

Calendario Abril

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
				1 <u>Cardio Quemagrasa</u> 50 Min 50 min	2 <u>Baile + Pilates Con Mancuernas</u> 46 min	3 <u>Estiramiento Cadena Musculares III</u> 28 min
4 <u>Nuevo Walk & Tone + Extra Cardio</u> 60 min	5 <u>MEGA COMBO #12</u> 62 min	6 <u>Aerobic + Tonif. + Abs De Pie</u> 62 min	7 <u>Fitball Abs y Brazos + Baile Urbano</u> 56 min	8 <u>Cardio Box 50 Min Sin Saltos</u> 58 min	9 <u>NEW Power Walking Hiit + Fusión</u> 52 min	10 <u>Nuevo Yoga Fortalecer Abdomen</u> 28 min
11 <u>Nuevo Cardio Sin Saltos 50 min</u> 54 min	12 <u>Reafirma Glúteos, Piernas y Abdomen</u> 60 min	13 <u>MEGA COMBO #13</u> 60 min	14 <u>Cardio Kickboxing</u> 58 min	15 <u>Reduce La Flacidez De Todo Tu Cuerpo</u> 54 min	16 <u>Pilates Con Bandas + Cardio Flamenco</u> 60 min	17 <u>Estiramiento Cadena Musculares II</u> 56 min
18 <u>MEGA COMBO #14</u> 54 min	19 <u>Míticos Cardios Quemagrasa</u> 60 min	20 <u>Rutina de Fuerza + Sesión Step</u> 62 min	21 <u>Reduce Volúmen Brazos y Cintura</u> 52 min	22 <u>Cardio Quemagrasa + Tonificación</u> 60 min	23 <u>Articulaciones Fuertes + P. Walking</u> 50 min	24 <u>Nadi Sodhana + Yoga Dinámico</u> 54 min
25 <u>Biceps & Triceps + Kickboxing Cardio</u> 54 min	26 <u>Full Body Cardio Potente</u> 54 min	27 <u>Cardio + Fuerza + Salto Comba</u> 54 min	28 <u>MEGA COMBO #15</u> 56 min	29 <u>Cardio Cintura Delgada + Planchas</u> 58 min	30 <u>Baile + Pesas + Fitball</u> 60 min	