

Calendario general MAYO

COLOR



EMBARAZO Y POSPARTO

COLOR

CLASES NORMALES

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2 - 8 MAYO	FESTIVO	(18 MIN) - BRAZO	POWERCROSS	(18 MIN) - OH MY LEGS!	(8 MIN) - POWER ABS
	FESTIVO	FULL BODY	(20 MIN) - Estira Fitball	HITT & TONO	(8 MIN) - ARMS ON FIRE
9 - 15 MAYO	PILATES CON MARCOS	POWER GLUTEO	(30 MIN) POWER CICLO	CARDIO XPRESS	(8 MIN) - POWER ABS
	Pierna y Glúteo	POWER TONO	(15 MIN) - Movilidad	(18 MIN) - Power Glúteo	(8 MIN) - MOVILIDAD
			(8 MIN) - Suelo Pélvico		
16 - 22 MAYO	PUMP WITH MUSIC	(18 MIN) - BRAZO	POWERCROSS	(18 MIN) - OH MY LEGS!	(8 MIN) - POWER ABS
	(18 MIN) - Tono Brazo	FULL BODY	(20 MIN) - Cuida espalda	HITT & TONO	(8 MIN) - ARMS ON FIRE
23 - 29 MAYO	PILATES CON MARCOS	POWER GLUTEO	(30 MIN) POWER CICLO	CARDIO XPRESS	(8 MIN) - POWER ABS
	Full Body	POWER TONO	(25 MIN) - Pilates y Yoga	(18 MIN) - Power Glúteo	(8 MIN) - ESTIRA
30 - 5 JUNIO	PUMP WITH MUSIC	(18 MIN) - BRAZO	POWERCROSS	(18 MIN) - OH MY LEGS!	(8 MIN) - POWER ABS
	Glúteo y Brazo	(18 MIN) - BRAZO	(20 MIN) - Estira Fitball	HITT & TONO	(8 MIN) - ARMS ON FIRE