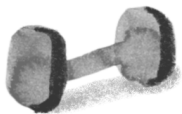


mi
RUTINA DE EJERCICIOS



ROOFTOP LUNGES (x10)



JOLLY JACKS (x10)



TOY SACK SQUATS (x10)



SLEIGH REIGN ROPE SLAMS (x10 EACH ARM)



QUICK FEET to BURPEE (x10)



REPETIR EL CIRCUITO.
LUEGO PREMIAR CON



LECHE Y GALLETAS
RECIÉN HORNEADAS

RECOVERY
SNACK!



toma leche

