

## Programación de la Oficina de Bienestar y Salud

Semana del 18 al 22 de mayo 2020.

**Clase de Taekwondo.** Dirigido a personas que no practican el deporte

Entrenador Adrián Chacón

Día y hora Lunes 18 mayo 2020 6:00 pm

Unirse a la reunión Zoom

<https://udecr.zoom.us/j/97166451857>

### **Sesión de Neóncardio**

Instructora Adriana Madrigal

Hora: Lunes 18 mayo 2020 07:00 pm

Facebook Live OBS

### **Taller de danza del vientre** (para principiantes)

Instructora Kriz Vargas

Día y Hora Martes 19 mayo 2020 06:00 pm

Facebook Live OBS

### **Taller bases del bolero: Clásico, Chachachá y Son**

Con la instructora Adriana Madrigal

Hora: Miércoles 20 mayo 2020 07:00 pm

Facebook Live OBS

### **Clase de Taekwondo. Dirigido a deportistas**

Entrenador Adrián Chacón

Día y Hora: Miércoles 20 mayo 2020 7:00 pm

Unirse a la reunión Zoom

<https://udecr.zoom.us/j/93232907375>

### **¿Y después del COVID-19 qué?**

Con el: Dr. Saúl Aguilar, Médico y la

Dra. Pamela Sanabria, Médica, la

M sc. Cinthya Córdoba, Psicóloga. El

Lic. Pablo Molina Cortés, Arte- Psicología

Día y Hora: Jueves 21 mayo 2020 11:00 am

Unirse a la reunión Zoom

<https://udecr.zoom.us/j/98534803609>

ID de reunión: 985 3480 3609

Contraseña: 509293

### **Sesión de baile aeróbico**

Instructora Natalia Monge

Día: Jueves 21 mayo 2020 a las 5:00 pm

Facebook Live OBS

### **Sesión de cuentos desde casa**

Impartido por: Grupo NarrArte

Día y Hora: Viernes 22 mayo 2020 a las 4:30 pm

Facebook Live

### **Taller de Canto: voz como herramienta de autoconocimiento**

Profesor Fabián Arroyo

Día y hora: Viernes 22 mayo 2020 a las 7:00 pm

Unirse a la reunión Zoom

<https://udecr.zoom.us/j/92505806695>

ID de reunión: 925 0580 6695

Contraseña: 113573