

# Clases online Sanitas Wellness

Como cada mes adjuntamos el programa de clases online del próximo mes de noviembre de Sanitas Wellness Corporate

Adjuntamos enlace a los horarios y clases



## Horario sesiones online Noviembre Sanitas Wellness Corporate

Cuidamos de la salud de sus empleados con servicios online, dirigidos al cuidado de su salud y a su bienestar estén donde estén.

|                | LUNES                   | MARTES                       | MIÉRCOLES               | JUEVES                  | VIERNES                 |
|----------------|-------------------------|------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| 8:00 - 9:00h   |                         | <a href="#">Pilates</a>      | <a href="#">Yoga</a>    | <a href="#">Pilates</a> | <a href="#">Yoga</a>    |
| 13:00 - 14:00h | <a href="#">Pilates</a> |                              | <a href="#">Pilates</a> |                         | <a href="#">Pilates</a> |
| 14:00 - 14:30h |                         | <a href="#">Espalda Sana</a> |                         |                         |                         |
| 18:00 - 19:00h | <a href="#">Pilates</a> | <a href="#">Yoga</a>         | <a href="#">Pilates</a> | <a href="#">Yoga</a>    |                         |

### ¿Cómo conectarte?

A través del enlace. (Pincha sobre la clase que quieras unos minutos antes de que comience y únete)

Recuerda silenciar tu micrófono una vez comenzada la clase.

La cámara es preferible tenerla encendida para que la profesora pueda verte.