

## HORARIOS CLASES CULTURALES DE BIENESTAR VIRTUAL

### PLATAFORMA: TEAMS

CULTURA VIRTUAL						
HORARIO	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
08:30 - 10:00	TÉCNICA VOCAL DANZA CONTEMPORANEA	TALLER DE GUITARA	DANZA FOLCLÓRICA			
10:30 - 12:00	TÉCNICA VOCAL DANZA FOLCLÓRICA TALLER DE APRECIACIÓN MUSICAL	TALLER DE UKELELE BACHATA MED (11:00AM - 12:00M)	BACHATA TALLER DE REDACCION	TALLER DE APRECIACIÓN MUSICAL DANZA URBANA MED (11:00 AM - 12:00M)	TEATRO MED (11:00 AM - 12:00M)	TÉCNICA VOCAL
12:30 - 02:00	PINTURA BACHATA		PINTURA DANZA CONTEMPORANEA TALLER DE REDACCION			
02:30 - 04:00	PINTURA TÉCNICA VOCAL TALLER LITERARIO TEATRO MED (3:00PM - 4:00PM)	DANZA CONTEMPORANEA BAILE FUSIÓN MED (3:00PM - 4:00PM)	PINTURA TÉCNICA VOCAL	BAILES TROPICALES MED (3:00PM - 4:00PM)		Cine Club (2:00 PM - 5:00 PM)
04:30 - 06:00	PINTURA TALLER DE UKELELE		PINTURA		6:00 P.M. PROGRAMA CONEXIÓN TALENTOS	
06:30 - 08:00	TALLER DE GUITARA		PINTURA	TALLER LITERARIO EXPRESIÓN CORPORAL MED (6:00 PM - 7:00PM) DANZA URBANA MED (7:00 PM - 8:00PM)		

### ENLACES DE CONEXIÓN:

ACTIVIDADES CULTURALES BOGOTA	ENLACE CLASE VIRTUAL
Bachata	<a href="https://cutt.ly/FQmqrBF">https://cutt.ly/FQmqrBF</a>
Danza Contemporanea	<a href="https://cutt.ly/mQnIT0r">https://cutt.ly/mQnIT0r</a>
Danza Folclorica	<a href="https://cutt.ly/LjneLkz">https://cutt.ly/LjneLkz</a>
Guitarra	
Ukelele	<a href="https://bit.ly/2xDmKjS">https://bit.ly/2xDmKjS</a>
Tecnica Vocal	
Pintura	<a href="https://cutt.ly/ljneMDr">https://cutt.ly/ljneMDr</a>
Taller de apreciación musical	
Taller literario	<a href="https://cutt.ly/rQbSh7h">https://cutt.ly/rQbSh7h</a>
Taller de redacción	
Conexión talentos	<a href="http://www.poli.edu.co/envivo">www.poli.edu.co/envivo</a>

ACTIVIDADES CULTURALES MEDELLIN	ENLACE CLASE VIRTUAL
Bachata MED	<a href="https://cutt.ly/FjnrRjP">https://cutt.ly/FjnrRjP</a>
Baile Fusión	<a href="https://cutt.ly/iQnOo4V">https://cutt.ly/iQnOo4V</a>
Bailes Tropicales MED	<a href="https://cutt.ly/9jnrdGD">https://cutt.ly/9jnrdGD</a>
Cine club MED	<a href="https://cutt.ly/GjnRkjh">https://cutt.ly/GjnRkjh</a>
Danza urbana MED	<a href="https://cutt.ly/cjnrxF4">https://cutt.ly/cjnrxF4</a>
Expresion Corporal MED	<a href="https://cutt.ly/vjnrbmr">https://cutt.ly/vjnrbmr</a>
Teatro MED	<a href="https://cutt.ly/JjnRQod">https://cutt.ly/JjnRQod</a>

## HORARIOS CLASES DEPORTIVAS DE BIENESTAR VIRTUAL

### PLATAFORMA: TEAMS

DEPORTES VIRTUAL						
HORARIO	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
06:30 - 08:00						YOGA
08:30 - 10:00	GIMNASIO EN CASA TENIS DE CAMPO (08:30 AM - 9:30 AM)	GIMNASIO EN CASA TENIS DE MESA (08:30 AM - 9:30 AM)	GIMNASIO EN CASA	GIMNASIO EN CASA	GIMNASIO EN CASA	GIMNASIO EN CASA YOGA
10:30 - 12:00	BALONCESTO FIT COMBAT (11:00 AM -12:00 PM)		BALONCESTO			
02:30 - 04:00	BALONCESTO		BALONCESTO	BALONCESTO		
04:30 - 06:00	FUTBOL CAMPO (04:30 PM -05:30 PM)			FUTBOL SALA FIT COMBAT (04:30 PM -05:30 PM)		
06:30 - 08:00	VOLEIBOL YOGA RUMBA AERÓBICA GIMNASIO EN CASA (7:00PM A 8:00PM)	VOLEIBOL FUTBOL SALA RUMBA AERÓBICA GIMNASIO EN CASA (7:00PM A 8:00PM)	VOLEIBOL FUTBOL CAMPO YOGA GIMNASIO EN CASA (7:00PM A 8:00PM)	VOLEIBOL FUTBOL SALA RUMBA AERÓBICA GIMNASIO EN CASA (7:00PM A 8:00PM)	VOLEIBOL GIMNASIO EN CASA (7:00PM A 8:00PM)	
08:00 - 9:30	GIMNASIO EN CASA YOGA (08:30pm-10:00pm)	GIMNASIO EN CASA RUMBA AERÓBICA(08:30pm-10:00pm)	GIMNASIO EN CASA YOGA (08:30pm-10:00pm)	GIMNASIO EN CASA	GIMNASIO EN CASA	

### ENLACES DE CONEXIÓN:

ACTIVIDADES DEPORTIVAS	ENLACE CLASE VIRTUAL
Baloncesto	<a href="https://cutt.ly/Qjnw2Km">https://cutt.ly/Qjnw2Km</a>
E-Sports	<a href="https://cutt.ly/6QnApjq">https://cutt.ly/6QnApjq</a>
Fit Combat - Cross	<a href="https://cutt.ly/cjnewUk">https://cutt.ly/cjnewUk</a>
Fútbol Campo	<a href="https://cutt.ly/fjneeTM">https://cutt.ly/fjneeTM</a>
Fútbol Sala	<a href="https://cutt.ly/5jnerJP">https://cutt.ly/5jnerJP</a>
Gimnasio	<a href="https://cutt.ly/Bjneynt">https://cutt.ly/Bjneynt</a>
Rumba Aeróbica	<a href="https://cutt.ly/bjneuhc">https://cutt.ly/bjneuhc</a>
Tenis	<a href="https://cutt.ly/Hjnei54">https://cutt.ly/Hjnei54</a>
Tenis de Mesa	<a href="https://cutt.ly/tjnepy2">https://cutt.ly/tjnepy2</a>
Voleibol	<a href="https://cutt.ly/Bjneaj0">https://cutt.ly/Bjneaj0</a>
Yoga	<a href="https://cutt.ly/HjnedeB">https://cutt.ly/HjnedeB</a>