

Calendario Febrero

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
				1 <u>KickBoxing + GAP</u> 50 min	2 <u>Andar 45 minutos</u>	3 <u>Día Libre</u>
4 <u>Cardio QuemaGrasa + Abdominales</u> 50 min	5 <u>Moldear y Tonificar Glúteos</u> 51 min	6 <u>Rutina de Aerobic + Abdominales</u> 58 min	7 <u>Reducir y Tonificar Brazos</u> 52 min	8 <u>Full Body + Baile</u> 51 min	9 <u>Andar 45 minutos</u>	10 <u>Día Libre</u>
11 <u>Cardio QuemaGrasa + Anticelulitis</u> 50 min	12 <u>Tonificar Glúteos y Reducir Piernas</u> 50 min	13 <u>Cardio KickBoxing + Rollitos Espalda</u> 53 min	14 <u>Definir Brazos y Adelgazar Cintura</u> 48 min	15 <u>Full Body + Cardio Expres</u> 50 min	16 <u>Andar 45 minutos</u>	17 <u>Día Libre</u>
18 <u>Full Body + Glúteos</u> 55 min	19 <u>Tonificar Glúteos, Abdominales y Piernas</u> 50 min	20 <u>Cardio Reducir Cintura + Abs de pie</u> 50 min	21 <u>Brazos Definidos y Abdomen Plano</u> 50 min	22 <u>Adelgazar Full Body</u> 55 min	23 <u>Andar 45 minutos</u>	24 <u>Día Libre</u>
25 <u>Cardio Quemagrasa + GAP</u> 54 min	26 <u>Cardio KickBoxing + Glúteos Firmes</u> 50 min	27 <u>Aerobic Cardio Dance + Fitball</u> 50 min	28 <u>Adelgazar Brazos y Cintura</u> 48 min			