

Plan de la Semana

13/11

Lunes

Coreografía

✓ Partition

Martes

Tonificación

✓ Calentamiento

✓ Ballet Fit

✓ Cool Down

Miércoles

Flexibilidad

✓ Flexi Espalda

Jueves

Coreografía

✓ Calentamiento

✓ Saint James' Infirmary

✓ Cool Down

Viernes

Clase de 1h

✓ Tango Roxanne

Sábado

Técnica

✓ Calentamiento

✓ Abanicos Basicos

****Acuérdate de descansar por lo menos 1 vez /semana.**