

Calendario Mayo

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		1 <u>Baile + Pesas</u> 48 min	2 <u>Tonifica Abdomen y Brazos</u> 50 min	3 <u>Moldea Glúteos, Abs y Piernas</u> 55 min	4 <u>Andar 45 minutos</u>	5 <u>Día Libre</u>
6 <u>KickBoxing con Pesas + Abs</u> 54 min	7 <u>Tonificar Glúteos, Abs y Piernas</u> 60 min	8 <u>Baila a Ritmo Latino FullBody</u> 54 min	9 <u>Reduce Volumen Fitball + Baile</u> 50 min	10 <u>Adelgaza y Tonifica Todo el Cuerpo</u> 60 min	11 <u>Andar 45 minutos</u>	12 <u>Día Libre</u>
13 <u>Cardio Quemagrasa y Extra Abs</u> 50 min	14 <u>Glúteos Firmes y Piernas Bonitas</u> 52 min	15 <u>Tonifica y Elimina Flacidez FullBody</u> 58 min	16 <u>Tonifica Espalda y Mejora Postura</u> 57 min	17 <u>KickBoxing + GAP</u> 55 min	18 <u>Andar 45 minutos</u>	19 <u>Día Libre</u>
20 <u>Cardio QuemaGrasa + Brazos y Abs</u> 55 min	21 <u>Tonifica y Moldea Tren Inferior + Abs</u> 54 min	22 <u>KickBoxing Cardio + Extra Brazos</u> 55 min	23 <u>Cardio Cintura Delgada</u> 60 min	24 <u>Tonifica Todo el Cuerpo + Baile</u> 55 min	25 <u>Andar 45 minutos</u>	26 <u>Día Libre</u>
27 <u>Adelgaza Full Body + Extra Abdominales</u> 53 min	28 <u>Volumen Piernas y Levantar Glúteos</u> 60 min	29 <u>Aerobic Cardio Dance + FullBody</u> 51 min	30 <u>Diviertete Bajando de Peso + Abs</u> 50 min	31 <u>Cintura Esbelta y Brazos Tonificados</u> 53 min		