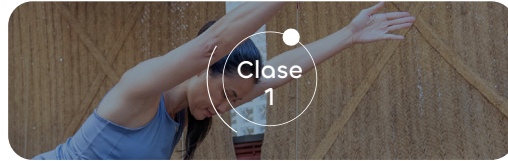


Fuerza consciente

Yoga, fitness y nutrición saludable

El desafío combina clases online de 3 disciplinas, con distintas intensidades y duraciones, propuestas para realizar en días alternos, con el fin de que dejes descansar la musculatura y aproveches al máximo los beneficios de cada sesión.

MIÉRCOLES 1



Fit Vinyasa con Xuan Lan

50 min.

VIERNES 3



Fuerza HIIT con Fer Orpinell

40 min.

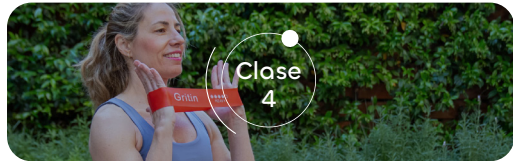
SÁBADO 4



Yin yoga con Agus Burton

30 min.

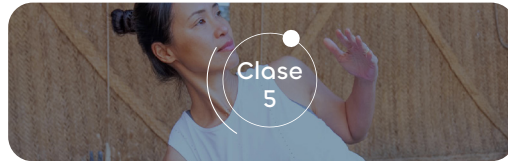
LUNES 6



Pilates con Judith Secanell

30 min.

MIÉRCOLES 8



Fit Vinyasa con Xuan Lan

50 min.

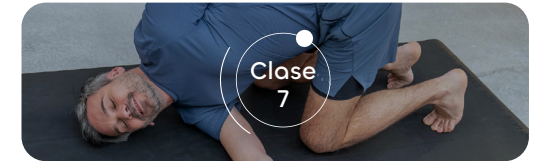
VIERNES 10



Fuerza HIIT con Fer Orpinell

40 min.

SÁBADO 11



Yin yoga con Agus Burton

30 min.

LUNES 13



Pilates con Judith Secanell

30 min.

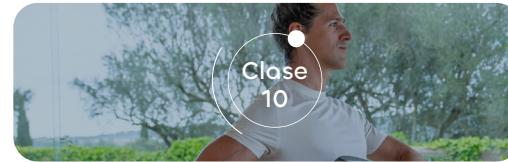
MIÉRCOLES 15



Fit Vinyasa con Xuan Lan

50 min.

VIERNES 17



Fuerza HIIT con Fer Orpinell

40 min.

SÁBADO 18



Yin yoga con Agus Burton

30 min.

LUNES 20



Pilates con Judith Secanell

30 min.

MIÉRCOLES 22



Fit Vinyasa con Xuan Lan

50 min.

VIERNES 24



Fuerza HIIT con Fer Orpinell

40 min.

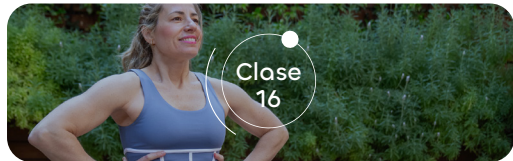
SÁBADO 25



Yin yoga con Agus Burton

30 min.

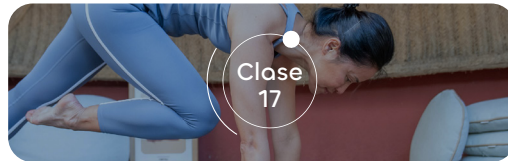
LUNES 27



Pilates con Judith Secanell

30 min.

MIÉRCOLES 29



Fit Vinyasa con Xuan Lan

50 min.

VIERNES 31



Fuerza HIIT con Fer Orpinell

40 min.