

# Calendario Junio



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		1 <u>Reduce Cintura y Rollitos Espalda</u> 28 min	2 <u>Brazos y Abdomen Fuertes</u> 30 min	3 <u>Full Body Sin Impacto</u> 30 min	4 <u>Cardio Quemagrasas</u> 36 min	5 <u>Yoga Fluido</u> 26 min
6 <u>Tonifica Full Body + Hiit</u> 40 min	7 <u>Glúteos Abdominales y Piernas</u> 30 min	8 <u>Cardio Con Palo + Abs.</u> 36 min	9 <u>Reduce Flacidez Brazos</u> 36 min	10 <u>Aeróbic Cardio Dance</u> 34 min	11 <u>Full Body Sin Impacto + Cintura</u> 40 min	12 <u>Yoga Abrir Corazón</u> 46 min
13 <u>Fullbody Quemagrasa AMRAP</u> 34 min	14 <u>Glúteos Redondos y Bonitos</u> 36 min	15 <u>Cardio Rápido 30'</u> 30 min	16 <u>Moldea Tus Brazos</u> 30 min	17 <u>Glúteos y Abdomen Fuertes</u> 36 min	18 <u>PW Latino + Fusion</u> 44 min	19 <u>Yoga Apertura Caderas</u> 46 min
20 <u>Baila y Tonifica Todo Cuerpo</u> 40 min	21 <u>Endurece Glúteos y Caderas</u> 32 min	22 <u>Entrenamiento Fuerza + Cardio</u> 34 min	23 <u>Brazos Tonificados</u> 52 min	24 <u>Kickboxing Quemagrasas</u> 34 min	25 <u>Baile Estilo Zumba</u> 30 min	26 <u>Yoga Detox</u> 34 min
27 <u>Rollitos De Pie + Cardio Rápido</u> 34 min	28 <u>GAP Pesa Rusa y Step</u> 34 min	29 <u>Fitball Fullbody</u> 30 min	30 <u>Brazos, Espalda y Hombros Bonitos</u> 34 min			