /	Variante	Position
Auswahl:			(Alle)
	Adho mukha svanasana		auf 4 Füßen
	Akuncanasana		Umkehrhaltu
	Apanasana		Rückenlage
	Ardha matsyendrasana		Sitzend
	Ardha salabhasana		Bauchlage
	Ardha utkatasana		Stehend
	Ardha uttanasana		Stehend
	Baddha konasana		Sitzend
	Bhujangasana		Bauchlage
	Bhujangasana		Stehend

OK Abbrechen

Wählen Sie das gewünschte Stellungsbild aus und bestätigen Sie mit **OK**.

Oder: Doppelklicken Sie auf das gewünschte Stellungsbild.

Zum Auffinden von Objekten in der Datenbank siehe [Objekte in der Datenbank finden](#).

Stellungsbild als Datei exportieren

Sie können ein Stellungsbild als Datei im Format **Erweiterte Metadatei (.emf)** speichern, etwa um es per E-Mail zu verschicken oder um es auf einer Web-Seite anzuzeigen.

Wählen Sie dazu aus dem Menü **Stellung** den Eintrag **Exportieren als Datei ...** und bestimmen Sie in dem darauf folgenden Dialogfenster den gewünschten Ordner und Dateinamen.

Stellungsbild aus Datei importieren

Ein FlexMax Stellungsbild, das als **Erweiterte Metadatei** exportiert wurde, können Sie in das Zeichenwerkzeug importieren und dort bearbeiten. Wählen Sie dazu aus dem Menü **Stellung** den Eintrag **Importieren aus Datei ...**, navigieren Sie in dem darauf folgenden Dialogfenster zu dem Ordner, wo die Datei sich befindet, und wählen Sie sie aus.

Stellungsbild aus Dokument übernehmen

Sie können ein Stellungsbild, das Sie in ein Dokument übernommen haben, von dort auch wieder in das Zeichenwerkzeug zurückübertragen, um es weiterzubearbeiten.

Klicken Sie dazu in Ihrem Dokument das Stellungsbild an und wählen Sie in Ihrem Dokument den Befehl **Kopieren**.

Wechseln Sie dann zum Zeichenwerkzeug und wählen Sie aus dem Menü **Bearbeiten** (oder aus dem **Kontextmenü**, das Sie mit der rechten Maustaste im Zeichenbereich öffnen) den Eintrag **Einfügen**.

Beachten Sie, dass durch das Einfügen der vorherige Inhalt des Zeichenwerkzeugs nicht gelöscht wird. Es ist also vielleicht eine gute Idee, vor dem Einfügen den Inhalt des Zeichenwerkzeugs zu [löschen](#).

Werkzeugansicht einrichten

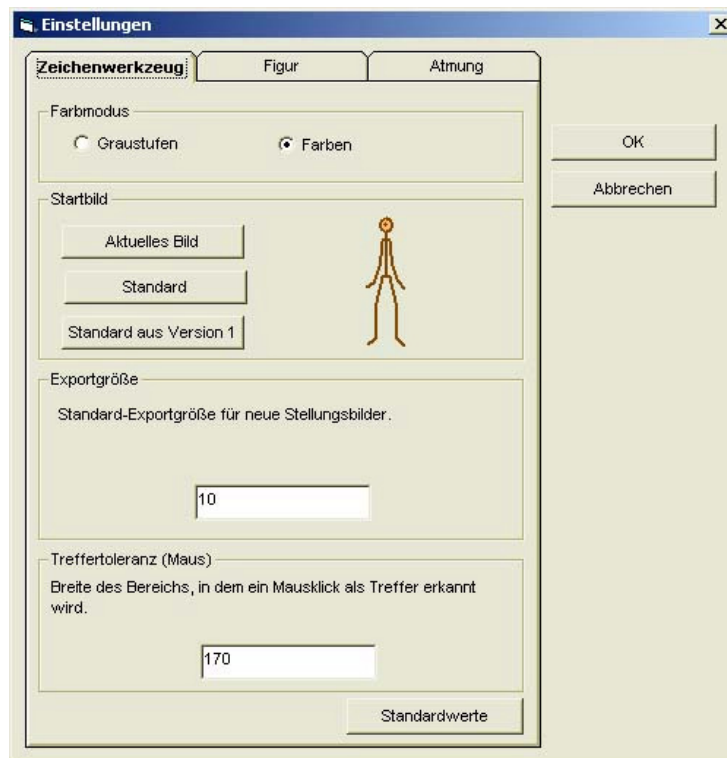
Die Größe des Werkzeugfensters ändern Sie durch Ziehen an einem Rand oder einer Ecke des Fensters. Die Größe des Stellungsbildes passt sich der Größe des Werkzeugfensters an.

Um die Einstellmöglichkeiten für Eigenschaften einzublenden, wählen Sie im Menü **Ansicht** den Befehl **Eigenschaften**.

Die Ansichtgröße des ganzen Bildinhalts stellen Sie mit dem Schieberegler **Zoom** im Register **Bildeigenschaften** ein. Diese Einstellung hat keine Auswirkung auf die Größe des Bildes nach dem Kopieren in ein Dokument oder in das Montagewerkzeug.

Einstellungen

Öffnen Sie das Einstellungsfenster, indem Sie im Menü **Ansicht** den Eintrag **Einstellungen** wählen.



Einstellungen zum Zeichenwerkzeug

Farbmodus wählen

Wenn Sie FlexMax nicht mit Farben verwenden wollen, können Sie hier den Modus **Graustufen** einstellen. Im Zeichenwerkzeug können dann keine Farben eingestellt werden, sondern nur Graustufen.

Hinweis: Wenn Sie ein farbiges FlexMax-Bild im Graustufen-Modus bearbeiten, so gehen die Farbeigenschaften verloren.

Startbild einstellen

Das Startbild ist das Bild, mit dem FlexMax startet. Klicken Sie auf **Aktuelles Bild**, um das Bild, das sich gerade im Zeichenwerkzeug befindet, zum Startbild zu machen. Klicken Sie auf **Standard**, so startet FlexMax stets mit der Standardfigur.

Wenn Sie auf **Standard aus Version 1** klicken, startet FlexMax mit der Standardfigur aus Version 1, die keine Farben und keine Hüften hat. Ausgehend von diesem Bild fühlt sich das Arbeiten mit Version 1, ähnlich an wie bei Version 1. Trotzdem können Sie auch mit dieser Startfigur Farben verwenden, und Sie können auch die Hüften verwenden, indem Sie diese in der Liste der Körperteile anklicken und die Länge von 0 auf 100 (oder einen anderen Wert Ihrer Wahl) setzen.

Exportgröße für Stellungsbilder

Hier können Sie die Standard-[Exportgröße](#) einstellen, die beim Start des Zeichenwerkzeugs mit einem neuen Bild zugrunde gelegt wird. Für jedes Bild können Sie in den Einstellungen für das Bild die Exportgröße individuell festlegen, sie wird mit dem Bild gespeichert.

Treffertoleranz fürs Anklicken

Wenn Sie mit der Maus einen Körperteil anklicken, so wird dies auch dann wirksam, wenn der Körperteil nur ungefähr getroffen ist. Hier können Sie einstellen, wie groß die Toleranz dafür sein soll. Der Standardwert für diese Angabe ist 170. Der Zahlenwert ist eine relative Angabe.

Standardwerte verwenden

Klicken Sie dieses Schaltfeld an, um alle Felder mit den vom Hersteller eingestellten Werten zu füllen.

Einstellungen zur Figur

Körperteil	Standardwert
Rumpf:	50
Hals:	7
Kopf:	10
Nase:	2
Hüfte:	5
Oberschenkel:	41
Unterschenkel:	43
Fuß:	12
Schulter:	5
Oberarm:	32
Unterarm:	24
Hand:	12

Körpermaße

Hier können Sie die Standardwerte für die Länge der einzelnen Körperteile festlegen. Die hier festgelegten Werte werden im Eigenschaftsbereich des betreffenden Körperteils als 100% angezeigt. Menschliche Körper sind höchst unterschiedlich, und die hier gewählten Werte sind ein Ergebnis unserer Forschung und Erfahrung. Ändern Sie sie nur, wenn Sie gute Gründe dafür haben.

Alle bereits bestehenden Bilder bleiben durch diese Einstellung unverändert, die Änderung des Standardwerts wird im Zeichenwerkzeug durch eine Änderung des Prozentwerts ausgeglichen. Beispiel: Wenn Sie ein Bild mit Rumpflänge 100% haben, und wenn Sie dann den Standardwert für die Rumpflänge von 50 auf 60 erhöhen, und dann wird nach dieser Änderung die Rumpflänge dieses Bildes als 83 % angezeigt, die tatsächliche Länge bleibt unverändert. Um die neuen Standardwerte für eine Figur wirksam werden zu lassen, wählen Sie im Menü **Objekt** das Kommando **Alle Gliedmaßen auf Länge 100% setzen**.

Die Maßeinheit für die Standardwerte ist ein Zweihundertstel der längeren Seite des Zeichenbereichs im Zeichenwerkzeug bei Zoom=100. Die absolute Größe hängt von der Exportgröße des Bildes ab. Die Exportgröße gibt an, wie groß ein 100%-Rumpf der Länge 50 im Dokument wird, gemessen in Millimetern.

Standardwerte

Klicken Sie dieses Schaltfeld an, um die vom Hersteller eingestellten Werte zu verwenden.

Einstellungen zur Atmung

Vgl. hierzu [Einstellungen zu den Atemanweisungen](#).

Menübefehle

Stellung

Neu

Löscht das aktuelle Bild und erzeugt ein neues Bild mit der Standardfigur. Die Standardfigur kann im Menü **Objekt** eingestellt werden, wenn eine Figur markiert ist.

Öffnen ...

Öffnet einen Dialog, in dem ein Stellungsbild aus der aktuellen Datenbank ausgewählt werden kann. Um Objekte aus einer anderen Datenbank zu öffnen, siehe [Datenbank wechseln](#).

Speichern

Dieser Eintrag ist aktiv, wenn das angezeigte Objekt aus der Datenbank heraus geöffnet wurde. Der Befehl bewirkt, dass der Eintrag in der Datenbank mit dem aktuellen Stand überschrieben wird.

Speichern unter ...

Der Befehl öffnet einen Dialog, in dem Sie Eigenschaften (z.B. einen Namen) für ein neues Objekt in der Datenbank angeben können. Das Stellungsbild wird dann als neues Objekt mit diesen Eigenschaften in der Datenbank abgelegt.

Exportieren als Datei ...

Der Befehl öffnet einen Dateiauswahldialog, der Ihnen ermöglicht, einen Ordner zu lokalisieren und einen Dateinamen einzugeben, unter dem der gegenwärtige Inhalt des Zeichenwerkzeugs abgespeichert werden soll. Die Dateiendung **.emf** für das Format **Erweiterte Metadatei** wird automatisch angehängt.

Importieren aus Datei ...

Der Befehl öffnet einen Dateiauswahldialog, der Ihnen ermöglicht, eine Datei im Format **Erweiterte Metadatei** im Dateisystem zu lokalisieren und auszuwählen. Wenn es sich um eine von **FlexMax** erzeugte Datei handelt, so wird ihr Inhalt in das Zeichenwerkzeug geladen.

Beenden

Schließt das Zeichenwerkzeug.

Bearbeiten

Hinweis: Wenn auch das Montagewerkzeug (Folgeditor) eingeblendet ist, beziehen die Befehle dieses Menüs sich entweder auf das markierte Objekt im Zeichenwerkzeug oder auf das ausgewählte Objekt im Montagewerkzeug, je nachdem, welches der beiden Fensterteile den Fokus hat. Klicken Sie nacheinander beide Fensterteile an, um zu sehen, wie der Focus wechselt. Die Befehle des Bearbeiten-Menüs sind auch im Kontextmenü (rechte-Maustaste-Menü) des markierten Objekts enthalten.

Rückgängig

Stellt den Zustand vor der letzten Änderung wieder her.

Alles kopieren

Kopiert das ganze Bild in die Zwischenablage. Das Bildformat ist **Erweiterte Metadatei**.

Ausschneiden

Löscht die markierten Objekte und kopiert sie zugleich als ein Bild in die Windows Zwischenablage. Das Bildformat ist **Erweiterte Metadatei**.

Kopieren

Kopiert die angeklickten Objekte als ein Bild in die Windows Zwischenablage. Das Bildformat ist **Erweiterte Metadatei**.

Einfügen

Fügt Objekte aus der Zwischenablage ein, sofern es sich um Objekte handelt, die von FlexMax erzeugt wurden. Sie können z.B. ein FlexMax Stellungsbild in Word kopieren und in FlexMax einfügen, um es dort zu bearbeiten.

Löschen

Löscht die angeklickten Objekte aus dem Bild. Dieser Befehl kann auch durch die Taste **Entf** ausgelöst werden.

Objekt

Die Befehle dieses Menüs beziehen sich auf des jeweils markierte Objekt. Ist kein Objekt markiert, oder sind mehrere Objekte markiert, so sind diese Befehle ausgegraut und stehen nicht zur Verfügung.

Nach vorn

Das markierte Objekt wird nach vorn, vor alle anderen Objekte gebracht.

Nach hinten

Das markierte Objekt wird nach hinten, hinter alle anderen Objekte gebracht.

Hinweis: Um einzelne Körperteile relativ zum Kopf nach vorn oder hinten zu bringen, verwenden Sie den Schalter **Hinter den Kopf** im Rahmen des angeklickten Körperteils.

Dieses Objekt als Vorlage für neue verwenden

Nachdem Sie diesen Befehl ausgewählt haben, wird dieses Objekt immer dann verwendet, wenn Sie ein neues Objekt dieser Art aus dem Menü **Hinzufügen** anfordern.

Standardvorlage verwenden

Nachdem Sie diesen Befehl ausgewählt haben, wird bei **Hinzufügen** wieder das vom Hersteller eingestellte Standardobjekt verwendet.

Spiegeln

Dieser Befehl steht nur zur Verfügung, wenn eine Figur markiert ist. Damit spiegeln Sie die ganze Figur um ihre Längsachse.

Alle Gliedmaßen auf Länge 100% setzen

Dieser Befehl steht nur zur Verfügung, wenn eine Figur markiert ist. Alle Gliedmaßen werden auf ihre Standardlänge 100% eingestellt.

Hinweis: Im Dialog **Einstellungen** kann für jeden Körperteil die Standardlänge verändert werden. Dies wirkt sich auf die Darstellung einzelner Figuren nicht aus. Jedoch ändert sich dadurch der Prozentsatz von der Standardlänge. Mit diesem Befehl können Sie erreichen, dass die neuen Standardlängen an einer konkreten Figur angewendet werden.

Hinzufügen

Dieses Menü erlaubt Ihnen, verschiedene Objekte zum aktuellen Bild hinzuzufügen.

Figur

Fügt eine weitere Figur zum Bild hinzu.

Textzeile

Fügt eine Textzeile zum Bild hinzu. Der Text wird in der oberen Zeile des zugehörigen Eigenschaftsrahmens eingegeben. Die Position der Textzeile verändern Sie direkt mit der Maus.

Im Rahmen **Textzeile** können Sie die gewünschten Schrifteigenschaften einstellen.

Geben Sie als Text den Namen einer Datenbankspalte in eckigen Klammern ein, so wird im Textfeld der Inhalt des entsprechenden Datenbankfeldes ausgegeben.

Linie

Fügt eine Linie ein. Position und Größe verändern Sie direkt mit der Maus. Im Rahmen **Linie** können Sie **Strichstärke** und **Linienfarbe** einstellen. Mit den Reglern **Biegung** und **Exzentrizität** können Sie gebogene Linien zeichnen. Mit den Schaltern **Pfeilspitzen** können Sie die Linie mit einer oder zwei Pfeilspitzen versehen.

Rechteck

Fügt ein Rechteck ein. Position und Größe verändern Sie direkt mit der Maus. Im Rahmen **Rechteck** können Sie **Strichstärke**, **Linienfarbe** und **Füllfarbe** einstellen. Die Füllfarbe ist nur dann wirksam, wenn der Schalter **Ausgefüllt** eingeschaltet ist.

Kreis

Fügt einen Kreis ein. Position, Form und Größe verändern Sie direkt mit der Maus. Im Rahmen **Kreis** können Sie **Strichstärke**, **Linienfarbe** und **Füllfarbe** einstellen. Die Füllfarbe ist nur dann wirksam, wenn der Schalter **Ausgefüllt** eingeschaltet ist.

Anzeigen

Eigenschaften

Mit diesem Befehl können Sie den rechten Teil des Fensters, also die Anzeige der Eigenschaften, ein- oder ausblenden.

Montagewerkzeug

Mit diesem Befehl können Sie das Montagewerkzeug ein- oder ausblenden. Das Montagewerkzeug erscheint im gleichen Fenster unterhalb des Zeichenwerkzeugs.

Datenbank

Damit öffnen Sie das [Datenbankfenster](#).

Einstellungen

Damit öffnen Sie das [Einstellungsfenster](#).

Hilfe

Inhalt

Öffnet das Hilfefenster mit der Online-Dokumentation. Die Hilfe wird mit dem auf Ihrem System eingestellten Internet-Browser angezeigt.

Info über ...

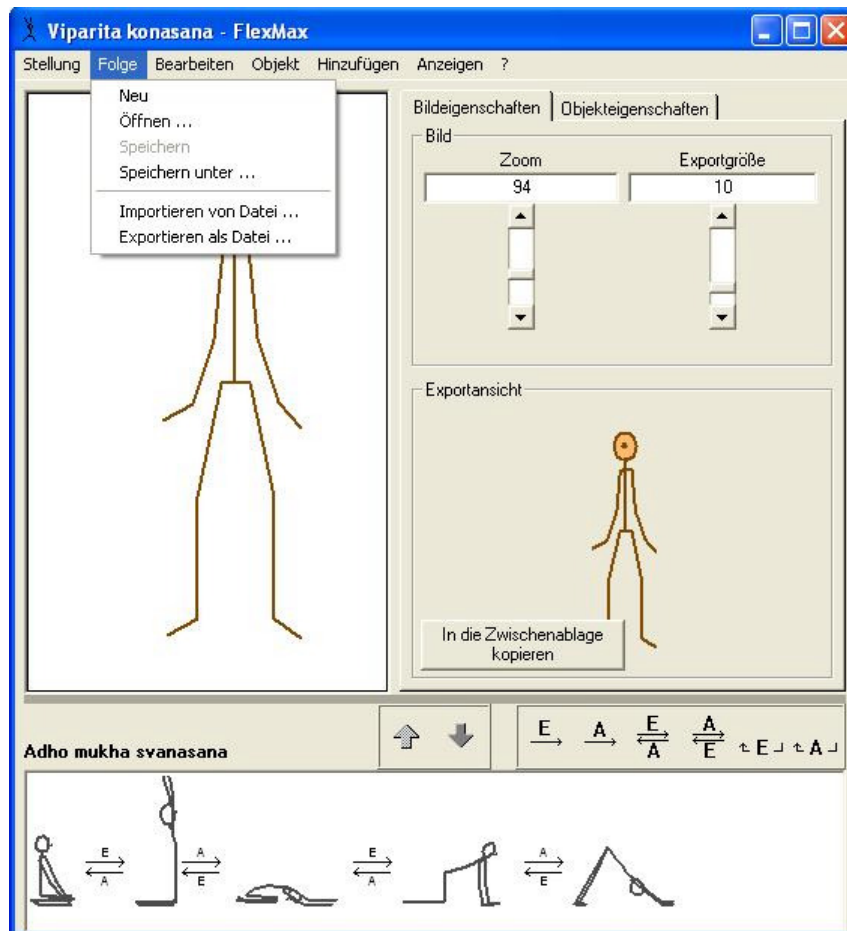
Öffnet ein Fenster mit Angaben über das Produkt und die Version.

Kontextmenü

Das Kontextmenü öffnet sich, wenn Sie mit der rechten Maustaste in den Zeichenbereich klicken. Es enthält die selben Befehle wie das Menü **Bearbeiten**.

Das Montagewerkzeug

Übersicht



So starten Sie das Montagewerkzeug: Starten Sie das Zeichenwerkzeug und wählen Sie im Menü **Anzeigen** den Eintrag **Montagewerkzeug**.

Oberhalb des Montagewerkzeugs ist eine graue Linie. Ziehen Sie an dieser Linie mit der Maus, um die Höhe des Montagebereichs zu verändern.

In der Menüleiste ist nun ein weiteres Menü **Folge** hinzugekommen, welches ähnliche Befehle wie das Menü **Stellung** hat; nur beziehen sich die Befehle auf Folgen statt auf Stellungen. Sie können mit diesem Menü Folgen aus der Datenbank laden oder in der Datenbank speichern.

Die Befehle im Menü **Bearbeiten** beziehen sich auf das Montagewerkzeug, wenn das Montagefenster aktiv ist. Das aktive Fenster ist an einem zusätzlichen schwarzen Rand zu erkennen.

Das Montagefenster ist ein Textfenster, in das man Bilder einfügen kann. Sie können also, wie Sie es aus Ihrem Textbearbeitungsprogramm gewohnt sind, durch Anklicken einer Stelle die Einfügemarke setzen, oder durch Ziehen mit der Maus einen ganzen Bereich markieren. Um ein Bild zu markieren, klicken Sie dieses einfach an.

Hinweis: Das Montagewerkzeug führt aus technischen Gründen eine Umwandlung aus dem Format **Erweiterte Metadatei** in das schwächere Format **Metadatei** durch. Dies führt zu einem gewissen Qualitätsverlust bei der Darstellung von Kopf und Rumpf. Falls dies für Ihre Zwecke nicht ausreichend sein sollte, verwenden Sie Ihre Stellungsbilder bitte ohne den Umweg über das Montagewerkzeug.

Folge bearbeiten

Stellung hinzufügen

Stellung aus dem Zeichenwerkzeug holen

Setzen Sie die Textmarke durch Anklicken mit der Maus an die Stelle im Montagewerkzeug, wo das neue Bild hin soll.

Klicken sie auf den Richtungspfeil nach unten , um das Bild aus dem Zeichenwerkzeug in den Montagebereich zu kopieren.

Stellung aus der Datenbank holen

Wählen Sie dazu im Menü **Anzeige** den Eintrag **Datenbank**. Damit öffnen Sie die Datenbank in einem neuen Fenster.

Klicken Sie in der Datenbank mit der rechten Maustaste auf die gewünschte Stellung und wählen Sie im Kontextmenü den Eintrag **Kopieren**.

Klicken Sie mit der rechten Maustaste in das Montagewerkzeug und wählen Sie im Kontextmenü den Eintrag **Einfügen**.

Stellung aus einem Dokument holen

Klicken Sie die Stellung in Ihrem Dokument an und wählen Sie den Menübefehl **Kopieren**.

Klicken Sie mit der rechten Maustaste in das Montagewerkzeug und wählen Sie im Kontextmenü den Eintrag **Einfügen**.

Stellung ändern

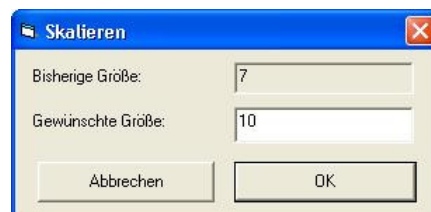
Stellung bearbeiten

Klicken Sie das Stellungsbild im Montagebereich an und klicken Sie dann auf den Richtungspfeil nach oben . Dies kopiert das Bild in das Zeichenwerkzeug. Wenn das Zeichenwerkzeug eine ungespeicherte Figur enthält, erhalten Sie per Dialog die Möglichkeit, diese zuvor zu sichern.

Haben Sie die gewünschte Änderung vorgenommen, so selektieren Sie im Montagewerkzeug das alte Stellungsbild und klicken Sie auf den Pfeil nach unten. Die Stellung wird nun durch die geänderte ersetzt.

Stellung skalieren

Klicken Sie mit der linken Maustaste auf die gewünschte Stellung im Montagewerkzeug, und öffnen Sie dann mit der rechten Maustaste das **Kontextmenü**. Wählen Sie daraus den Eintrag **Skalieren...** Es öffnet sich ein Dialogfenster, in das Sie die gewünschte Größe eingeben können. Die bisherige Exportgröße wird hier zur Orientierung angezeigt. Zur Bedeutung des Zahlenwertes vgl. [Exportgröße für Stellungsbilder](#)



Bestätigen Sie das Dialogfenster mit OK.

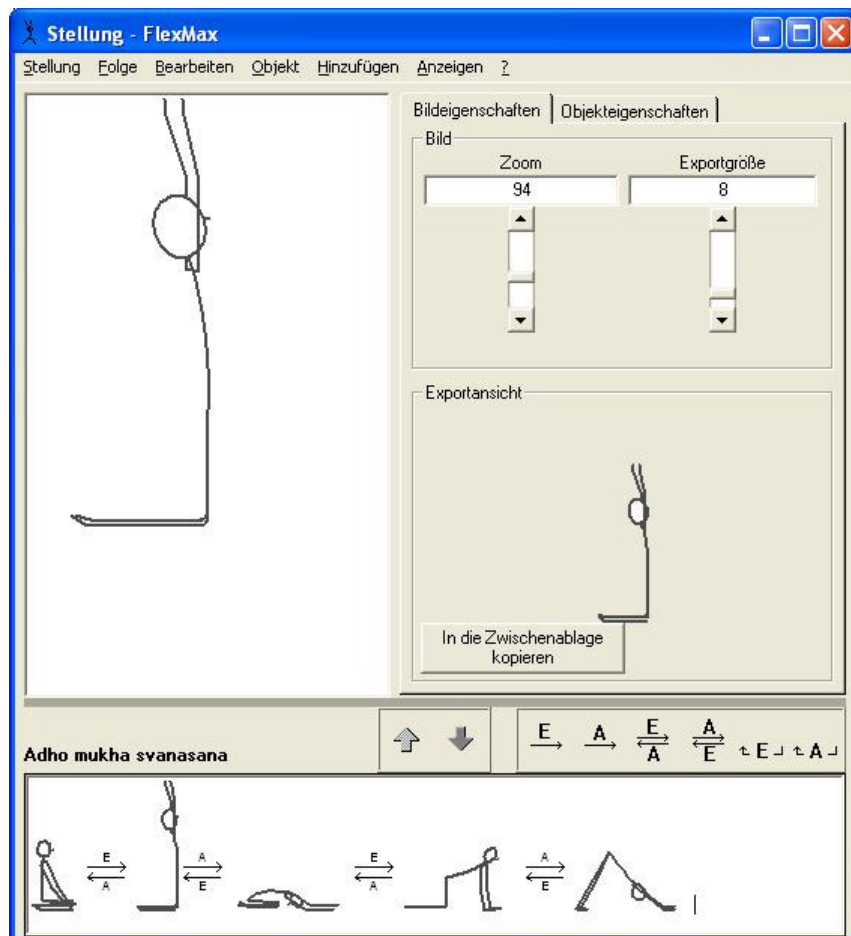
Atemanweisung einfügen

Das Montagewerkzeug enthält oben rechts einige vorgefertigte Atemanweisungen, die Sie zwischen die Stellungsbilder einfügen können. Setzen Sie die Schreibmarke an die gewünschte Stelle und klicken Sie auf die gewünschte Atemanweisung.

Die Größe der Atemanweisung richtet sich nach der im Zeichenwerkzeug aktuell eingestellten [Exportgröße](#). Um diese zu ändern, gehen Sie also folgendermaßen vor: Schalten Sie die Anzeige der [Eigenschaften](#) im Zeichenwerkzeug ein, klicken Sie auf den Hintergrund des Zeichenwerkzeugs und ändern Sie im Rahmen **Bild** die **Exportgröße**.

Wenn Sie weitere Eigenschaften der Atemanweisungen verändern möchten, sehen Sie bitte unter [Einstellungen zu den Atemanweisungen](#) nach.

Die beiden Atemanweisungen rechts außen sind dazu gedacht, um das letzte Bild an das erste Bild durch eine Atemanweisung zu einer Kreisfolge zu verbinden. Die Anweisung sollte nach dem letzten Bild eingefügt werden, und sie positioniert sich dann von selbst in die darauffolgende Zeile. Eine solche Einfügung besteht aus drei Teilen: einer Ecke rechts unten, einer textlichen Atemanweisung, und einem Pfeil, der links nach oben zeigt. Durch Einfügen von Leerzeichen können diese Teile einzeln passend positioniert werden.



Folge skalieren

Sie können die Größe aller Stellungsbilder und Atemanweisungen mit einem Schlag vereinheitlichen und anpassen. Wählen Sie dazu den **Befehl Ganze Folge skalieren** aus dem Menü **Bearbeiten** oder aus dem **Kontextmenü** (rechte Maustaste) des Montagewerkzeugs. Es öffnet sich ein Dialogfenster, in das Sie die gewünschte Größe eingeben können. Die bisherige Exportgröße der einzelnen Bilder wird hier zur Orientierung angezeigt; wenn sie verschieden sind, wird das Intervall angezeigt, in dem die bisherigen Exportgrößen liegen.



Folgen verwenden und verwalten

Folge in Dokument übernehmen

Wählen Sie im Menü **Bearbeiten** (oder im Kontextmenü des Montagebereichs, das sich mit der rechten Maustaste öffnet) den Eintrag **Alles kopieren**. Dadurch wird Ihre ganze Folge in die Zwischenablage des Betriebssystems kopiert, von wo Sie es in Ihr Dokument einfügen können.

Folge in der Datenbank speichern

Wählen Sie im Menü **Folge** den Eintrag **Speichern unter...**. Es öffnet sich folgendes Fenster.

Name	Variante	Erzeugt

Tragen Sie im Feld **Name** einen Namen ein, der die Folge kennzeichnet.

Wenn Ihre Datenbank ein erweitertes Schema hat, können Sie außer dem Namen noch weitere Angaben vornehmen, so dass Sie die Folge später leichter wiederfinden können.

In der ersten Spalte wird standardmäßig das erste Stellungsbild der Folge angezeigt. Wenn Sie finden, dass die Folge durch ein anderes Bild treffender dargestellt wird, klicken Sie das Bild an. Die Folge öffnet sich, und Sie können ein anderes Bild anklicken, das nunmehr in die erste Spalte kommt.

Das Schaltfeld **Datenbankinhalt anzeigen** klicken Sie an, wenn Sie bei der Namensvergabe den bereits existierenden Inhalt der Datenbank einsehen möchten, etwa um den Namen mit anderen Namen abzugleichen. Zur Bedienung der Datenbank vgl. [Das Datenbankwerkzeug](#).

Schließen Sie das Fenster mit **OK** ab.

Folge aus der Datenbank holen

Wählen Sie im Menü **Folge** den Eintrag **Öffnen...**. Es öffnet sich folgendes Fenster:

14	Name /	Variante	Erzeugt
	Ardhauatthanasana		(Keine Ang...
	Krokodil	Füße am Boden	(Keine Ang...
	Parvatasana		(Keine Ang...
	SonnengrußKatze		(Keine Ang...
	TadakamudraA		(Keine Ang...
	TadakamudraAE		(Keine Ang...
	TadakamudraE/falsch		(Keine Ang...
	Ustrasana		(Keine Ang...
	apanasana		(Keine Ang...

Wählen Sie die gewünschte Folge aus und bestätigen Sie mit **OK**. Zum Auffinden von Objekten in der Datenbank siehe [Das Datenbankwerkzeug](#).

Folge als Datei exportieren

Sie können eine Folge als Datei im Format **Rich Text (.rtf)** speichern, etwa um sie zu verschicken.

Wählen Sie dazu aus dem Menü **Folge** den Eintrag **Exportieren als Datei ...** und bestimmen Sie in dem darauf folgenden Dialogfenster den gewünschten Ordner und Dateinamen. Die Dateinamenerweiterung **.rtf** wird automatisch angehängt.

Folge aus Datei importieren

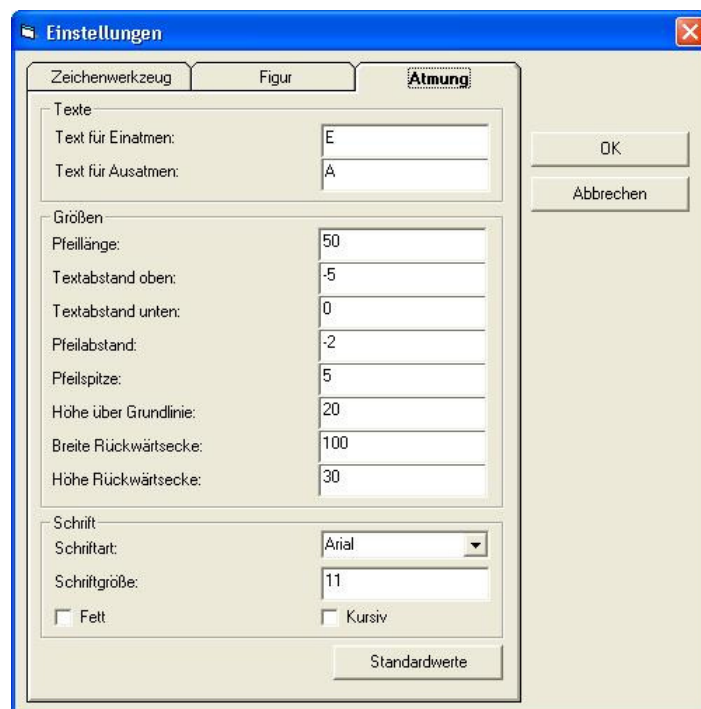
Sie können eine Datei im Format **Rich Text (.rtf)** in das Montagewerkzeug importieren und dort bearbeiten. Wählen Sie dazu aus dem Menü Folge den Eintrag Importieren aus Datei ..., navigieren Sie in dem darauf folgenden Dialogfenster zu dem Ordner, wo die Datei sich befindet, und wählen Sie sie aus.

Werkzeugansicht einrichten

Die Höhe des Montagebereichs ändern Sie durch Ziehen an der dunklen Linie zwischen Zeichenbereich und Montagebereich.

Einstellungen

Öffnen Sie das Einstellungsfenster, indem Sie im Menü **Ansicht** den Eintrag **Einstellungen** wählen.



Einstellungen zu den Atemanweisungen

Texte

Kurztext für Ein- bzw. Ausatmen. Bleibt dieses Feld leer, so wird „E“ und „A“ (bzw. in der englischen Version „In“ und „Out“ verwendet).

Größen

Die Maßeinheit ist hier die gleiche wie im Registerblatt [Figur](#).

- **Pfeillänge**
- **Textabstand oben:** Der vertikale Abstand zwischen dem ersten Text und dem ersten Pfeil. Negative Werte können hier sinnvoll sein.
- **Textabstand unten:** Der vertikale Abstand zwischen dem zweiten Pfeil und dem zweiten Text. Negative Werte können hier sinnvoll sein.
- **Pfeilabstand:** Der vertikale Abstand zwischen den beiden Pfeilen. Negative Werte können hier sinnvoll sein.

- **Pfeilspitze**
- **Höhe über der Grundlinie**
- **Höhe Rückwärtsecke, Breite Rückwärtsecke:** Diese Angaben bezieht sich auf die beiden rückwärtsgerichteten Anweisungsarten, die rechts außen im Montagewerkzeug zu finden sind. Eine solche Anweisung setzt sich aus drei Teilen zusammen, die nach dem Einfügen durch Leerzeichen noch auseinander gezogen werden können, um in die richtige Position zu kommen:
 - (a) ein Eckpfeil nach links oben
 - (b) ein Text
 - (c) eine Ecklinie rechts oben
 Die Angabe steuert die Breite und Höhe der Teile (a) und (c).

Schrift

Schriftart: Öffnen Sie mit dem Pfeil am rechten Rand dieses Feldes die Liste aller auf Ihrem Rechner verfügbaren Schriftarten und wählen Sie die gewünschte aus.

Schriftgröße: Dies ist eine relative Größenangabe, sie bezieht sich auf die Höhe der Buchstaben in der hier verwendeten Maßeinheit.

Fett: Die Atemanweisung wird in Fettschrift ausgegeben, wenn dieser Schalter eingeschaltet ist.

Kursiv: Die Atemanweisung wird in Kursivschrift ausgegeben, wenn dieser Schalter eingeschaltet ist.

Menübefehle

Folge

Neu

Löscht die aktuelle Folge.

Öffnen ...

Öffnet einen Dialog, in dem eine Folge aus der aktuellen Datenbank ausgewählt werden kann. Um Objekte aus einer anderen Datenbank zu öffnen, siehe [Datenbank wechseln](#).

Speichern

Dieser Eintrag ist aktiv, wenn die angezeigte Folge aus der Datenbank heraus geöffnet wurde. Der Befehl bewirkt, dass der Eintrag in der Datenbank mit dem aktuellen Stand überschrieben wird.

Speichern unter ...

Der Befehl öffnet einen Dialog, in dem Sie Eigenschaften (z.B. einen Namen) für ein neues Objekt in der Datenbank angeben können. Die Folge wird dann mit diesen Eigenschaften in der Datenbank abgelegt.

Exportieren als Datei ...

Der Befehl öffnet einen Dateiauswahldialog, der Ihnen ermöglicht, einen Ordner zu lokalisieren und einen Dateinamen einzugeben, unter dem der gegenwärtige Inhalt des Montagewerkzeugs abgespeichert werden soll. Die Datei erhält die Endung **.rtf** und hat das Format **Rich Text**.

Importieren aus Datei ...

Der Befehl öffnet einen Dateiauswahldialog, der Ihnen ermöglicht, eine Datei im Format **Rich Text** im Dateisystem zu lokalisieren und auszuwählen. Ihr Inhalt wird in das Montagewerkzeug geladen.

Bearbeiten

Dieses Menü wirkt auf das Zeichenwerkzeug oder das Montagewerkzeug, je nachdem welches der aktive Bereich ist (Zeichen- oder Montagebereich). Dies wird durch eine zusätzliche Randlinie um den

aktiven Bereich angezeigt. Die Wirkung eines Befehls im Montagewerkzeug ist analog zu seiner Wirkung im [Zeichenwerkzeug](#).

Wenn das Montagewerkzeug aktiv ist, enthält das Menü zwei weitere Befehle:

Skalieren

Öffnet einen Dialog zum Skalieren des angeklickten Bildes oder der angeklickten Atemanweisung

Ganze Folge skalieren

Öffnet einen Dialog zum Skalieren aller Bilder und Atemanweisungen in der aktuellen Folge.

Anzeigen

Einstellungen

Das Registerblatt **Atmung** (vgl. [Einstellungen zu den Atemanweisungen](#)) bezieht sich auf die Atem-Einfügungen im Montagewerkzeug

Eigenschaften

Die Größe einer zufügenden Atemanweisung wird durch die Exportgröße des aktuellen Bildes im Zeichenwerkzeug bestimmt. Um diese einstellen zu können, muss die Anzeige der Eigenschaften eingeschaltet sein.

Kontextmenü

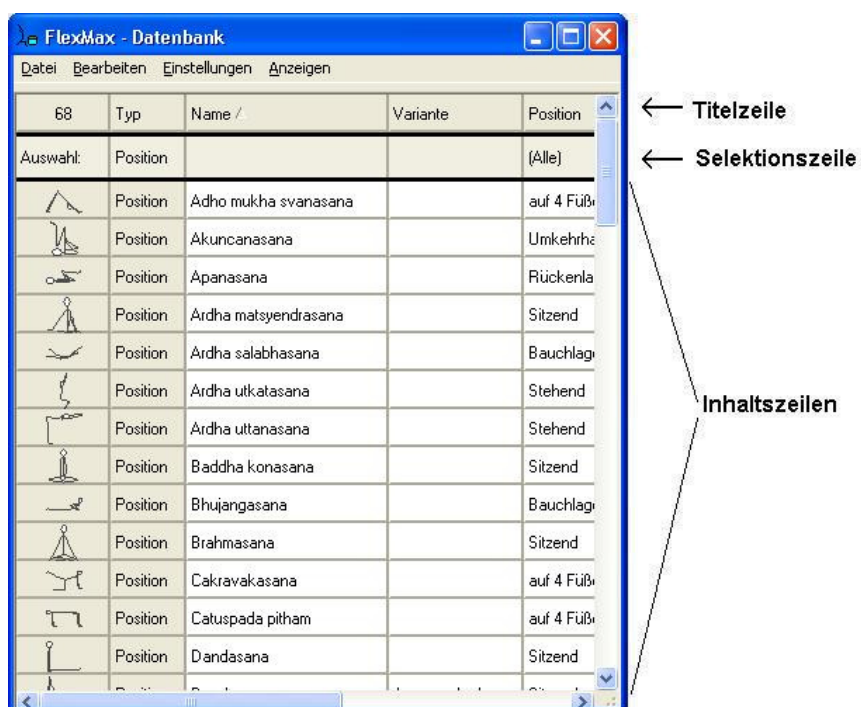
Das Kontextmenü öffnet sich, wenn Sie mit der rechten Maustaste in das Montagefenster klicken. Es enthält die gleichen Befehle wie das Menü Bearbeiten, wenn der Montagebereich aktiv ist.

Das Datenbankwerkzeug

Übersicht

Starten Sie das Datenbankwerkzeug, indem Sie im Startmenü wählen: **Programme – FlexMax – Datenbank**.

Bei laufendem Zeichenwerkzeug können Sie das Datenbankwerkzeug auch starten, indem Sie im Menü **Anzeige** den Eintrag **Datenbank** wählen.



Das Datenbankwerkzeug zeigt Inhalte einer Datenbank an. Sie können die Datenbank wechseln, oder eine neue Datenbank anlegen. Sie können die ganze Datenbank oder Teile davon in eine separate Datenbank exportieren, und Sie können eine andere Datenbank in Ihre Datenbank importieren. Dazu dienen die Befehle im Menü **Datei**.

Das Datenbankwerkzeug zeigt jedes Objekt in einer Zeile an. Das Kontextmenü (rechte Maustaste) der Inhaltszeilen (oder das Menü **Bearbeiten**) erlaubt Ihnen, ein Objekt zur Bearbeitung zu öffnen, es in die Zwischenablage zu kopieren, von wo Sie es in Ihre Dokumente einfügen können, oder es zu löschen.

Jede Spalte zeigt ein Attribut an. Die Titelzeile enthält die Namen der Attribute, die Inhaltszeilen enthalten die Werte der Attribute.

In der Selektionszeile können Sie Attributwerte eingeben, um die angezeigte Objektmenge einzugrenzen. Klicken Sie in eines der Felder, um einen Wert einzugeben oder auszuwählen. Geben Sie z.B. unter Name den Buchstaben „s“ ein, so werden nur Objekte angezeigt, deren Name mit „S“ oder „s“ beginnt.

Durch Anklicken eines Attributnamens in der Titelzeile erreichen Sie, dass die Anzeige nach diesem Attribut sortiert wird. Zum Beispiel erreichen Sie durch einen Klick auf **Name**, dass alle Einträge alphabetisch nach ihrem Namen sortiert werden. Klicken Sie nochmals auf **Name**, so werden die Einträge in umgekehrter Richtung sortiert.

Das Kontextmenü der Titelzeile zeigt alle verfügbaren Attribute an, und lässt Sie auswählen, welche davon sichtbar sein sollen. Durch Ziehen in der Titelzeile können Sie Spalten vertauschen und die Spaltenbreite ändern.

Welche Objekte angezeigt werden, hängt davon ab, was in der Selektionszeile (der Zeile unterhalb der Titelzeile) eingestellt ist, und ob eine Obergrenze für die angezeigte Trefferzahl eingestellt ist.

Die erste Spalte zeigt eine Vorschau auf das Stellungsbild bzw. die Folge. In der Titelzeile der ersten Spalte sehen Sie die Anzahl der angezeigten Objekte. Die rot hervorgehobene Anzeige, z.B. „**100+**“ weist darauf hin, dass mehr als 100 Objekte den Auswahlkriterien genügen, aber nur 100 angezeigt werden. Die Spalte **Typ** zeigt an, ob es sich um eine Stellung oder eine Folge handelt.

Das Menü **Einstellungen** erlaubt Ihnen, das Attributschema für die Datenbank zu ändern, oder die Trefferzahlbegrenzung zu konfigurieren.

Objekte in der Datenbank finden

Wenn in der Selektionszeile nichts eingegeben ist und keine Trefferzahlbegrenzung eingestellt ist, zeigt das Datenbankwerkzeug den gesamten Inhalt der aktiven Datenbank an. Benutzen Sie den Rollbalken am rechten Rand oder das Mausrad, um den Inhalt nach oben oder unten zu verschieben. Klicken Sie in der Titelzeile auf das Feld **Name** (oder ein anderes Feld), um die Objekte nach diesem Feld alphabetisch zu sortieren. Klicken Sie ein zweites mal auf **Name**, um sie umgekehrt alphabetisch zu sortieren. Wenn Sie nach selbst erstellten Objekten suchen, kann auch die Sortierung nach den Datumsfeldern **Erzeugt** und **Geändert** hilfreich sein. Falls diese Felder nicht angezeigt werden, machen Sie sie sichtbar (vgl. [Datenbankansicht einrichten](#)).

Wenn die Datenbank größer ist, geben Sie Auswahlkriterien ein, um die angezeigte Menge einzugrenzen. Wenn Sie z.B. nach einem Objekt namens „Sonnengruß“ suchen, geben Sie in der Selektionszeile unter **Name** den Buchstaben „s“ ein. Dann werden nur die Objekte angezeigt, deren Name mit „s“ beginnt (Groß- und Kleinschreibung spielt hier keine Rolle). Sind das noch zu viele Einträge, geben Sie „so“ ein, um die Anzeige weiter einzuschränken. Ebenso können Sie mit anderen Attributen verfahren. Einige Attribute werden nicht durch Eingabe von Buchstaben, sondern durch Auswahl aus einer Liste verfügbarer Werte eingegeben. So hat z.B. das Attribut **Typ** die Werte **Stellung** und **Folge** zur Auswahl. Wählen Sie den Wert **Alle**, wenn Sie keine Einschränkung für dieses Attribut wünschen.

Die Datumsfelder **Erzeugt** und **Zuletzt geändert** dienen nur zur Sortierung. Für sie kann kein Auswahlkriterium angegeben werden.

Wenn viele Objekte angezeigt werden, kann der Aufbau der Anzeigeliste relativ lange dauern. Deshalb kann es sinnvoll sein, die Anzahl der angezeigten Treffer zu begrenzen. Dies lässt sich über das Menü [Einstellungen](#) konfigurieren. Werden aufgrund dieser Einstellung nicht alle Treffer angezeigt, so erscheint die Anzahl der angezeigten Objekte in der Bildspalte in roter Farbe und mit einem angehängten „+“-Zeichen.

Objekte aus der Datenbank verwenden

Wählen Sie den Eintrag **Kopieren** aus dem Menü **Bearbeiten**, oder aus dem Kontextmenü zur Inhaltszeile, um das gewünschte Objekt in die Windows Zwischenablage zu kopieren. Von dort können Sie es in Ihr Dokument einfügen.

Klicken Sie mit der rechten Maustaste auf das gewünschte Objekt. Das Kontextmenü öffnet sich.

Wählen Sie den Eintrag **Kopieren**. Dadurch wird das Objekt in die Zwischenablage von Windows kopiert.

Oder: Klicken Sie mit der linken Maustaste auf das gewünschte Objekt. Wählen Sie im Menü **Bearbeiten** den Eintrag **Kopieren**.

Bitte entnehmen Sie die Einzelheiten des Einfügens der Dokumentation Ihres Textbearbeitungsprogramms. Beachten Sie auch den Hinweis unter [Stellungsbild in Dokument übernehmen](#).

Objekte in der Datenbank bearbeiten

Attribute bearbeiten

Es gibt zwei Sorten von Attributen: Frei belegbare Attribute und Attribute mit einer Liste möglicher Werte.

Für frei belegbare Attribute doppelklicken Sie in das Feld und geben Sie den gewünschten Wert mit der Tastatur ein.

Bei Attributen mit einer Liste möglicher Werte öffnet sich durch das Doppelklicken die Liste möglicher Werte. Klicken Sie auf den gewünschten Wert. Möchten Sie für dieses Attribut keinen Wert vergeben, so wählen Sie „Keine Angabe“.

Anzeigebild einer Folge ändern

Klicken Sie mit der rechten Maustaste in die gewünschte Zeile. Wählen Sie im Kontextmenü den Eintrag **Hier angezeigtes Bild ändern**. Ein Dialogfenster öffnet sich, das alle Stellungen dieser Folge anzeigt. Wählen Sie die gewünschte Stellung durch Doppelklick aus, dann schließt sich das Dialogfenster und das gewünschte Bild wird angezeigt.

Objekt ändern

Klicken Sie mit der rechten Maustaste in die gewünschte Zeile und wählen Sie im Kontextmenü den Eintrag **Öffnen**.

Oder kürzer: doppelklicken Sie auf die gewünschte Zeile.

Das Objekt wird im entsprechenden Werkzeug (Zeichenwerkzeug oder Montagewerkzeug) geöffnet. Sie können auf diese Weise auch mehrere Objekte gleichzeitig geöffnet haben; Diese werden dann in verschiedenen Fenstern geöffnet.

Nachdem Sie das Objekt geändert haben, wählen Sie im Menü **Stellung** bzw. im Menü **Folge** des Werkzeugfensters den Befehl **Speichern**. Das Objekt wird dann in der Datenbank (ohne weitere Rückfrage) mit dem neuen Stand überschrieben.

Wenn Sie bei der Änderung das ursprüngliche Objekt erhalten möchten, wählen Sie statt **Speichern** den Befehl **Speichern unter**. Dann öffnet sich ein Dialog, der die Eingabe neuer Attribute ermöglicht.

***Hinweis:** Anders als ein Ordner im Windows Explorer kann die Datenbank mehrere Objekte mit gleichem Namen enthalten. Es empfiehlt sich natürlich, verschiedene Objekte durch wenigstens einen Attributwert zu unterscheiden. Rein technisch ist selbst das nicht notwendig.*

Objekte hinzufügen

Sie fügen Objekte zur Datenbank hinzu, indem Sie im Zeichenwerkzeug bzw. im Montagewerkzeug den Befehl **Speichern unter** benutzen (siehe [Stellungsbild speichern](#) bzw. [Folge speichern](#)).

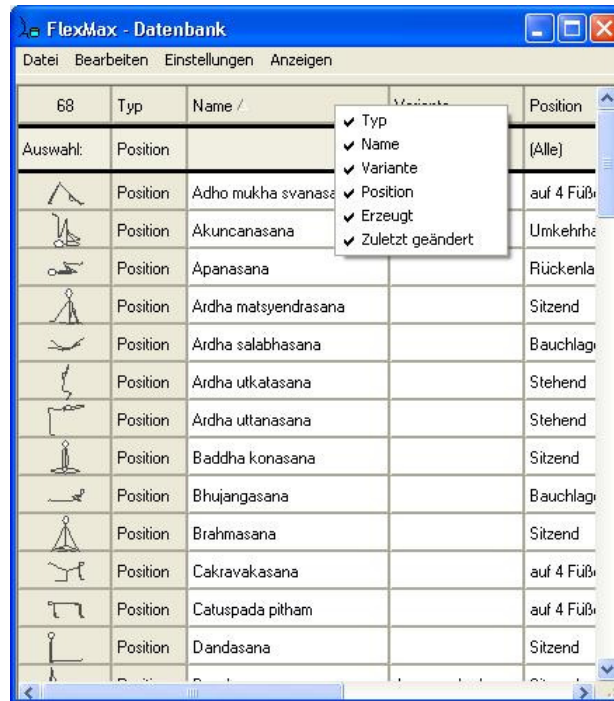
Datenbankansicht einrichten

Die Größe des Datenbankfensters ändern Sie durch Ziehen an einem Rand oder einer Ecke des Fensters.

Die Breite der Spalten ändern Sie durch Ziehen der Trennlinie zwischen den Spaltenüberschriften.

Die Reihenfolge der Spalten ändern Sie durch Ziehen der Spaltenüberschriften.

Sie können einzelne Spalten sichtbar oder unsichtbar machen. Klicken Sie dazu mit der rechten Maustaste in die Überschriftenzeile. Es öffnet sich ein Kontextmenü, welches alle verfügbaren Attribute auflistet. Die sichtbaren Attribute sind durch Häkchen gekennzeichnet. Klicken Sie auf eines der Attribute, um seine Sichtbarkeit umzuschalten.



Datenbanken verwalten

Datenbank wechseln

Wählen Sie im Menü **Datei** den Befehl **Datenbank wechseln**. Navigieren Sie in dem Dateiauswahldialog zu der gewünschten Datenbank und klicken Sie sie an. Bestätigen Sie den Dialog mit **OK**.

Um zur mitgelieferten Beispieldatenbank zurück zu wechseln, wählen Sie den Befehl **Standard-Datenbank benutzen**.

Hinweis: FlexMax Datenbanken haben die Dateierdung **.mdb** (Microsoft Database). Wenn Sie versuchen, zu einer nicht von FlexMax erstellten Datei mit Endung **.mdb** zu wechseln, erfolgt eine Fehlermeldung.

Neue Datenbank anlegen

Wählen Sie im Menü **Datei** den Befehl **Neue Datenbank anlegen**. Navigieren Sie in dem Dateiauswahldialog zu dem Ordner, in dem die Datenbank angelegt werden soll, und geben Sie den gewünschten Namen für die Datenbank ein. Die Dateierdung **.mdb** (Microsoft Database) wird automatisch angefügt.

Richten Sie das Attributschema nach Ihren Bedürfnissen ein, wie unter [Attributschema bearbeiten](#) beschrieben.

Datensätze exportieren

Wenn Sie Datensätze exportieren, entsteht dabei eine neue FlexMax-Datenbank, welche die exportierten Datensätze enthält. Der Menübefehl **Exportieren** im Menü **Datei** enthält ein Untermenü mit drei Möglichkeiten zur Festlegung der Datenmenge, die exportiert werden soll:

- **Alle Einträge**

Dies führt dazu, dass eine Kopie der gesamten Datenbank erzeugt wird.

- **Aktuelle Selektion**

Dieser Befehl steht nur dann zur Verfügung, wenn die Selektionszeile Einträge enthält, die dazu führen, dass nicht der gesamte Datenbankbestand angezeigt wird. Es werden nur die angezeigten Daten exportiert

- **Markierte Einträge**

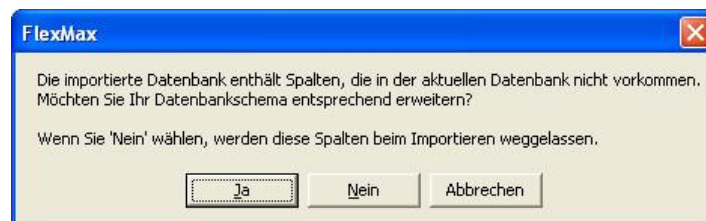
Dieser Befehl steht nur dann zur Verfügung, wenn einen oder mehrere der sichtbaren Inhalte (durch Anklicken mit gedrückter Strg-Taste) markiert haben. Es werden nur die markierten Daten exportiert.

Nachdem Sie den Befehl ausgewählt haben, erscheint ein Dialog, in dem Sie den Ordner und den Namen für die neue Datenbank angeben können. Die erforderliche Dateiendung **.mdb** wird dem Namen automatisch hinzugefügt.

Datenbank importieren

Sie können eine andere FlexMax-Datenbank (die Sie vielleicht von einem anderen FlexMax Benutzer bekommen haben) in Ihre FlexMax Datenbank importieren. Wählen Sie dazu im Menü **Datei** den Befehl **Importieren**. Es erscheint ein Dialog, in dem Sie zu der gewünschten Datenbank navigieren können. Nach dem Bestätigen des Dialogs wird die Datenbank importiert, d.h. Ihre Datenbank enthält jetzt zusätzlich zu den bisherigen Daten auch die Daten aus der importierten Datenbank.

Nun kann es vorkommen, dass der Hersteller der importierten Datenbank das Attributschema so erweitert hat, dass es Spalten enthält, die in Ihrer Datenbank nicht vorkommen. In diesem Fall erscheint ein Dialog, der Ihnen die Wahl zwischen zwei Möglichkeiten anbietet:



Wählen Sie Ja, so wird Ihr Datenbankschema um die neuen Attribute erweitert.

Wählen Sie Nein, so bleibt Ihr Datenbankschema unverändert, und die in jenen Attributen enthaltenen Informationen gehen beim Import verloren.

Wählen Sie Abbrechen, so wird nichts importiert.

Enthält die zu importierende Datenbank eine Spalte, deren Name mit einer Spalte Ihrer Datenbank übereinstimmt, die aber einen anderen Typ hat (Text anstelle von Liste oder umgekehrt), so kann diese Spalte nicht importiert werden. Eine Meldung weist Sie auf diesen Sachverhalt hin.

Versuchen Sie eine Datei zu importieren, die nicht von FlexMax erzeugt wurde, so erscheint eine Fehlermeldung.

Attributschema bearbeiten

Das Datenbankwerkzeug kennt zwei Arten von Attributen:

- **Frei belegbare Attribute.** Z.B. könnten Sie ein Attribut „Variante“ einrichten, um mehrere Objekte mit gleichem Namen zu unterscheiden.
- **Auswahlattribute** mit festgelegter Wertemenge. Zum Beispiel könnten Sie Ihre Objekte danach unterscheiden, zu welcher Yoga-Tradition sie gehören, indem Sie ein Attribut „Tradition“ definieren und dafür die möglichen Werte „Iyengar“, „Desikachar“ festlegen.

Wählen Sie im Menü **Einstellungen** den Befehl **Attributschema bearbeiten**. Das folgende Fenster öffnet sich.



Frei belegbares Attribut hinzufügen

Klicken Sie im Rahmen **Attribute** auf das Feld **Neu**.



Geben Sie den Namen des Attributs in das Textfeld ein.

Schließen Sie das Fenster mit **OK**.

Das neue Attribut erscheint im Rahmen **Attribute**. Schließen Sie das Fenster Datenbankschema bearbeiten, indem Sie auf **Schließen** klicken.

Auswahlattribut hinzufügen

Klicken Sie im Rahmen **Attribute** auf das Feld **Neu**.

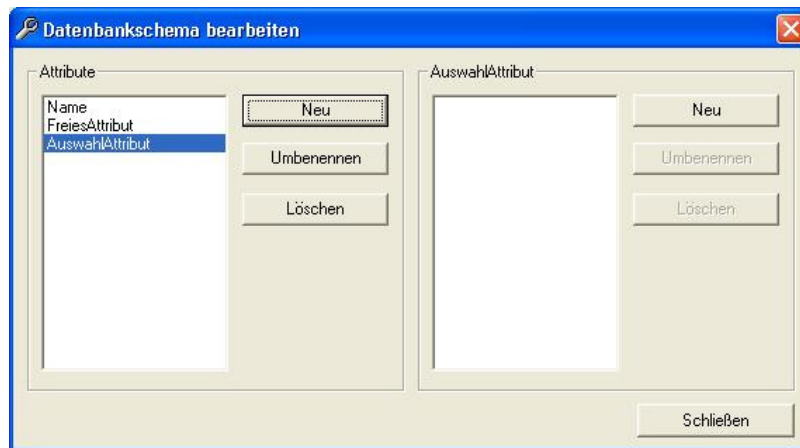


Geben Sie den Namen des Attributs in das Textfeld ein.

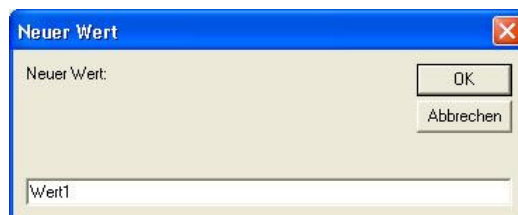
Klicken Sie das Feld **Auswahl** an.

Schließen Sie das Fenster mit **OK**.

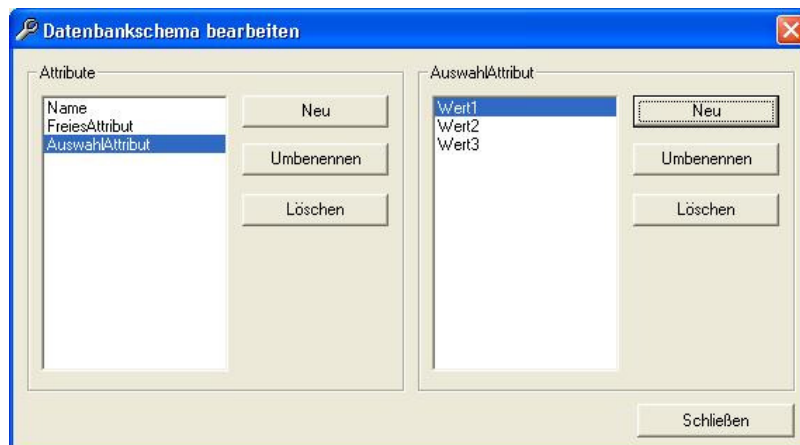
Das neue Attribut erscheint im Rahmen **Attribute**. Da das neue Attribut ausgewählt ist, erscheint im rechten Teil des Fensters ein Rahmen, der mit dem Attributnamen beschriftet ist.



Klicken Sie im rechten Rahmen auf **Neu**, geben Sie in dem sich öffnenden Fenster den ersten Attributwert an, und bestätigen Sie mit **OK**.



Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis alle gewünschten Werte eingegeben sind.



Schließen Sie das Fenster Datenbankschema bearbeiten, indem Sie auf **Schließen** klicken.

Attribut umbenennen

Klicken Sie im Rahmen **Attribute** das Feld **Umbenennen** an und geben sie in dem Dialogfenster den neuen Namen ein. Bestätigen Sie mit OK.

Attribut löschen

Klicken Sie im Rahmen **Attribute** auf das Feld **Löschen**.

Das Löschen von Attributen ist nur so lange möglich, wie noch kein Objekt mit diesem Attribut belegt wurde.

Attributwerte bearbeiten

Ist in der Liste **Attribute** ein Auswahlattribut angeklickt, so wird rechts ein Rahmen angezeigt, der mit dem Attributnamen beschriftet ist. Darin befindet sich die Liste zulässiger Attributwerte.

Neben der Liste befinden sich die Felder **Neu**, **Umbenennen** und **Löschen**, die Sie benutzen können, um die Liste der Attributwerte zu verändern.

Trefferanzahl begrenzen

Klicken Sie im Menü **Einstellungen** auf den Eintrag **Trefferanzahl begrenzen...**, um das folgende Dialogfenster zu öffnen:



Hier können Sie die Trefferbegrenzung ein- oder aususchalten, und Sie können einen Zahlenwert für die Trefferbegrenzung eingeben.

Im Menü **Einstellungen** wird der Eintrag **Trefferzahl begrenzen...** mit einem Häkchen versehen, wenn die Trefferbegrenzung aktiv ist.

Menübefehle

Datei

Neue Datenbank anlegen

Öffnet einen Dialog zur Auswahl des Ordners und Eingabe des Namens für die neue Datenbank. Eine neue Datenbank hat ein minimales Schema mit „Name“ als einzigem Attribut. Erweitern Sie das Schema nach Ihren Wünschen. Auch wenn die Datenbank bereits befüllt ist, kann das Schema nachträglich geändert werden.

Datenbank wechseln

Öffnet einen Dateiauswahl-Dialog, in dem Sie eine andere Datenbank auswählen können.

Standard-Datenbank benutzen

Öffnet die mitgelieferte Standard-Datenbank ohne weiteren Dialog.

Exportieren

Dieser Menüpunkt enthält drei Untermenüpunkte, welche die Auswahl der zu exportierenden Datensätze regeln:

- Alle Einträge
- Aktuelle Selektion
- Markierte Einträge

Nachdem einer dieser Unterpunkte ausgewählt wurde, erscheint ein Dialogfenster, in dem Sie Order und Namen der zu erzeugenden Datenbank festlegen können.

Importieren

Öffnet einen Dialog zur Auswahl der Datenbank, die importiert werden soll. Die importierten Daten werden den bestehenden Daten hinzugefügt.

Bearbeiten

Die Befehle dieses Menüs beziehen sich auf das jeweils angeklickte Objekt. Die gleichen Befehle können auch mit dem Kontextmenü der Tabellenzeilen aufgerufen werden.

Öffnen

Öffnet das Objekt im Zeichenwerkzeug, wenn es ein Stellungsbild ist, oder im Montagewerkzeug, wenn es eine Folge ist.

Kopieren

Stellt das Objekt in die Windows-Zwischenablage, so dass Sie es in Ihr Dokument einfügen können. Sie können FlexMax-Objekte aus der Zwischenablage aber auch in das Zeichenwerkzeug oder in das Montagewerkzeug einfügen.

Löschen

Löscht das Objekt.

Einstellungen

Attribute bearbeiten

Öffnet den Dialog zum Bearbeiten des Attributschemas.

Trefferzahl begrenzen

Öffnet den Dialog zum Aktivieren / Deaktivieren der Trefferzahlbegrenzung und zur Eingabe der Obergrenze.

Kontextmenü der Überschriftzeile

Dieses Menü zeigt alle verfügbaren Attribute an. Diejenigen Attribute, die als Spalte sichtbar sind, sind durch ein Häkchen gekennzeichnet.

Wählen Sie ein Attribut, um seine Sichtbarkeit ein- oder auszuschalten.

Kontextmenü der Inhaltszeilen

Dieses Menü öffnet sich durch Anklicken einer Zeile mit der rechten Maustaste. Es enthält die selben Befehle wie das Menü **Bearbeiten**.

Die Beispiel-Datenbank

Das Datenbankwerkzeug erlaubt das Anlegen und Nutzen von beliebig vielen FlexMax Datenbanken. Mit dem Produkt FlexMax wird eine Beispiel-Datenbank mit dem Namen **Datenbank** mitgeliefert und installiert. Sie enthält eine Reihe von Stellungen (Asanas) aus dem Hatha-Yoga, die sich an den Darstellungen von R. Sriram, einem Schüler von T.K.V. Desikachar, orientieren. Siehe z.B. R. Sriram, Yoga: Neun Schritte in die Freiheit, Theseus Verlag 2001.

Die Beispieldatenbank ist als aktuelle Datenbank eingestellt, wenn Sie FlexMax zum ersten Mal starten. Wenn Sie im Datenbankwerkzeug den Befehl **Datenbank wechseln** oder **Neue Datenbank anlegen** verwenden, stellen Sie damit FlexMax auf eine andere Datenbank um. Falls Sie später wieder zur Beispieldatenbank zurück möchten, wählen Sie im Datenbankwerkzeug den Befehl **Standard-Datenbank verwenden**.

Sie können aber auch Ihre eigenen Bilder zur Beispieldatenbank hinzufügen.