



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	MARTES	JUEVES
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
5:00 p.m. - 6: 40p.m.		
6: 40 p.m. – 8:00 p.m.	GIMNASIO EN CASA (7:30PM -8:30PM)	

(Las clases de Yoga se dictan hasta el 15 de junio y se retoman el 15 de julio)

GIMNASIO	https://acortar.link/Xr4zv8
YOGA	https://acortar.link/CCTO9o

CULTURA VIRTUAL				
HOR A	LUNES	MARTES	MIÉRCOLÉS	JUEVES
6:40p.m. - 8:10 p.m.	PINTURA BOG			
8:20p.m. - 9:50 p.m.	PINTURA BOG	PINTURA BOG	PINTURA BOG	PINTURA BOG

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

PINTURA/BOGOTÁ	https://acortar.link/Fyquji
----------------	---

