

Calendario Abril

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 <u>Cardio QuemaGrasa + Reducir Cintura</u> 48 min	2 <u>Glúteos Abdominales y Piernas</u> 50 min	3 <u>Cardio Dance + GAP</u> 52 min	4 <u>Tonificar Abs Brazos + Cardio Express</u> 54 min	5 <u>Cardio KickBoxing con Pesas</u> 55 min	6 Andar 45 minutos	7 Día Libre
8 <u>Cardio QuemaGrasa + Extra Abdominales</u> 50 min	9 <u>Adelgazar y Tonificar FullBody</u> 60 min	10 <u>Reducir Cintura + Baile Bajo Impacto</u> 50 min	11 <u>Brazos Bonitos + Cardio Express</u> 53 min	12 <u>Full Body Cardio + Abdominales</u> 53 min	13 Andar 45 minutos	14 Día Libre
15 <u>Tonificar y Moldear Todo el Cuerpo</u> 50 min	16 <u>Endurecer Piernas y Reducir Cintura</u> 49 min	17 <u>Cardio KickBoxing + Reducir Celulitis</u> 52 min	18 <u>Full Body + Cardio Express</u> 50 min	19 <u>Adelgazar FullBody + Abdominales</u> 55 min	20 Andar 45 minutos	21 Día Libre
22 <u>Cardio QuemaGrasa + Reducir Cintura</u> 54 min	23 <u>Glúteos Firmes y Piernas Delgadas</u> 50 min	24 <u>Rutina Aerobic + Espalda Bonita</u> 50 min	25 <u>Adelgazar Cintura y Tonificar Brazos</u> 55 min	26 <u>Cardio KickBoxing + GAP</u> 59 min	27 Andar 45 minutos	28 Día Libre
29 <u>Cardio Adelgazar + Tonificar Brazos</u> 55 min	30 <u>Levantar Glúteos + Cardio con Palo</u> 52 min					