



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.

HORA	LUNES	MARTES	JUEVES
08:50 a.m. -10:20 a.m.			
10:40 a.m. -12:10 p.m.			YOGA
12:10 p.m. - 2:00 p.m.			YOGA
2.00 p.m. – 3:30 p.m.		YOGA	YOGA
3:30 p.m. - 5: 00 p.m.		YOGA AJEDREZ (4:00PM A 6:00PM)	AJEDREZ (4:00PM A 6:00PM)
5:00 p.m. - 6: 40p.m.		GIMNASIO EN CASA (6:30PM -7:30PM)	
6: 40 p.m. – 8:10 p.m.	RUMBA		
7:00 p.m. - 8:00 p.m.		GAEE	
8:00 p.m. - 9:30 p.m.	RUMBA		

RUMBA	https://acortar.link/1YjssS
AJEDREZ	https://acortar.link/HLwl3M
GIMNASIO	https://acortar.link/Xr4zv8
YOGA	https://acortar.link/CCTO9o
GAEE	https://acortar.link/4TnZ79

CULTURA VIRTUAL					
HOR A	LUNES	MARTES	MIÉRCOLÉS	JUEVES	SÁBADO
9:00 a.m. - 10:30 a.m.		INGLES PARA PRINCIPIANTES MED			
10:30 a.m. - 12:00 p.m.		TECNICA VOCAL MED			
12:30 a.m. - 2:00 p.m.					TECNICA VOCAL MED
1:00 a.m. - 2:30 p.m.		VIDA Y SOCIEDAD MED			
2:00 p.m. - 3:00 p.m.					CINE CLUB MED
2:30 p.m. - 4:00 p.m.		INGLES PARA PRINCIPIANTES MED			
5:00 p.m. - 6:30 p.m.		VIDA Y SOCIEDAD MED			
6:30 p.m. - 8:00 p.m.		CINE CLUB MED			
6:40 p.m. - 8:10 p.m.	PINTURA BOG	GUIARRA BOG		TECNICA VOCALBOG	
8:20 p.m. - 9:50 p.m.		PINTURA BOG	PINTURA BOG	PINTURA BOG	

Si tienes alguna duda con nuestras clases de bienestar escríbenos a: bodega@poligran.edu.co

GUIARRA/BOGOTÁ	https://acortar.link/STdS7n
TECNICA VOCAL/BOGOTÁ	https://acortar.link/SrBY4N
PINTURA/BOGOTÁ	https://acortar.link/Fyquji

VIDA Y SOCIEDAD /MEDELLÍN	https://acortar.link/Nrf0X7
TECNICA VOCAL/MEDELLÍN	https://acortar.link/CPHLLz
CINE CLUB/MEDELLÍN	https://acortar.link/jD7tgB
INGLES PARA PRINCIPIANTES/MEDELLÍN	https://acortar.link/jFdrzl

