Plan de la Semana
24/11

Lunes

Coreografía

- ✓ Calentamiento
- ✓ Look But Don't Touch
- ✓ Cool Down

Martes

Tonificación

- ✓ Calentamiento
- ✓ Ballet Fit
- ✓ Cool Down

Miércoles

Flexibilidad

- ✓ Calentamiento
- ✓ Flexi Box Splits

Jueves

Coreografía

- ✓ Calentamiento
- ✓ Sexy Silk
- ✓ Cool Down

Viernes

Clase de 1h

- ✓ All the good girls go to hell

Sábado

Técnica

- ✓ Calentamiento
- ✓ Combo 3
- ✓ Combo 4

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