

Calendario Junio

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 <u>Cardio Quemagrasa</u> 54 min	2 <u>Baila y Endurece Glúteos Y Abdomen</u> 51 min	3 <u>Kickboxing Con Pesas</u> 50 min	4 <u>Reduce Cintura y Rollitos</u> 62 min	5 <u>Entrenamiento Todo El Cuerpo</u> 50 min	6 <u>Adelgaza Brazos + Pilates</u> 55 min	7 <u>Yoga Dinámico</u> 30 min
8 <u>Aumenta Metabolismo y la Musculatura</u> 43 min	9 <u>Estiliza Piernas y Potencia Glúteos</u> 55 min	10 <u>Elimina la Grasa Y Flacidez Del Cuerpo</u> 52 min	11 <u>Pecho, Hombros y Brazos Bonitos.</u> 50 min	12 <u>Cardio Quemagrasa + Abdominales</u> 50 min	13 <u>Reduce el volumen de Vientre y Rollitos</u> 56 min	14 <u>Yoga Para Mejorar La Flexibilidad</u> 30 min
15 <u>Tonifica y Adelgaza Todo El Cuerpo</u> 60 min	16 <u>Reduce El Volumen De tus Piernas</u> 52 min	17 <u>Kickboxing + Abs Con Pesas</u> 55 min	18 <u>Moldea Brazos y Abdomen</u> 54 min	19 <u>GAP + Cardio</u> 57 min	20 <u>Cardio Progresivo + Pilates</u> 64 min	21 <u>Yoga Fluido y Meditación</u> 41 min
22 <u>Full Body + Abs + Cardio Box</u> 57 min	23 <u>Moldea Piernas, Abdomen Y Glúteos</u> 55 min	24 <u>Combo Cardio + Tonificación</u> 61 min	25 <u>Adelgaza Brazos y Cintura</u> 56 min	26 <u>Cardio Quemagrasas + Tonificación</u> 58 min	27 <u>Baila + Tonifica Tren Superior</u> 50 min	28 <u>Yoga Para Reducir El Estrés</u> 30 min
29 <u>Cardio Quemagrasas + Bandas Elásticas</u> 55 min	30 <u>Glúteos Fuertes y Piernas Bonitas</u> 59 min					