

## CLASES VIRTUALES DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

Las clases virtuales serán dictadas a través de la plataforma de Microsoft TEAMS por medio de los enlaces que relacionamos en este instructivo.

Para ingresar a las clases debes dar clic en los enlaces y enviar la solicitud al equipo que escogiste, allí el profesor te agregará al grupo de Teams, para participar de las clases, solo debes estar conectado a la hora de la clase en el grupo escogido y unirte a la reunión en vivo.

DEPORTES VIRTUAL					
HORA	LUNES	MARTES	JUEVES	VIERNES	SABADO
10:00a.m. - 11:00a.m.	AJEDREZ				
11:00a.m. - 12:00a.m.	AJEDREZ				
1:40m. - 3:10 p.m.				YOGA	YOGA
5:00p.m. - 6:00p.m.	AJEDREZ				
6:00p.m. - 7:00p.m.	AJEDREZ				
6:40p.m - 8:10p.m	RUMBA	GIMNASIO EN CASA	GIMNASIO EN CASA		
8:20 p.m - 9:50 p.m	RUMBA	YOGA			

RUMBA	<a href="https://acortar.link/1YjssS">https://acortar.link/1YjssS</a>
AJEDREZ	<a href="https://acortar.link/HLwl3M">https://acortar.link/HLwl3M</a>
GIMNASIO	<a href="https://acortar.link/Xr4zv8">https://acortar.link/Xr4zv8</a>
YOGA	<a href="https://acortar.link/CCTO9o">https://acortar.link/CCTO9o</a>

CULTURA VIRTUAL			
HORA	LUNES	MIÉRCOLES	SABADO
10:00 a.m - 11:30 a.m	TECNICA VOCAL		
11:30 pm - 1:00 pm	UKELELE		
1:40 p.m - 3:10 p.m	PINTURA	CINE CLUB (1:00pm - 4:00 pm)	
3:20 p.m - 5:00 p.m	PINTURA		
4:30 p.m - 6:00 p.m	GUITARRA		
6:00 p.m - 7:30 p.m	TECNICA VOCAL	CINE CLUB	
7:30 p.m - 9:00 p.m			

UKELELE	<a href="https://cutt.ly/29B3Nk3">https://cutt.ly/29B3Nk3</a>
TECNICA VOCAL	<a href="https://cutt.ly/29B3Nk3">https://cutt.ly/29B3Nk3</a>
PINTURA	<a href="https://cutt.ly/m9B3PuX">https://cutt.ly/m9B3PuX</a>
GUITARRA	<a href="https://cutt.ly/29B3Nk3">https://cutt.ly/29B3Nk3</a>
CINE CLUB	<a href="https://cutt.ly/g9M7wzc">https://cutt.ly/g9M7wzc</a>

Si tienes alguna duda con nuestras clases de bienestar escríbenos a: [bodega@poligran.edu.co](mailto:bodega@poligran.edu.co)