

Calendario Mayo

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
				1 <u>Adelgaza Piernas y Levanta Glúteos</u> 55 min	2 <u>Tonifica Todo El Cuerpo Sin Impacto</u> 50 min	3 <u>Yoga Para Ser Más Flexibles</u> 30 min
4 <u>Quema Grasa Con Este Kickboxing</u> 57 min	5 <u>Moldea y Tonifica Piernas Y Glúteos</u> 48 min	6 <u>Baila y Tonifica Todo El Cuerpo</u> 55 min	7 <u>Cintura Delgada y Brazos Bonitos</u> 58 min	8 <u>Reduce La Grasa Del Tren Inferior</u> 64 min	9 <u>Cardio Progresivo + Tonifica Sin impacto</u> 54 min	10 <u>Estiramiento Total y Relajación</u> 41 min
11 <u>Reduce Volumen Flacidez Todo Cuerpo</u> 50 min	12 <u>Glúteos Fuertes y Piernas Bonitas</u> 55 min	13 <u>Kickboxing + Pilates Brazos Y Cintura</u> 60 min	14 <u>Moldea Brazos, Espalda y Abdomen</u> 54 min	15 <u>Fortalece Tus Piernas y Glúteos</u> 62 min	16 <u>Entrena Tus Musculos Sin Saltar</u> 59 min	17 <u>Yoga y Meditación Corazón En Calma</u> 30 min
18 <u>Sube Metabolismo y Elimina Grasa</u> 60 min	19 <u>Baila y Reduce Volumen De Piernas</u> 58 min	20 <u>Libera Tensiones Con Cardio Box Pesas</u> 50 min	21 <u>Reduce Grasa y Tonifica Tren Sup.</u> 56 min	22 <u>Adelgaza y Estiliza Piernas</u> 58 min	23 <u>Pilates + Estiramiento</u> 61 min	24 <u>Yoga Para Reducir El Estrés</u> 42 min
25 <u>Quema Grasa Tonifica Todo Cuerpo</u> 59 min	26 <u>Moldea Piernas, Abdomen Y Glúteos</u> 58 min	27 <u>Combinación Cardio Baile Con Pesas</u> 61 min	28 <u>Estiliza Espalda y Cintura</u> 59 min	29 <u>Kickboxing + Abs Inferiores</u> 58 min	30 <u>Baile Latino + Tonifica Musculatura</u> 45 min	31 <u>Yoga Fuerza Y Flexibilidad</u> 32 min