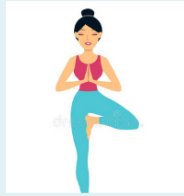


Entrenamientos en Casa

¡Haga el movimiento una prioridad!

Propóngase hacer ejercicio durante 30 minutos todos los días.

Yoga



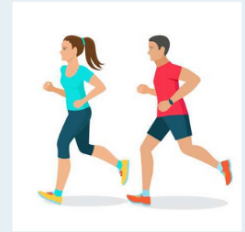
Entrenamiento en Zoom con amigos



Caminar por el vecindario



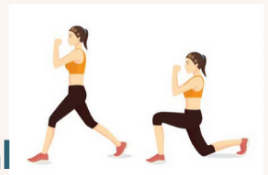
Trotar por el vecindario



Andar en bicicleta por el vecindario



Entrenamientos de peso corporal



Zumba

