

Calendario Mayo

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		1 <u>Abs de Pie + Kickboxing Pesas</u> 57 min	2 <u>Brazos y Abdomen Fuertes y Bonitos</u> 61 min	3 <u>Pilates Mancuernas + B Latino</u> 56 min	4 <u>Power Walking Hiit</u> 58 min	5 <u>Estiramiento Cadenas Musculares</u> 35 min
6 <u>Fuerza Full Body + Nuevo B Latino</u> 54 min	7 <u>Endurece Glúteos y Moldea Piernas</u> 55 min	8 <u>BARRE Pesas + Pilates Pared</u> 53 min	9 <u>Pecho, Brazos, Abdomen y Espalda</u> 58 min	10 <u>Full Body Adelgaza y Tonifica 50</u> 55 min	11 <u>Pilates Palo + Fusion Yoga Pilates</u> 49 min	12 <u>Yoga Abrir Corazón Hipopresivos</u> 60 min
13 <u>Nueva Tonificar Full Body + HIIT</u> 62 min	14 <u>Eleva Glúteos y Fortalece Abdomen</u> 58 min	15 <u>Walk & Tone + Cardio Quemagrasas</u> 64 min	16 <u>Flamenco Fit + Brazos Definidos</u> 64 min	17 <u>Estiliza Tu Figura con Elegancia</u> 50 min	18 <u>Cardio Menopausia + Power Waking</u> 56 min	19 <u>Yoga Dinámico</u> 40 min
20 <u>Nuevo GAP + Cardio Palo + Glúteos</u> 62 min	21 <u>Maravilloso Combo Fuerza + Cardio</u> 66 min	22 <u>Cardio Box Poderoso + Reto Planchas</u> 65 min	23 <u>Cardios Divertidos Reducir Cintura</u> 58 min	24 <u>Baila Tonifica Todo Cuerpo</u> 55 min	25 <u>Full Body con Banda y Fitball</u> 48 min	26 <u>Mejora Flexibilidad y Calma Ansiedad</u> 47 min
27 <u>Nuevo Full Body Adelgaza y Tonifica</u> 59 min	28 <u>Fortalece Glúteos y Estiliza Piernas</u> 65 min	29 <u>Hiit Quemagrasa + Reto Abs y Gluteos</u> 60 min	30 <u>Tonifica Tren Superior Multimaterial</u> 59 min	31 <u>Aeróbic + Pesas</u> 60 min		